

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.

УТВЕРЖДАЮ
директор МБУ ДО ДЮСШ
Дюсш С.В. Немченко
23.03. 2020 г.



Изменения-дополнения в рабочую программу по волейболу

Этап: СО

Возраст детей: 11-15 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель: Евсеев Денис Александрович

Волгодонской район,
п. Донской
2020 г.

Пояснительная записка.

В связи со сложившейся неблагоприятной эпидемиологической ситуацией в Китайской Народной Республике (КНР), связанной с распространением нового коронавируса. На основании 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 и приказа МБУ ДО ДЮСШ от 20.03.2020г. №29 « О переходе на дистанционное обучение», в рабочую программу по волейболу спортивно-оздоровительного этапа внести изменения с 23.03.2020г. по 12.04.2020г..

В связи с выше изложенным, следующие даты будут проведены дистанционно 24.03.2020г., 26.03.2020г., 28.03.2020г., 31.03.2020г., 02.04.2020г., 04.04.2020г., 07.04.2020г., 09.04.2020г., 11.04.2020г. – 18 часов. В рабочую программу вносятся изменения, а именно специальная физическая и тактико-техническая подготовка заменяются теоретической подготовкой. Общая физическая подготовка проходит в домашних условиях. Обучающимся будут предложены ссылки на сайты для ОФП, просмотра обучающих видеоматериалов, а также просмотра матчей в записи.

Календарно-тематическое планирование

Март 2020

Содержание материала	Дата проведения		
	24	26	28
Теоретическая подготовка			
Влияние физических упражнений на организм человека	+	+	+
Просмотр финального матча Олимпийских игр 2012 года Россия-Бразилия	+	+	
Просмотр финального матча чемпионата России по волейболу среди мужских команд Кузбасс – Zenit-Казань		+	+
ОФП			
Гимнастические упражнения	+	+	+
Акробатические упражнения	+	+	+
Легкоатлетические упражнения	+	+	+
Упражнения на релаксацию			
Упражнения на расслабление	+	+	+
Дыхательные упражнения	+	+	+

Апрель 2020

Содержание занятия	Дата проведения					
	31	2	4	7	9	11
Теоретическая подготовка						
Организация самостоятельных занятий физической культурой	+	+	+	+	+	+
Волейбол Женщины Большой Чемпионский Кубок Россия -Япония	+	+				
Волейбол Лига наций по волейболу США Россия финальный матч			+	+		
Правила развития физических качеств, способов регулирования физической нагрузки на занятиях по развитию физических качеств	+	+	+	+	+	+
ОФП						
Гимнастические упражнения	+	+	+	+	+	+
Акробатические упражнения	+	+	+	+	+	+
Легкоатлетические упражнения	+	+	+	+	+	+
Упражнения на релаксацию						
Упражнения на расслабление	+	+	+	+	+	+
Дыхательные упражнения	+	+	+	+	+	+

Ссылки на обучающие сайты и видео

<https://www.youtube.com/watch?v=nThkaGUQVak> Россия –Бразилия

https://news.sportbox.ru/Vidy_sporta/Volejbol/Chempionat_Rossii/spbvideo_NI1013916_translation_Chempionat_Rossii_Muzhchiny_Final_Kuzbass_Zenit_Kazan Кузбасс- Зенит-Казань

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3223/main/> Организация самостоятельных занятий физической культурой

<https://www.youtube.com/watch?v=5N5-6iZzqno> Волейбол Лига наций по волейболу США Россия финальный матч

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/main/262124/> Правила развития физических качеств, способов регулирования физической нагрузки на занятиях по развитию физических качеств