

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
протокол № 7
от 23.03. 2020 г.

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
Серко М.В. Серко
23.03. 2020 г.



Изменения и дополнения в рабочую программу по волейболу

Этап: СО

Возраст детей: 13-17 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель: Мухаматов Руслан Назимжанович

Волгодонской район,
п. Победа
2020 г.

Пояснительная записка.

Во исполнение письма Минпросвещения России от 17.03.2020г. № ДТ-41/06 «Об организации обучения в дистанционной форме», письма Отдела образования администрации Волгодонского района от 20.03.2020г. №714, на основании приказа №29 от 20.03.2020 «О переходе на дистанционное обучение» МБУ ДО ДЮСШ в данную рабочую программу внесены изменения с 23.03.2020 по 12.04.2020г. Практическая часть программы была заменена на теоретическую с просмотром видеороликов по волейболу.

Календарно-тематическое планирование

Март - апрель 2020 г.

Содержание занятий	Дата занятия								
	24	26	28	31	2	4	7	9	11
I. Теория									
Профилактика вредных привычек					+	+	+		
Состояние и развитие волейбола	+	+							
Правила соревнований и их проведение			+	+					
Профилактика травматизма								+	+
Основы техники и тактики игры	+	+							
Нагрузка и отдых			+	+					
Гигиена					+	+			
Просмотр видеороликов по волейболу:								+	
https://youtu.be/5N5-6iZzqno									
https://youtu.be/hG52KJqCWg0									+
https://youtu.be/HH1AnQvNRXU							+		
https://youtu.be/PQh3gVGPXnQ						+			
Учебный материал II.									
Практика									
Основная физическая подготовка									
Упражнения на развития гибкости.	+	+	+	+	+	+			
Упражнения на развития прыгучести	+	+	+	+	+	+			