

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 4"

ПРИНЯТ

на педагогическом совете
МБОУ «СОШ № 4»
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
МБОУ «СОШ № 4»
№ 59-ОД от 31.08.2023 г.

ПРИНЯТ С ИЗМЕНЕНИЯМИ

на педагогическом совете
МБОУ «СОШ № 4»
протокол № 3 от 18.09.2023 г.

УТВЕРЖДЕН С ИЗМЕНЕНИЯМИ

Приказом директора
МБОУ «СОШ № 4»
№ 66-ОД от 18.09.2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДООП «ВОЛЕЙБОЛ»
8-12 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История развития волейбола, техника безопасности	1	1	-	
2	Правила игры в волейбол. Физиологические основы спортивной тренировки. Режим дня спортсмена	1	1		
3	Техническая подготовка	9	1	8	Контрольные упражнения
4	Тактическая подготовка	9	1	8	Опрос. Командный зачет
5	Физическая подготовка	10	0	10	Тестирование
6	Сдача контрольных нормативов	1	0	1	Тестирование
7	Участие в соревнованиях, контрольный игры	3	0	3	Соревнования
	Итого	34	4	30	