

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАПОУ МО «МТКС»



А. С. Юргалова

« 01 » сентября 2023 г.

**ПЛАН РАБОТЫ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «ВОЛЕЙБОЛ»
НА 2023 – 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

г. Мурманск
2023

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «ВОЛЕЙБОЛ»

Спортивная секция «Волейбол» создана приказом директора колледжа на базе Государственного автономного профессионального образовательного учреждения Мурманской области «Мурманский технологический колледж сервиса» (ГАПОУ МО «МТКС», далее – «Колледж»).

Спортивная секция «Волейбол» - добровольное объединение студентов Колледжа, способствующее формированию у обучающихся мотивационно - ценностного отношения к физической культуре и спорту.

Цель спортивной секции «Волейбол» - создание условий для укрепления здоровья студентов, воспитания ценностных ориентаций на здоровый образ жизни у обучающихся.

Задачи спортивной секции «Волейбол»

Задачами спортивной секции «Волейбол» являются:

- воспитание у студентов потребности в систематических занятиях спортом, привитие основ здорового образа жизни;
- развитие духовных и физических качеств личности;
- повышение уровня физической подготовленности студентов;
- формирование сборной команды Колледжа для участия в Спартакиаде учреждений СПО Мурманской области.

Направления деятельности спортивной секции «Волейбол»

Направлениями деятельности спортивного клуба являются:

- использование приобретённых знаний и умений для формирования основ индивидуальной физкультурной деятельности;
- разработка и проведение внеклассных спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий;
- подготовка студентов для участия в соревнованиях.

**ПЛАН РАБОТЫ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «ВОЛЕЙБОЛ»
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ занятия	Содержание	Место проведения
Сентябрь		
1	Организационное занятие. ПТБ. Обучение перемещениям волейболиста	Спортзал колледжа
2	Обучение верхней передаче мяча двумя руками	Спортзал колледжа
3	Обучение верхней передаче мяча двумя руками. ОФП	Спортзал колледжа
4	Обучение нижней прямой подаче. СФП	Спортзал колледжа
5	Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещений.	Спортзал колледжа
6	Обучение верхней передаче после перемещений. СФП	Спортзал колледжа
7	Изучение тактики первых и вторых передач. СФП	Спортзал колледжа
8	Обучение приёмам мяча с подачи	Спортзал колледжа
Октябрь		
9	Тактика первых и вторых передач	Спортзал колледжа
10	Обучение приёму и передаче мяча сверху двумя руками	Спортзал колледжа
11	Обучение приёму мяча сверху с подачи	Спортзал колледжа
12	Совершенствование навыков приёма и передач мяча сверху. ОФП	Спортзал колледжа
13	Совершенствование навыков нижней прямой подачи. СФП	Спортзал колледжа
Ноябрь		
14	Совершенствование навыков подачи на точность	Спортзал колледжа
15	Правила игры. СФП	Спортзал колледжа
16	Совершенствование навыков подач, передачи мяча. СФП	Спортзал колледжа
17	Совершенствование навыков перемещений	Спортзал колледжа
18	Тактика вторых передач. СФП	Спортзал колледжа
19	Совершенствование верхних передач. ОФП	Спортзал колледжа
20	Ознакомление с прямым нападающим ударом. Совершенствование передач. СФП	Спортзал колледжа
21	Обучение приёму мяча снизу двумя руками	Спортзал колледжа
22	Обучение прямому нападающему удару	Спортзал колледжа
Декабрь		
23	Обучение приёму мяча снизу двумя руками	Спортзал колледжа
24	Обучение прямому нападающему удару	Спортзал колледжа
25	Совершенствование навыков приёма мяча сверху и снизу двумя руками	Спортзал колледжа

26	Обучение верхней прямой подаче	Спортзал колледжа
27	Обучение прямому нападающему удару. ОФП	Спортзал колледжа
28	Ознакомление с передачей мяча в прыжке. СФП	Спортзал колледжа
29	Обучение верхней передача мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи	Спортзал колледжа
30	Совершенствование навыков прямого нападающего удара	Спортзал колледжа
Январь		
31	Обучение верхней передача мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи	Спортзал колледжа
32	Обучение приёму мяча сверху двумя руками с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину	Спортзал колледжа
33	Совершенствование навыков прямого нападающего удара	Спортзал колледжа
34	Обучение верхней передачи мяча назад	Спортзал колледжа
35	Совершенствование навыков приёма мяча от верхней прямой подачи. СФП	Спортзал колледжа
Февраль		
36	Совершенствование навыков приёма и передачи мяча сверху и снизу двумя руками	Спортзал колледжа
37	Обучение приёму мяча сверху с последующим падением	Спортзал колледжа
38	Совершенствование навыков прямого нападающего удара	Спортзал колледжа
39	Изучение индивидуальных тактических действий в нападении	Спортзал колледжа
40	Совершенствование навыков второй передачи	Спортзал колледжа
41	Обучение защитным действиям. ОФП	Спортзал колледжа
42	Изучение индивидуальных тактических действий в нападении	Спортзал колледжа
43	Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Подготовка к соревнованиям	Спортзал колледжа
Март		
44	Соревнования по волейболу в зачёт 50-ой Спартакиады учреждений СПО МО	Спортзал колледжа
45	Соревнования по волейболу в зачёт 50-ой Спартакиады учреждений СПО МО	Спортзал колледжа
46	Изучение индивидуальных тактических действий в игре	Спортзал колледжа
47	Совершенствование приёма мяча снизу и сверху с падением. Тактика защиты	Спортзал колледжа
48	Учебная игра. ОФП	Спортзал колледжа
49	Обучение передачам мяча в прыжке	Спортзал колледжа
50	Обучение групповым тактическим действиям в нападении	Спортзал колледжа
51	Учебная игра. ОФП	Спортзал колледжа

Апрель		
52	Обучение одиночному блокированию	Спортзал колледжа
53	Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении	Спортзал колледжа
53	Самостоятельное занятие по индивидуальным заданиям	Спортзал колледжа
54	Учебная игра	Спортзал колледжа
55	Обучение нападающему удару с переводом влево	Спортзал колледжа
56	Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении. ОФП	Спортзал колледжа
57	Тактика первых и вторых передач	Спортзал колледжа
58	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево	Спортзал колледжа
59	Тактика игры в защите. Учебная игра в защите	Спортзал колледжа
Май		
60	Тактика игры в нападении. Учебная игра	Спортзал колледжа
61	Обучение групповым тактическим действиям в защите	Спортзал колледжа
62	Совершенствование навыков блокирования. ОФП	Спортзал колледжа
63	Тактика игры в защите и нападении	Спортзал колледжа
64	Совершенствование навыков игры в нападении	Спортзал колледжа
65	Игровая тренировка. СФП	Спортзал колледжа
Июнь		
66	Игровая тренировка. СФП	Спортзал колледжа
67	Игровая тренировка. СФП	Спортзал колледжа
68	Соревнования между студентами колледжа	Спортзал колледжа
69	Обобщающее занятие	Спортзал колледжа
70	Совершенствование техники верхней подачи мяча	Спортзал колледжа
71	Применение изученных способов прием-передачи мяча	Спортзал колледжа
72	Совершенствование тактических действий в нападении и защите	Спортзал колледжа
73	Обобщающее занятие. Учебная игра	Спортзал колледжа

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «ВОЛЕЙБОЛ»

Название секции	Режим работы	Преподаватель
Волейбол	Понедельник 16:45 – 18.00 Среда 16:45 – 18.00	Иванов В.В.