

Календарный план

№	Тема	Тип занятия	Количество часов
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	Практическое занятие	2
2	Техника владения мячом: нижняя прямая подача	Практическое занятие	2
3	Техника владения мячом: верхняя прямая подача	Практическое занятие	2
4	Нападающий удар. Тактика игры в защите	Практическое занятие	2
5	Правила игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра	Практическое занятие	2
6	Бег на короткие дистанции	Практическое занятие	2
7	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты	Практическое занятие	2
8	Передача и прием мяча	Практическое занятие	2
9	Эстафеты с мячами. Игра «Не урони»	Практическое занятие	2
10	Правила игры. Техника передвижений. Остановки и передачи мяча.	Практическое занятие	2
11	«Вышибалы». «Тяни в круг»	Практическое занятие	2
12	Прыжки с места	Практическое занятие	2
13	Бег. Низкий старт	Практическое занятие	2
14	Бег 30 м.	Практическое занятие	2
15	«Вышибалы». «Тяни в круг»	Практическое занятие	2
16	Футбол	Практическое занятие	2
17	Удары по мячу в цель	Практическое занятие	2
18	Система личной защиты.	Практическое	2