

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБОУ СОШ
с. Кувак-Никольское
29 августа 2025 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ СОШ
с. Кувак-Никольское
от 29.08.2025 №98

Программа дополнительного образования
«Волейбол»

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней
общеобразовательной школы с. Кувак-Никольское
(Федеральный государственный образовательный стандарт)

Пояснительная записка

Данная программа дополнительного образования по волейболу составлена на основании нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных волейбольных школ. В программе отражены основные принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований, опыт работы спортивных школ по волейболу.

Реализует физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в РФ»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41;
- Концепции развития дополнительного образования, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России (письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242);
- Примерных требований к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерства образования и науки РФ от 11.12. 2006 №06-1844);
- Инструктивное письмо Министерства образования МО от 26.08.2013 г. № 10825 – 13 в/ 07 «Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях МО»;
- Устава Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа с. Кувак-Никольское (далее – Учреждение);
- Инструктивное письмо Министерства образования МО от 26.08.2013 г. № 10825 – 13 в/ 07 «Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях МО».

Направленность (профиль) программы: физкультурно-спортивная направленность, ориентированная на физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации.

Актуальность программы:

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у учащихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у учащихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди учащихся, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Цель: сформировать у учащихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игр в волейбол.

Задачи:

Личностные:

- Способствовать развитию основных волевых качеств личности: выдержки, осознанного поведения.
- Содействовать формированию умения работать в команде.
- Развивать коммуникативные навыки, внимание и уважение к окружающим, терпимость к иному мнению; способствовать формированию патриотических чувств.

Предметные:

- Усвоить в ходе занятий правила техники безопасности и основной теоретической базы игры в волейбол;
- познакомить учащихся с историей и современным развитием волейбола;
- обеспечить в ходе занятий усвоение основных приемов игры в волейбол;
- формировать специальные знания в области игровых видов спорта: научить правильно, выполнять технические приемы и тактические действия.
- Научить творчески, мыслить при организации атакующих и оборонительных действий в ходе игры в волейбол.

Метапредметные:

- Развивать творческое мышление и способности.
- Совершенствовать моторику, двигательные функции, силу и быстроту действий.
- Развивать спортивные качества и потенциал учащихся, их познавательную активность.

Адресат программы:

Программа ориентирована на учащихся 11 – 17 лет, в подборе упражнений и нагрузок учитываются возрастные особенности занимающихся.

Объем и срок освоения программы: Данная программа рассчитана на 1 год. Программа имеет стартовый уровень обучения.

Формы обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Данная программа предполагает групповые формы учебных занятий. В учебные группы зачисляются учащиеся, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача для занятий. Возможен добор отдельных учащихся в случае отчисления детей, по каким-либо причинам. Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением детей технике и тактике в волейбол. Кроме средств волейбола, составной его частью являются специальные упражнения (подготовительные), играющие важную роль на начальном этапе обучения. Обучение тактическим действиям начинается с первых же занятий. По мере овладения техникой волейбола юные спортсмены изучают тактические действия, связанные с ней.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 90 минут (2 академических часа).

Общий объем занятий состоит из 68 часов.

Планируемые результаты:

К моменту завершения программы, обучающиеся должны:

Знать:

- расстановку игроков на поле;
- правила перехода игроков по номерам;
- правила игры в мини-волейбол;
- правильность счёта по партиям;

Уметь:

- выполнять перемещения и стойки;
- выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками;
- выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча;
- выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров; - выполнять падения.

Личностные результаты:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе, игровой и соревновательной деятельности в волейболе;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

Предметные результаты:

- выполнять основные технические действия и приёмы игры в волейбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения уровня индивидуального развития основных физических качеств.
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- знать об особенностях зарождения, истории волейбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами волейбола;

- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях волейболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в волейбол.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия волейболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по волейболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Формы аттестации:

- спортивные праздники, конкурсы
- соревнования школьного и городского масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год. Тестирование проходит в начале учебно-тренировочного года – в сентябре-октябре и в конце учебно-тренировочного года – в апреле-мае.

Формы отслеживания и способы фиксации результатов: • протоколы контрольных тестов и упражнений • учёт и анализ результатов игровой деятельности за период обучения.

Используются различные формы подведения итогов данной программы: тренировочные игры, беседы, учебные игры, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований, контрольные игры.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

С помощью таблиц нормативных оценок по физической и технической распределяются по уровням готовности, которым соответствует определённое количество баллов.

Уровень готовности

Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
---------	---------------	---------	---------------	--------

5 баллов и выше	От 4.5 баллов до 5 баллов	От 3 баллов до 4.5 баллов	2.5 баллов до 3 баллов	2.5 балла и ниже
-----------------	---------------------------	---------------------------	------------------------	------------------

Уровень готовности волейболиста определяется путём вычисления среднего арифметического значения суммы полученных баллов. Групповой уровень определяют путём суммирования средних баллов и последующего деления полученной суммы на число участников тестирования.

Тестирование проводится два раза в год. В начале обучения на основании данных тестирования планируется учебно-тренировочный процесс. В конце года после повторного тестирования делается вывод о динамике показателей физической и технической готовности спортсменов.

Материально-техническое обеспечение:

Занятия проходят в спортивном зале МБОУ СОШ с. Кувак-Никольское с использованием следующего инвентаря: волейбольные мячи, секундомер электронный, скакалки, гимнастические скамейки, гимнастические маты, конусы, стойки волейбольные, сетка волейбольная; мультимедийный процессор, компьютер.

Информационное обеспечение:

Видеофильмы по разделам курса по тематике курса.

Кадровое обеспечение:

Обучение ведёт педагог дополнительного образования Ильина Наталья Викторовна, учитель физической культуры высшей квалификационной категории.

Учебный план

№	Раздел	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретические основы знаний	2	2		Тестирован ие
2	Общая физическая подготовка	20		20	контроль
3	Техническая подготовка	20		20	
4	Тактическая подготовка	20		20	
5	Спортивные соревнования	4		4	
6	Теоретические основы знаний	2	2		зачет
Всего часов		68	4	60	
Итого часов за год		68			

Содержание программы

Раздел 1. Теоретические основы знаний (2 часа)Тема №1.

Вводное занятие.

Теория: Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним.

Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома. Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье.

Тема №2. История развития волейбола. Правила игры и соревнований.

Теория: История возникновения волейбола. Развитие волейбола в России. Правила игры.

Форма аттестации и контроля: Тестирование.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (20час).

Тема: Основы общей физической подготовки.

Практика: Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

- Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами - со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом.

- Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

- Подвижные игры: “День и ночь”, “Салки без мяча”, “Караси и щука”, “Волк во рву”, “Третий лишний”, “Удочка”, “Круговая эстафета”, комбинированные эстафеты.

Раздел 3. Техническая подготовка (20 часов).

Тема: Основы технической подготовки.

Практика: Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещений.

- Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте и после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером - с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

- Овладение техникой подачи: нижняя прямая; подача мяча, подвешенного на шнуре, установленного в держателе; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

- Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (владение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1,2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

- Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Раздел 4. Тактическая подготовка (20 часов).

Тема: Основы тактической подготовки.

Практика: Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

- Групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

- Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Раздел 5. Спортивные соревнования (4 час).

Формы аттестации и контроля: участие в соревнованиях.

Раздел 6. Теоретические основы знаний (2 часа).

Тема №1-2: Итог работы за год.

Теория: Разбор проведенных игр. Разбор и устранение ошибок.

Форма контроля: Зачет.

Методическое обеспечение программы Методы обучения:

- Словесный: объяснение терминов, новых понятий.
- Наглядный: показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видеоматериалов.
- Практический: выполнение обучающимися практических заданий и упражнений.
- Игровой: активизирует внимание, улучшает эмоциональное состояние занимающихся.

На занятиях применяются следующие методы организации работы с обучающимися: фронтальный, групповой, круговой, индивидуальный.

Методы выполнения физических упражнений в каждой части занятия: поточный, групповой.

Для развития физических качеств используются методы физического воспитания: повторный, переменный, соревновательный и игровой.

Формы организации образовательного процесса:

В качестве основной формы организации образовательного процесса используется: групповая.

Формы организации учебного занятия в данной программе является тренировка, спортивные соревнования, эстафеты, турниры.

Педагогические технологии: Технология дифференцированного обучения:

Учет индивидуальных особенностей школьников. Повышение интереса к занятиям. Создание мотивации для самостоятельных занятий.

Технология игровой деятельности: Формирование личности школьника, чувства коллективизма, ответственности, лидерских качеств, дружелюбия и организаторских умений. Повышение моторной плотности без психологических перегрузок. Повышение интереса к занятиям. Игровые технологии неотъемлемая часть каждого занятия.

Технология группового обучения: Учет физического развития. Учет индивидуальных особенностей школьников. Мониторинг физического состояния и состояния здоровья учащихся. Разделение по группам в зависимости от задач занятий. Подбор заданий с учетом уровня подготовленности.

Алгоритм учебного занятия:

I этап. Анализ предыдущего учебного занятия, поиск ответов на следующие вопросы:

- Достигло ли учебное занятие поставленной цели?
- В каком объеме и качестве реализованы задачи занятия на каждом из его этапов?
- На сколько полно и качественно реализовано содержание?
- Каков в целом результат занятия, оправдался ли прогноз педагога?
- За счет чего были достигнуты те или иные результаты (причины)?
- В зависимости от результатов, что необходимо изменить в последующих учебных занятиях какие новые элементы внести, от чего отказаться?
- Все ли потенциальные возможности занятия и его темы были использованы для решения воспитательных и обучающих задач?

II этап. Моделирующий. По результатам анализа предыдущего занятия строится модель будущего учебного занятия:

- обозначение задач учебного занятия;
- определение темы и ее потенциала, как обучающего, так и воспитательного;
- определение вида занятия, если в этом есть необходимость;
- продумывание содержательных этапов и логики занятия, отбор способов работы как педагога, так и детей на каждом этапе занятия.

III этап. Обеспечение учебного занятия.

- Самоподготовка педагога, подбор информации познавательного материала

Тематическое планирование

№ занятий	к-во ч	Темы	Содержанием материала
1	2	История развития волейбола. ТБ. Техника подачи мяча	Становление волейбола как вида спорта Последовательность и этапы волейболистов. Общие основы волейбола. ОФП ТБ обучения
2	2	Техническая подготовка волейболиста. Прямая подача	Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства. Основные задачи технической подготовки. Всесторонняя физическая подготовка - необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения. Основы совершенствования технической подготовки. Методы и средства технической подготовки
3	2	Техника игры в волейбол. Нижняя боковая подача.	Взаимосвязь техники нападения и защиты в обучении и тренировке. Ознакомление с техникой игры. Последовательность, методы, методические приемы при обучении и совершенствовании техники игры. Роль соревнований для проверки технической подготовки игроков. Нормативные требования испытания по технической подготовке. "Техника игры, ее характеристика. Особенности современной техники волейбола, тенденции и дальнейшего развития. Терминология. Техника нападения, техника защиты. Взаимосвязь развития техники нападения и защиты. Нижняя подача.

4	2	физическая подготовка. Верхняя прямая подача.	применяемых при проведении общеразвивающих, подготовительных, подводящих и специальных упражнений. Подбор упражнений при составлении и проведении комплексов по физической подготовке. Индивидуальный подход к занимающимся при решении задач физической подготовки. Виды контрольных тестов по физической подготовке. Проведение физической подготовке. Проведение Верхняя подача.
5	2	ОФП. Подача с вращением.	Подбор и применение упражнений для исправления ошибок в технике игры. Подбора и проведения упражнений для развития физических качеств. Входящий контроль. Контрольные нормативы. Подача с вращением.

Изучение техники игры волейбола техника нападения:

6	2	Подача в прыжке. Стартовые стойки	Устойчивая, основная; статическая стартовая стойка; динамическая стартовая стойка. Верхняя передача мяча у стенки. Подача в прыжке. Учебная игра.
7	2	Верхняя передача мяча. Освоение техники перемещений, стоеч волейболиста в нападении	Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места; толчком одной с разбега, с места). Верхняя передача мяча в парах. Учебная игра
8	2	Верхняя передача мяча. Освоение техники перемещений, стоеч волейболиста в защите	Техника стоек, перемещений волейболиста в защите. Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом (бег), приставным шагом (бег). Выпады: вперед, в сторону. Нижняя, верхняя передача мяча у стенки. Учебная игра

Обучение техники подачи мяча:

9	2	Обучение технике нижней прямой подачи. Подача в прыжке	подводящие упражнения для обучения нижней прямой подаче; специальные упражнения для обучения нижней прямой подаче;
---	---	--	--

10-	2	Обучение технике нижней боковой подачи. Подача в прыжке.	подводящие упражнения для обучения нижней боковой подаче; специальные упражнения для обучения нижней боковой подаче; Учебная игра
11	2	Обучение технике верхней прямой подачи. Подача в прыжке.	подводящие упражнения для обучения верхней прямой подаче; специальные упражнения для обучения верхней прямой подаче; Учебная игра
12	2	Обучение технике нападающих ударов	подводящие упражнения с набивным мячом; упражнения для обучения напрыгиванию; упражнения с теннисным мячом; упражнения для обучения замаху удару по мячу; специальные упражнения на стены в опорном
			положении; специальные упражнения на стены.
13	2	Обучение технике приема подач	упражнения для обучения перемещению игрока; имитационные упражнения с баскетбольным мячом и технике приема подачи (на месте, после перемещения); специальные упражнения в парах без сетки; Учебная игра
14	2	Обучение технике приема мяча с падением	-на спину, бедро-спину, набок, на голени, кувырок, на руки – грудь Учебная игра
15	2	Обучение технике блокирования	упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков; имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения); имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольным мячами (в паре); специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре); упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные)
16	2	Обучение и	Групповые взаимодействия.

		совершенствование индивидуальных действий	Характеристика командных действий в нападении. Условные названия тактических действий в нападении. Функции игроков. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями. Определение эффективности игры в нападении игроков команды в целом (короткие, средние, длинные), двумя спортивными действиями, без поворота
			одной рукой.
17	2	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	Групповые взаимодействия. Характеристика командных действий. Взаимодействие игроков. Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом. Учебная игра.
18	2	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	Обучение технике передач в прыжке: откидке, отвлекающие действия при вторых передачах. Подбора упражнений для воспитания быстроты ответных действий. Упражнения на расслабления и растяжения. Обучение технике бокового нападающего удара, подачев прыжке. Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока. Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП. Подбор упражнений для развития ловкости, гибкости.
19	2	Обучения тактике нападающих ударов	Нападающий удар задней линии. СФП. Подбор упражнений для развития специальной силы. Учебная игра
20	2	ОФП	Промежуточный контроль. Контрольные нормативы.

21	2	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	Упражнения для развития гибкости. Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Упражнения для развития силы (гантели, эспандер).
			Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Упражнения для развития быстроты перемещений. Учебная игра
22	2	Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями	Подбор упражнений для воспитания прыгучести и прыжковой ловкости волейболиста. Учебная игра.
23	2	Применение элементов гимнастики и акробатики в тренировке волейболистов	Технико-тактические действия в защите при страховке игрока в зонах 6. Учебная игра.
24	2	Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов	Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока. Учебная игра.
25	2	Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	Обучение приему мяча от сетки. Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме нападающих ударов. Развитие координации. Учебная игра.
26	2	Обучения взаимодействия нападающего и пасующего	Передача мяча одной рукой в прыжке. Учебная игра.
27	2	Обучение групповым действиям нападении через игрока передней линии	Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары). Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.
28	2	Обучение командным действиям в защите	Учебная игра с заданием.

29	2	ОФП	Учебнаяиграс заданием Контрольные ИТОГОВЫЙКОНТРОЛЬ. нормативы.
30	2	ОФП	Кросс.Прыжки.Отжимания. Подтягивания.
31	2	ОФП	Кросс.Прыжки.Отжимания. Подтягивания.
32		Соревнования	
33		Соревнования	
34		Соревнования	

Дидактические материалы:

- картотека упражнений по волейболу;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе;
- правила игры в баскетбол - правила судейства в волейболе;
- положение о соревнованиях по волейболу;
- разработки общеразвивающих упражнений.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Железняк, Ю.Д. Юный волейболист / Ю.Д. Железняк - М.: ФиС, 2018.
2. Клещёв, Ю.Н., Фурмнов, А.Г. Юный волейболист / Ю.Н. Клещёв, А.Г.Фурманов. - М.: ФиС, 2014.
3. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г.И.

Погадаев. - М.: Просвещение, 2015.

4. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б.

Мейксон, Л.Е. Любомирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. - М.: Просвещение, 2016.

Список литературы для педагога:

1.Ахмеров, Э.К. Волейбол для начинающих. - Минск: Полымя, 2015. 2.Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2014.

3. Железняк, Ю.Д., Слупский Л. Н. Волейбол в школе: Пособие для учителей -М.: Просвещение, 2016.

4. Кузнецов, В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г.

А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2015.

5. Фурманов, А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. - М.: Физкультура и спорт, 2016.

