ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК
по волейболу 1 год обучения

Содержание	часы	сентябрь				октябрь				ноября					декабрь				январь				февраль				март					апрель				май				
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
ТЕОРИЯ	5																																						
ТБ на занятиях по волейболу		1																																				
ТБ при проведении соревнований												1																											
Первая мед. помощь при травмах							1																															
Психологическая подготовка					1																																	
Правила личной гигиены				1																																		
ПРАКТИКА																																						
ОФП	78	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
СФП	39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Техническая подготовка	39	2	1	2	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	2	1	1	1	1	1
Тактическая подготовка	33		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1			1
Контрольно-переводные нормативы ОФП и СФП	4															1	1																				1	1		
мед. контроль	2		1																																		1	
Восстановительные мероприятия	4							1													1									1							1		
Инструкторская и судейская практика	2													1																					1				
Учебно-тренировочные игры	28					1		1	1	1	1		1		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1		1
ИТОГО ЧАСОВ	234	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК
по волейболу 2 год обучения

Содержание	часы	сентябрь				октябрь				ноября					декабрь					январь				февраль				март					апрель				май				
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
ТЕОРИЯ	7																																							
ТБ на занятиях по волейболу		1																																						
ТБ при проведении соревнований												1																												
Первая мед. Помощь при травмах							1																																
Психологическая подготовка					1																																		
Правила личной гигиены				1																																			
Организация проведения соревнований						1																																	
Межличностные отношения в коллективе									1																															
ПРАКТИКА																																							
ОФП	78	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
СФП	43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1
Техническая подготовка	41	2	1	2	1	1	1			1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	2	1		1	2	1	2	1	1	1	1	1
Тактическая подготовка	25		1		1		1	1	1	1	1	1	1	1		1		1	1	1		1	1	1	1	1	1			1	1			1			1			1
Контрольно-переводные нормативы ОФП и СФП	4															1	1																			1	1			
мед. контроль	2		1																																		1		
Восстановительные мероприятия	4							1													1									1							1			
Инструкторская и судейская практика	2													1																					1					
Учебно-тренировочные игры	28					1		1	1	1	1		1		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1	
ИТОГО ЧАСОВ	234	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК
по волейболу 3 год обучения

Содержание	часы	сентябрь				октябрь				ноября				декабрь					январь				февраль				март					апрель				май				
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
ТЕОРИЯ	7																																						
ТБ на занятиях по волейболу		1																																					
ТБ при проведении соревнований												1																											
Первая мед. Помощь при травмах							1																																
Психологическая подготовка					1																																		
Правила личной гигиены				1																																		
Организация проведения						1																																	
Межличностные отношения в коллективе									1																														
ПРАКТИКА																																							
ОФП	80	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
СФП	45	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
Техническая подготовка	43	2	1	2	1	1	1			1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1		1	1	2	1	2	1	1	2	1		1	2	1	2	1	1	1	1	1
Тактическая подготовка	19		1		1		1	1	1	1	1	1	1			1			1			1			1		1			1	1			1			1			1
Контрольно-переводные нормативы ОФП и СФП	4															1	1																			1	1			
мед. контроль	2		1																																		1		
Восстановительные мероприятия	4							1													1																	1		
Инструкторская и судейская практика	2													1																					1				
Учебно-тренировочные игры	28					1		1	1	1	1		1		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1		1
ИТОГО ЧАСОВ	234	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6