

«Ақмола обласы білім басқармасының Жақсы ауданы бойынша бөлімі
Лозовое ауылының жалпы орта білім беретін мектебі» КММ

ҚАРАЛДЫ

Директордың тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары

Жаспинова Т.К.

« » 2025 ж.

КЕЛІСІЛДІ

АӘК әдіскері

Бейсенов А.К.

«02» 09 2025 ж.

БЕКІТЕМІН

мектеп директорының м.а.

Журавецкая И.А.

«02» 09 2025 ж.

«Волейбол» спорт секциясын жоспарлау
2025 – 2026 оқу жылына арналған
Планирование спортивной секции «Волейбол»
на 2025 – 2026 учебный год

Мұғалім

Учитель: Копеев Е.С.

Сағат саны

Количество часов: 68 часа

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 9-10-11 классах.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений.

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц в пространстве.

Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться

Цель :

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школы,
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- теоретическое и практическое обучение игре в волейбол;
- обучение учащихся жизненно- важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование сборной команды школы по волейболу, приобретение

Задачи:

- выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства;
- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- участвовать в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту физические силы,
- воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;

**Календарный план
спортивной секции по «Волейболу»
для 8 - 9-10-11 класса**

№ урока	Кол-во часов	Тема занятия	Дата проведения
1	2	1. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками.	08.09 10.09
2	2	Физическая подготовка. Обучение перемещениям волейболиста. . Обучение верхней передаче двумя руками. 4. Учебная игра.	15.09 17.09
3	2	Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. . Обучение верхней передаче двумя руками	22.09 24.09
4	2	: 1. Развитие быстроты перемещения. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней прямой подаче. 3. Учебная игра.	29.09 01.10
5	2	: 1. Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Учебная игра.	06.10 08.10
6	2	1. Обучение верхней передаче после перемещений. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Изучение тактики первых и вторых передач. 4. Учебная игра.	13.10 15.10
7	2	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач	20.10 22.10
8	2	: 1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач	27.10 29.10
9	2	: 1. Обучение приему мяча с подачи. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней подаче. 4. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.	03.11 05.11
10	2	: 1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. 2. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. 3. Физическая подготовка.	10.11 12.11
11	2	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с подачи. 3. Тактика первых : и вторых передач. 4. Учебная игра.	17.11 19.11
12	2	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Совершенствование навыков подачи . 3. Учебная игра.	24.11 26.11
13	2	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	01.12 03.12

14	2	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	08.12 10.12
15	2	; 1. Совершенствование навыков перемещения 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков" нижней подачи и приема мяча с подачи.	15.12 17.12
16	2	: 1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач. 4. Учебная игра	22.12 24.12
17	2	: 1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач. 4. Учебная игра.	29.12 12.01
18	2	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	14.01 19.01
19	2	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	21.01 26.01
20	2	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Ознакомление с прямым нападающим ударом. 3. Учебная игра.	28.01 02.02
21	2	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	04.02 09.02
22	2	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	11.02 16.02
23	2	. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	18.02 23.02
24	2	: 1. Верхние передачи. 2. Обучение прием мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару 4. Учебная игра.	25.02 02.03
25	2	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение прямому нападающему удару 3. Подача мяча верхняя прямая. 4. Учебная игра.	04.03 09.03 11.03
26	2	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему 4. Учебная игра.	16.03 18.03
27	2	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	01.04 06.04
28	2	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3.	08.04 13.04

		2. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	
29	2	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.	15.04 20.04
30	2	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	22.04 22.04
31	2	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	29.04 04.05
32	2	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча. 4. Учебная игра.	06.05 11.05
33	2	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра	13.05 18.05
34	2	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением. 3. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 4. Учебная игра.	20.05 21.05

Список занимающихся детей

№	Ф.И.О.	пол	Класс
1	Сансызбаев Ануар	муж	9 «Б»
2	Серікбай Жансая	жен	9 «А»
3	Святненко Станислав	муж	9 «Б»
4	Шияпова Камила	жен	10 «Б»
5	Громов Максим	муж	10 «Б»
6	Передери Михаил	муж	10 «Б»
7	Колесниченко Яна	жен	9 «Б»
8	Шепель Ксения	жен	8 «Б»
9	Громова Виктория	жен	10 «Б»
10	Зайцев Владислав	муж	10 «Б»
11	Караиван Вадим	муж	10 «Б»
12	Курмашев Мансур	муж	10 «Б»
13	Милевская Анна	жен	8 «Б»
14	Кабдраш Аян	муж	9 «А»

Руководитель кружка:  Копеев Е.С