# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# Управление образования и науки Липецкой области в Департамент образования администрации г. Липецка

# МБОУ СОШ №24 г. Липецка

THE CIVIO II EIIO		o ibeimaeire
Зав. кафедрой	Директор МБОУ СОШ	Директор МБОУ СОШ
естественно-научных и	№ 24 им. М.Б.	№ 24 им. М.Б.
здоровьеформирующих	Раковского	Раковского

СОГЛАСОВАНО

Кофанова М.Н. [Номер приказа] от «28» августа 2024 г.

PACCMOTPEHO

дисциплин

Стрельников А.Б. [Номер приказа] от <02> сентября <2024 г.

**УТВЕРЖЛЕНО** 

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

# дополнительной общеразвивающей программе ШСК «Спарта» «Волейбол» на 2024-2025 учебный год

Год обучения: второй Возрастная категория детей: 11-17 лет

Составитель программы: Абрамов Геннадий Николаевич педагог дополнительного образования

г. Липецк 2024г.

#### Пояснительная записка

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции обучающихся обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности. Соревновательный характер игры, самостоятельность индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у детей проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у школьников умения управлять эмоциями, не терять контроля над своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся 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.

#### **Уровень освоения программы -** базовый уровень.

Направленность (профиль) программы дополнительной образовательной программы кружка «Юный волейболист» спортивно-оздоровительная. Программа направлена на приобретение теоретических и практических навыков игры в волейбол. Укреплению здоровья, правильному физическому развитию детей.

**Актуальность:** Для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные кружки и секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия. Занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Школьники, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

#### Преемственность с другими образовательными областями:

Кружковая работа по волейболу входит в образовательную область «Физическая культура». По своему воздействию спортивные игры, в том числе волейбол являются наиболее комплексным

и универсальным средством развития психомоторики школьника. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей обучающихся.

#### Новизна программы состоит:

- в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека;
- в создании специально организованной предметно-развивающей среды.

#### Отличительные особенности:

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Школьники, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

#### Педагогическая целесообразность:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы кружка спортивных игр по волейболу;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

**Адресат программы:** данная программа предназначена для детей в возрасте от 13 до 18 лет.

Объём программы - программа рассчитана на 144 часа.

#### Формы обучения и виды занятий:

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и виды занятий.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Формы организации образовательной деятельности:

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом.

#### Срок освоения программы – программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий — занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Программа предусматривает очное обучение.

**Цель программы** - создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий волейболом, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

#### Задачи программы:

Образовательные:

- обучить обучающихся техническим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать дополнительные знания и умения в области раздела физической культуры и спорта, спортивные игры (волейбол);
- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам волейбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества;
- способствовать повышению работоспособности обучающихся;
- развивать двигательные способности;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.
- воспитание спортсменов патриотов своей школы, своего города, своей страны.

#### Планируемые результаты усвоения программы:

#### Личностные результаты:

- овладеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий по волейболу, их планирования и содержательного наполнения;
- владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из волейбола и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- овладеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

#### Метапредметные результаты:

- научиться самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- научиться самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- научатся соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в

- рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- научатся оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности решения учебной задачи;
- овладеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- научатся организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- научатся работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- научатся формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

#### Программа «Юный волейболист» построена на принципах:

- Принцип последовательности. От простого к сложному. Познавательные задачи предъявляются обучающимися в определенной последовательности.
- *Принцип систематичности*. Систематическое использование приемов поисковоисследовательской деятельности приводит к тому, что она становится способом самостоятельной деятельности детей.
- Принцип самостоятельности. Под влиянием поисковой деятельности у ребят развивается элемент самостоятельного творческого мышления.
- Принцип индивидуальности. Осуществляется индивидуальный подход к детям.
- Принцип сотрудничества. Личное ориентированное взаимодействие взрослого с ребенком.
- Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей.
- Принцип взаимодействия с семьей.

# Содержание программы

#### Учебный план

No - /-	Название	Количе	Формы		
Nº <b>п/п</b>	раздела	Bcero	Теория	Практика	контроля
1	Основы	6	6	-	Беседа,
	знаний				рассказ
2	Освоение	6	-	6	Показ.
	техники				Тренировочные
	передвижений				упражнения.
					Работа в
					группах.
					Учебная игра
3	Освоение	40	-	40	Показ.
	техники приемов				Тренировочные
	и передач мяча				упражнения.

	1				
					Работа в
					группах.
					Учебная игра
4	Освоение	52	-	52	Показ.
	техники подачи				Тренировочные
	мяча и приема				упражнения.
	подач				Работа в
					группах.
					Учебная игра
5	Освоение	22	-	22	Показ.
	техники прямого				Тренировочные
	нападающего				упражнения.
	удара и				Работа в
	овладение				группах.
	техникой				Учебная игра
	защитных				
	действий				
6	Овладение	6	-	6	Показ.
	тактикой игры в				Тренировочные
	нападении.				упражнения.
					Работа в
					группах.
					Учебная игра
7	Овладение	2	-	2	Показ.
	тактикой игры в				Тренировочные
	защите				упражнения.
					Работа в
					группах.
					Учебная игра
8	Овладение	10	2	10	Учебно-
	организаторскими				тренировочные
	способностями				игры
					Соревнования
	итого:	144	8	136	
·	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			

# Содержание учебного плана

Основная		Содержание		
напр	авленность			
1.	Основы	Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по		
знаний		волейболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Технико-тактические действия в защите и в нападении.		
2.	Освоение	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком,		
техникой передвижений		лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол,		
		встать, подпрыгнуть и т. д.)		

3. Освоение	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после			
техники приемов и	перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах			
передач мяча	через сетку с переходом в конец противоположной колонны.			
4. Освоение	Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя			
техники подачи мяча и	прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку.			
приема подач.	Прием подачи через сетку.			
5. Освоение	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.			
техники прямого	Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.			
нападающего удара и	Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое).			
овладение техникой Страховка.				
защитных действий				
6. Овладение	Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия —			
тактикой игры в	взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком			
нападении.	зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии			
	без изменения позиций игроков.			
7. Овладение	Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии			
тактикой игры в защите	с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».			
8. Овладение	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований			
организаторскими	между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.			
способностями	Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ			

# Комплекс организационно-педагогических условий

# Календарный учебный график

Место проведения: МОУ СОШ № 24 Дни проведения: понедельник, пятница

Время проведения: 18<sup>30</sup>-20<sup>00</sup>

/п	Nº ⊓	Раздел	Кол	ı-во часо	В	Ļ	<b>ц</b> ата	Фо рма контроля
		Тема занятий	тео рия	тика	прак	п о плану	п о факту	
	1.	Основы знаний (6 ч.)		•				
	1	Комплектован	2		-			
-2		ие группы (только 1 год)						
		Вводный						Бес
		инструктаж по ТБ						еда,
		Правила игры в						рассказ
		волейбол Основные						
		понятия об игре в						
		волейбол.						

	3	Организация и	2	_		
-4	3	судейство	۷			Бес
-		соревнований по				еда,
		волейболу.				рассказ
		Жестикуляция судей.				рассказ
	5-6		2	_		Бес
		тактические действия в	2	_		
		• •				еда,
	2.0	защите и в нападении.				рассказ
		Освоение техники передв Стойка игрока.	ижения (о ч.)	2		Помор
	7-8	•		2		Показ
		Перемещения в стойке			'	-
		приставными шагами				ренировочн
		боком, лицом и спиной				sie
		вперед. Ходьба, бег и				пражнения. Работа в
		выполнение заданий				
		(сесть на пол, встать,				руппах. ⁄чебная игра
	9-	подпрыгнуть и т. д.)		2	3	Показ
10	9-	Перемещение		2		ПОКаз
10		игроков при подаче и				-
		приёме мяча. Стойки основная,				ренировочн
		. 1				NED SYNTHOLING
						пражнения. Работа в
		перемещение				
		приставными шагами				руппах. ⁄чебная игра
		лицом, боком (правым, левым), спиной вперед;			3	чеоная игра
		вперед; остановка				
		шагом; сочетание стоек и перемещений, способов				
		перемещений.				
	11-	•		2		
12	11-	' '		2		Показ
12		Прыжки на месте, у				HORas
		сетки, после перемещений и			'	ренировочн
		остановки; сочетание				ые ые
		способов перемещений				пражнения.
		с остановками,			·	Работа в
						руппах.
		прыжками, техническими				руппах. ⁄чебная игра
		приёмами.			,	теонал инра
		приемами. Освоение техники приемо	В и передзи	 Mgua (4∩ u )		
	13-		о и передач	2		Показ
14	13-	Развитие		_		110843
<b>1</b> 7		физических качеств:			'	ренировочн
		силы, быстроты,				ые ненировочн
		прыгучести,				,,,,
					•	

	ı	T	Г	
	выносливости, ловкости,			упражнения.
	гибкости. Передача мяча			Работа в
	сверху двумя руками;			группах.
	над собой и после			Учебная игра
	перемещения			
	различными способами;			
	в парах; в треугольнике;			
	Учебная игра			
	15- Развитие	2		Показ
16	физических качеств:	_		l lionas
10	силы, быстроты,			Тренировочн
				ые
	прыгучести,			
	выносливости, ловкости,			упражнения.
	гибкости. Передача мяча			Работа в
	сверху двумя руками;			группах.
	над собой и после			Учебная игра
	перемещения			
	различными способами;			
	в парах; в треугольнике;			
	Учебная игра			
	17- Развитие	2		Показ
18	физических качеств:			
	силы, быстроты,			Тренировочн
	прыгучести,			ые
	выносливости, ловкости,			упражнения.
	гибкости. Передача мяча			Работа в
	сверху двумя руками;			группах.
	над собой и после			Учебная игра
	перемещения			3 Teorian mpa
	различными способами;			
	·			
	в парах; в треугольнике;			
	Учебная игра			
	19- Развитие	2		Показ
20	физических качеств:			•
	силы, быстроты,			Тренировочн
	прыгучести,			ые
	выносливости, ловкости,			упражнения.
	гибкости. Передача мяча			Работа в
	сверху двумя руками;			группах.
	над собой и после			Учебная игра
	перемещения			
	различными способами;			
	в парах; в треугольнике;			
	Учебная игра			
	21- Развитие	2		Показ
22	физических качеств:			
		l		

			<del></del>
	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. передачи в		Работа в
	стену; на точность с		группах.
	собственного		Учебная игра
	подбрасывания и		
	партнёра. Учебная игра		
	23- Развитие	2	Показ
24	физических качеств:		
	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. передачи в		Работа в
	стену; на точность с		группах.
	собственного		Учебная игра
	подбрасывания и		
	партнёра. Учебная игра		
	25- Развитие	2	Показ
26	физических качеств:	_	Tronds
20	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Командные		
	действия. Система игры		
			группах.
	со второй передачи		Учебная игра
	игроком передней 		
	линии: приём подачи и		
	первая передача в зону 3		
	(2) Уч. игра		
	27- Развитие	2	Показ
28	физических качеств:		
	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Командные		Работа в
	действия. Система игры		группах.
	со второй передачи		Учебная игра
	игроком передней		
	линии: приём подачи и		
	первая передача в зону 3		
	(2) Уч. игра		
	-		ı

	29- Развитие	2	Показ
30	физических качеств:		
	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Командные		Работа в
	действия. Система игры		группах.
	со второй передачи		Учебная игра
	игроком передней		,
	линии: приём подачи и		
	первая передача в зону 3		
	(2), вторая передача		
	игроку зоны 4 (2).		
	Учебная игра		
	31- Развитие	2	Показ
32	физических качеств:	_	
-	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Командные		Работа в
	действия. Система игры		группах.
	со второй передачи		Учебная игра
	игроком передней		3 iconan mpa
	линии: приём подачи и		
	первая передача в зону 3		
	(2), вторая передача		
	игроку зоны 4 (2).		
	Учебная игра		
	33- Развитие	2	Показ
34	физических качеств:		Hokus
<b>5</b> 4	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Групповые		Работа в
	действия		группах.
	волейболистов. Взаимод		Учебная игра
	ействие при первой		7 Iconan mpa
	передаче игроков зон 3,		
	4 и 2; Учебная игра		
	35- Развитие	2	Показ
36	физических качеств:	2	Hokas
30	силы, быстроты,		Тренировочн
	прыгучести,		ые
	выносливости, ловкости,		упражнения.
	гибкости. Групповые		упражнения. Работа в
	действия		. 40014
	Henerollin		

V			
волейболистов. Вза			группах.
ействие при п	рвой		Учебная игра
передаче игроков з	он 3,		
4 и 2; Учебная игра			
37- Развитие		2	Показ
38 физических ка	еств:		
силы, быст	ооты,		Тренировочн
прыгучести,			ые
выносливости, лові	ости		упражнения.
гибкости. Групповы			Работа в
действия			
			группах.
волейболистов. Вза			Учебная игра
•	рвой		
передаче игроков з			
5, 1 и 3, 4, 2 при пр			
подачи. Учебная иг	а		
39- Развитие		2	Показ
40 физических ка	еств:		
силы, быст	ооты,		Тренировочн
прыгучести,			ые
выносливости, лові	ости,		упражнения.
гибкости. Групповы			Работа в
действия			группах.
волейболистов. Вза	имол		Учебная игра
	рвой		j iconan in pu
передаче игроков з	•		
5, 1 и 3, 4, 2 при пр			
подачи. Учебная иг	la		
41- Развитие		2	Показ
•	еств:		•
силы, быст	ооты,		Тренировочн
прыгучести,			ые
выносливости, лові	ости,		упражнения.
гибкости. Перемещ	ение		Работа в
игроков при пр	иёме		группах.
мяча. Стойки осно	вная,		Учебная игра
низкая; ходьба,	бег,		
перемещение			
•	ігами		
лицом, боком (пр			
левым), спиной вп			
Учебная игра	- 1 1- 1		
43- Развитие		2	Показ
	IOCTD:		IOKas
•	еств:		·
	ооты,		Тренировочн
прыгучести,			ые

45	выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Учебная игра  Развитие	2	упражнения. Работа в группах. Учебная игра
46	физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Учебная игра	2	локаз . Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
48	физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: сочетание стоек и перемещений, способов перемещений Учебная игра	2	Показ . Тренировочн ые упражнения. Работа в группах. Учебная игра
49-	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: сочетание стоек и перемещений, способов перемещений Учебная игра	2	Показ . Тренировочн ые упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	51-			2	Показ
52		физических качеств:			•
		силы, быстроты,			Тренировочн
		прыгучести,			ые
		выносливости, ловкости,			упражнения.
		гибкости. Перемещение			Работа в
		игроков при приёме			группах.
		мяча: сочетание стоек и			Учебная игра
		перемещений, способов			
		перемещений Учебная			
		игра			
	4. C	своение техники подачи	мяча и прие	ма подач (52ч. <b>)</b>	
	53-	Приём подачи.		4	Показ
56		Подающие			
		поочерёдно подают			Тренировочн
		мяч. На			ые
		противоположной			упражнения.
		стороне площадки			Работа в
		игроки принимают			группах.
		мяч к сетке в зону 3. В			Учебная игра
		зоне 3 игрок отбивает			
		мяч через сетку.			
		Выполнив			
		предварительно			
		передачу над собой.			
		После 3-4 подач			
		принимающие			
		смещаются по кругу.			
		Учебная игра			
	57-	Приём подачи.		2	Показ
58		Подающие			
		поочерёдно подают			Тренировочн
		мяч. На			ые
		противоположной			упражнения.
		стороне площадки			, . Работа в
		игроки принимают			группах.
		мяч к сетке в зону 3. В			Учебная игра
		зоне 3 игрок отбивает			
		мяч через сетку.			
		Выполнив			
		предварительно			
		передачу над собой.			
		После 3-4 подач			
		принимающие			
		смещаются по кругу.			
		Учебная игра			
		J ICONIAN PILIPU			

	59-	Перемещение	2		Показ
60		игроков при подаче и			
		приёме мяча.			Тренировочн
		Стойки			ые
		основная, низкая;			упражнения.
		ходьба, бег,			Работа в
		перемещение			группах.
		приставными шагами			Учебная игра
		лицом, боком			
		(правым, левым),			
		спиной вперед;			
		Нижняя прямая			
		(боковая); в стену –			
		расстояние 6-9м,			
		отметка на высоте 2м.			
		Учебная игра			
	61-	Перемещение	2		Показ
62		игроков при подаче и			
		приёме мяча.			Тренировочн
		Стойки			ые
		основная, низкая;			упражнения.
		ходьба, бег,			Работа в
		перемещение			группах.
		приставными шагами			Учебная игра
		лицом, боком			
		(правым, левым),			
		спиной вперед;			
		Нижняя прямая			
		(боковая); в стену –			
		расстояние 6-9м,			
		отметка на высоте 2м.			
		Учебная игра			
	63-	Перемещение	2		Показ
64		игроков при подаче и			
		приёме мяча.			Тренировочн
		Стойки			ые
		основная, низкая;			упражнения.
		двойной шаг, скачок			Работа в
		вперед; остановка			группах.
		шагом. Нижняя			Учебная игра
		прямая (боковая);			
		через сетку —			
		расстояние 6м, 9м;			
		Учебная игра			

	65-	Перемещение	2	Показ
66	03	игроков при подаче и	2	Tiokas
00		приёме мяча.		Thoughous
		приеме мяча. Стойки		Тренировочн
				ые
		основная, низкая;		упражнения.
		двойной шаг, скачок		Работа в
		вперед; остановка		группах.
		шагом. Нижняя		Учебная игра
		прямая (боковая);		
		через сетку —		
		расстояние 6м, 9м;		
		Учебная игра		
	67-	Перемещение	2	Показ
68		игроков при подаче и		
		приёме мяча.		Тренировочн
		Стойки		ые
		основная, низкая;		упражнения.
		сочетание стоек и		Работа в
		перемещений,		группах.
		способов		Учебная игра
		перемещений.		
		Нижняя прямая		
		(боковая); из-за		
		лицевой линии в		
		пределы площадки,		
		правую, левую		
		половины площадки.		
		Учебная игра		
	69-	Перемещение	2	Показ
70		игроков при подаче и	_	
		приёме мяча.		Тренировочн
		Стойки		ые
		основная, низкая;		упражнения.
		сочетание стоек и		Работа в
		перемещений,		группах.
		способов		Учебная игра
		перемещений.		учеоная игра
		•		
		•		
		(боковая); из-за		
		лицевой линии в		
		пределы площадки,		
		правую, левую		
		половины площадки.		
		Учебная игра		_
70	71-	Приём подачи	2	Показ
72				· .

			_	 
		Передача мяча		Тренировочн
		двумя руками сверху		ые
		на месте. Передача		упражнения.
		мяча над собой.		Работа в
		Прием мяча двумя		группах.
		снизу. Нижняя прямая		Учебная игра
		подача. Учебная игра		
	73-	Приём подачи	2	Показ
74		Передача мяча		
		двумя руками сверху		Тренировочн
		на месте. Передача		ые
		мяча над собой.		упражнения.
		Прием мяча двумя		Работа в
		снизу. Нижняя прямая		группах.
		подача. Учебная игра		Учебная игра
	75-	Приём подачи	2	Показ
76		Верхняя		
		прямая подача.		Тренировочн
		Передачи мяча в парах		ые
		в движении. Передачи		упражнения.
		в четверках с		Работа в
		перемещением из		группах.
		зоны 6 в зоны 3, 2 и из		Учебная игра
		зоны 6 в зоны 3, 4.		
		Учебная игра		
	77-	Приём подачи	2	Показ
78		Верхняя	_	Tronus
, 0		прямая подача.		Тренировочн
		Передачи мяча в парах		ые
		в движении. Передачи		упражнения.
		в четверках с		Работа в
		перемещением из		группах.
		зоны 6 в зоны 3, 2 и из		Учебная игра
		зоны 6 в зоны 3, 4.		3 чеонал игра
		Учебная игра		
	79-	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	2	Поиза
90	79-	Приём подачи	2	Показ
80		Верхняя		·
		прямая подача		Тренировочн
		Передачи мяча сверху		ые
		двумя руками и снизу		упражнения.
		двумя руками в		Работа в
		различных сочетаниях.		группах.
		Учебная игра		Учебная игра
	81-	Приём подачи	2	Показ
82		Верхняя		<u>                                     </u>
		прямая подача		Тренировочн

	Передачи мяча сверху		ые
	двумя руками и снизу		упражнения.
	двумя руками в		Работа в
	различных сочетаниях.		группах.
	Учебная игра		Учебная игра
83-	Верхняя	2	Показ
84	прямая подача. Прием		
	мяча с подачи.		Тренировочн
	Передачи мяча сверху		ые
	двумя руками и снизу		упражнения.
	двумя руками в		Работа в
	различных сочетаниях.		группах.
	Учебная игра		Учебная игра
85-	Верхняя	2	. Показ
86	прямая подача. Прием		
	мяча с подачи.		Тренировочн
	Передачи мяча сверху		ые
	двумя руками и снизу		упражнения.
	двумя руками в		Работа в
	различных сочетаниях.		группах.
	Учебная игра		Учебная игра
87-		2	Показ
88	прямая подача с	_	Hokas
	вращением. Передача		Тренировочн
	из зон 1,6,5 в зону 3		ые
	Прием мяча с подачи.		упражнения.
	Учебная игра		Работа в
	3 Teorian mpa		группах.
			Учебная игра
89-	Верхняя	4	Показ
92	прямая подача с	•	riolius
32	вращением. Передача		Тренировочн
	из зон 1,6,5 в зону 3		ые
	Прием мяча с подачи.		упражнения.
	Учебная игра		Работа в
	эчеонал игра		группах.
			Учебная игра
93-	Ponyuga	2	Показ
93-	'		TIUKd3
J <del>4</del>	прямая подача с вращением. Прием		Тренировочн
	, , ,		
	мяча с подачи в зону 3.		ые
	Передача из зон 1, 6, 5		упражнения.
	в зону 3 с приема		Работа в
	подачи. Вторая		группах.
	передача из зоны 3 в		Учебная игра

		зоны 2, 4. Учебно –		
		·		
		тренировочная игра		_
	95-	Верхняя	2	Показ
96		прямая подача с		•
		вращением. Прием		Тренировочн
		мяча с подачи в зону 3.		ые
		Передача из зон 1, 6, 5		упражнения.
		в зону 3 с приема		Работа в
		подачи. Вторая		группах.
		передача из зоны 3 в		Учебная игра
		зоны 2, 4. Учебно –		
		тренировочная игра		
	97-	Верхняя	4	Показ
100		прямая подача в		
		прыжке. Учебно –		Тренировочн
		тренировочная игра		ые
				упражнения.
				л. Работа в
				группах.
				Учебная игра
	101	Верхняя	2	Показ
-102		прямая подача в		
		прыжке. Прием мяча с		Тренировочн
		подачи в зону 3.		ые
		Учебно –		упражнения.
		тренировочная игра		Работа в
		третирово тал игра		группах.
				Учебная игра
	103	Ponyuga	2	-
104	103	·	2	Показ
-104		прямая подача в		Thousandani
		прыжке. Прием мяча с		Тренировочн
		подачи в зону 3.		ые
		Вторая передача из		упражнения.
		зоны 3 в зоны 2, 4.		Работа в
		Учебно –		группах.
		тренировочная игра		Учебная игра

# 5. Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий ( 22 ч.)

	105	Атакующие	4		Показ
-108		удары.			
		Прямой			Тренировочн
		нападающий удар;			ые
		ритм разбега в три			упражнения.
		шага; ударное			Работа в
		движение кистью по			группах.
		мячу: стоя у стены;			Учебная игра

	ſ				
		удар через сетку,			
		подброшенному			
		партнером; удар с			
		передачи.			
		Учебно –			
		тренировочная игра			
	109	Прямой	2		Показ
-110		нападающий удар.			
		Верхняя прямая			Тренировочн
		подача в прыжке.			ые
		Прием мяча с подачи в			упражнения.
		,			
		передача из зоны 3 в			группах.
		зоны 2, 4. Учебно –			Учебная игра
		тренировочная игра			
	111	Нападающий	4		Показ
-114		удар с поворотом			
		туловища			Тренировочн
		Индивидуальное			ые
		блокирование. Учебно			упражнения.
		– тренировочная игра			Работа в
					группах.
					Учебная игра
	115	Нападающий	2		Показ
-116		удар без поворота	_		
		туловища (с			Тренировочн
		переводом рукой).			ые
		Групповое			
		• •			упражнения.
		блокирование. Учебно			Работа в
		– тренировочная игра			группах.
					Учебная игра
	117	Упражнения на	2		Показ
-118		развитие прыгучести.			
		Прыжковые			Тренировочн
		упражнения с			ые
		отягощениями и без			упражнения.
		них.			Работа в
		Прыжки с			группах.
		места, с разбега,			Учебная игра
		доставая			·
		баскетбольный щит,			
		кольцо. Прямой			
		нападающий удар.			
		Верхняя прямая			
		подача в прыжке.			
		Прием мяча с подачи в			

	ſ	2 D=222				
		зону 3. Вторая				
		передача из зоны 3 в				
		зоны 2, 4. Учебно –				
		тренировочная игра				
	119	Упражнения на	2			Показ
-120		развитие прыгучести.				
		Прыжки из глубокого				Тренировочн
		приседа.				ые
		Прыжки со				упражнения.
		скакалкой на двух				Работа в
		ногах (варианты: с				группах.
		ноги на ногу; с				Учебная игра
		продвижением				
		вперед; на одной ноге;				
		в приседе; высоко				
		поднимая бёдра).				
		Нападающий удар с				
		поворотом туловища				
		Индивидуальное				
		блокирование. Учебно				
		– тренировочная игра				
	121	Прямой	4			Показ
-124		нападающий удар.				
		Верхняя прямая				Тренировочн
		подача в прыжке.				ые
		Прием мяча с подачи в				упражнения.
		зону 3. Вторая				Работа в
		передача из зоны 3 в				группах.
		зоны 2, 4.				Учебная игра
		Нападающий удар с				·
		поворотом туловища				
		Индивидуальное				
		блокирование. Учебно				
		– тренировочная игра				
	125	Прямой	2			Показ
126	125	·	2			HUKd3
-126		нападающий удар.				·
		Верхняя прямая				Тренировочн
		подача в прыжке.				ые
		Прием мяча с подачи в				упражнения.
		зону 3. Вторая				Работа в
		передача из зоны 3 в				группах.
		зоны 2, 4.				Учебная игра
		Нападающий удар без				
		поворота туловища (с				
		переводом рукой).				
		Групповое	 			
	L			J	· ·	

		блокирование. Учебно				
		– тренировочная игра				
	6. C	владение тактикой игры	в нападении	(6 ч.)		
	127		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	2		Показ
-128		прямая, верхняя				
		прямая подачи по				Тренировочн
		определенным зонам.				ые
		Неожиданные				упражнения.
		передачи мяча через				, . Работа в
		сетку на площадку				группах.
		соперника. Учебно –				Учебная игра
		тренировочная игра				
	129			2		Показ
-130		тактические действия				
		в нападении:				Тренировочн
		взаимодействие				ые
		игрока зоны 6 с				упражнения.
		игроком зоны 3.				Работа в
		Учебно –				группах.
		тренировочная игра				Учебная игра
	131	Групповые		2		Показ
-132		тактические действия				
		в нападении:				Тренировочн
		взаимодействие				ые
		игрока зоны 3 с				упражнения.
		игроком зоны 2.				Работа в
		Учебно –				группах.
		тренировочная игра в				Учебная игра
		волейбол с				
		заданиями.				
	7. C	владение тактикой игры	в защите (2 ч	ı.)		
	133	Система игры в		2		Показ
-134		защите «углом				.
		вперед». Учебно –				Тренировочн
		тренировочная игра в				ые
		волейбол с				упражнения.
		заданиями. Учебная				Работа в
		игра				группах.
						Учебная игра
		владение организаторск		остями (10 ч.)	Г	
25.45	1	Организация и	2			Учебн
35-13	36	судейство учебно-				0-
		тренировочных игр,				тренировочн
		соревнований между				ые игры
		классами. Проведение				Соревновани
		разминки				Я

	тренировочных занятий.			
				\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
1	Организация и		2	Учебн
37-138	проведение			0-
	соревнований на			тренировочн
	первенство школы по			ые игры
	волейболу среди			Соревновани
	команд юношей и			Я
	девушек 9 классов.			
1	Организация и		2	Учебн
39-140	проведение			0-
	соревнований на			тренировочн
	первенство школы по			ые игры
	волейболу среди			Соревновани
	команд юношей и			я
	девушек 10 классов.			
1	Организация и		2	Учебн
41-142	проведение			0-
	соревнований на			тренировочн
	первенство школы по			ые игры
	волейболу среди			Соревновани
	команд юношей и			я
	девушек 11 классов.			
1	Товарищеские		2	Учебн
43-144	встречи между			0-
	командами			тренировочн
	близлежащих школ			ые игры
	·			Соревновани
				я
	Всего	8	136	

### Условия реализации программы

Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, пополнение материальной базы волейбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Для проведения занятий в кружке волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

- 1. Сетка волейбольная 1 штуки.
- 2. Стойки волейбольные 2 штуки.
- 3. Гимнастическая стенка 2 пролётов.
- 4. Гимнастические скамейки 2 штуки
- 5. Гимнастические маты 2 штуки.
- 6. Скакалки 15 штук.
- 7. Мячи набивные 15 штук.
- 8. Резиновые амортизаторы 15 штук.
- 9. Гантели различной массы 10 штук.

10. Мячи волейбольные - 10 штук.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;
  - соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
  - создание условий для развития личности подростка и его способностей.

#### Методические условия:

- наличие необходимой документации:
- программы деятельности спортивного кружка;
- тематического планирования кружка «Юный волейболист».
- для более успешного решения задач необходимо иметь чёткое планирование учебнотренировочной работы, которое предусматривает следующую документацию: программа спортивного кружка «Юный волейболист»; годовой план график прохождения материала; поурочные планы; журнал учёта работы, посещаемости.

#### Методическое обеспечение программы

	_	Формы	Методы и	Формы
№ п/п	Раздел	занятий	приемы	подведения итого
1	Основы	Беседа	Словесный	Опрос
	знаний	Рассказ	метод (беседа,	
		Объяснение	описание, разъяснение,	
		материала	рассуждение,	
			дискуссия, диалог,	
			рассказ)	
2	Освоение	Объяснение	Наглядный	Учебно
	техники	материала	метод (педагогический	тренировочная игр
	передвижений	Тестирование	показ)	Индивидуа
		Соревнование	Практический	и групповой показ
			метод (работа под	Тестирован
			руководством педагога,	
			выполнение	
			упражнений)	
			Репродуктивный	
			метод	
			(воспроизведение	
			полученных знаний и	
			освоенных способов	
			деятельности:	
			отработка технических	
			навыков, физических	
			упражнений)	
3	Освоение	Объяснение	Наглядный	Учебно
	техники приемов	материала	метод (педагогический	тренировочная игр
	и передач мяча	Тестирование	показ)	Индивидуа
		Соревнование	Практический	и групповой показ
			метод (работа под	Тестирован

руководством педагога, выполнение упражнений)  4 Освоение техники подачи материала подач.  Соревнование Соревнование полученных значий и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический метод (пасагогический показ) практических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникий действий  Соревнование объяснение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Тестирование объяснение материала под уноворством педагога, выполнение упражнений)  Тестирование объяснение материала под уноворством педагога, выполнение упражнений и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический метод (педагогический метод (педагогический практических навыков, физический метод (педагогический метод (педагогический метод (педагогический метод (педагогический метод (педагогический метод (педагогический практический метод (педагогический навыков, физических навыков, физических навыков, физических навыков, физических навыков, физических упражнений)					
упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  Техники подачи мяча и приема подач. Соревнование Соревнование Соревнование Соревнование Техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий Соревнование Соревнование Техникой защитных действий Соревнование Соревнование Объяснение упражнений) Репродуктивный метод (педагогический метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических упражнений) Тестирование объяснение материала Тестирование объяснение техникой защитных действий Тестирование объяснение техникой защитных действий Тестирование объяснение объяснен				руководством педагога,	
Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический мяча и приема подач.  Тестирование подач.  Соревнование Соревнование Соревнование объектенний метод (педагогический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физический метод (педагогический метод (педагогический нарыков, физических навыков, физический метод (педагогический				выполнение	
метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование Соревнование Соревнование Соревнование упражнений метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический пракого нападающего удара и овладение техникой защитных действий Соревнование Соревнование полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработа под руководством педагога, выполнение упражнений)  5 Освоение техникой защитных действий материала метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навиков, физически				упражнений)	
метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование Соревнование Соревнование Соревнование упражнений метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физический пракого нападающего удара и овладение техникой защитных действий Соревнование Соревнование полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработа под руководством педагога, выполнение упражнений)  5 Освоение техникой защитных действий материала метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навиков, физически				Репродуктивный	
Освоение техники подачи материала подач.   Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий действий   Освоеных действий   Освоеных действий   Освоеных действий   Освоеных действий   Освоеных способов деятельности: отработка технических навыков, физических нарможение объекты действий   Освоеных способов деятельности: отработка технических нарможение отработка технических нарможения и групповой показ отработка технических нарможение отработка технических нарможения и групповой показ отработка технических нарможения и групповой показ отработка технических нарможения и групповой показ отработка технических нарможения и освоенных способов деятельности: отработка технических нарможения и освоенных способов д					
Полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование Соревнование Соревнование объемение упражнений)  Беритурование техники прямого нападающего удара и овладение техники прямого нападающего удара и овладение техники действий  Тестирование объемение упражнений)  Тестирование объемение упражнений)  Тестирование объемение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий действий объемение упражнений)  Тестирование объемение объемение упражнений)  Тестирование объемение объемение объемение упражнений)  Тестирование объемение				(воспроизведение	
Деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование подач. Соревнование Соревнование Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий действий действий показ (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий показ (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий показ (подаготический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  6 Осроевнование полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических нарыков, физических навыков, физических навыков, физических нарыков, физических нарыков, физических нарыков, физических нарыков, физических нарыков, физических нарыков, физических нарыков					
Фенеродуктивный метод (педагогический навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Тестирование подач. Соревнование Соревнование объекты подач. Объекты показ) Практический метод (педагогический метод (педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физических упражнений) Практический показ) Практический показ (педагогический показ (педагогическ				освоенных способов	
Фенеродуктивный метод (педагогический навыков, физических упражнений)  4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Тестирование подач. Соревнование Соревнование объекты подач. Объекты показ) Практический метод (педагогический метод (педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физических упражнений) Практический показ) Практический показ (педагогический показ (педагогическ				деятельности:	
4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование подач. Практический метод (посато под руководством педагога, выполнение чупражнений) Репродуктивный метод (постато под руководством педагога, выполнение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений) показ практических навыков, физических упражнений показ практический метод (посато под руководством педагога, выполнение четехникой защитных действий Соревнование полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков					
Фенеродуктивный действий Освоение техники прямого нападающего удара и оввадение техникой защитных действий действий объекты действи объекты действий объекты действи объект					
4 Освоение техники подачи мяча и приема подач. Соревнование Соревнование подач. Соревнование подаченных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений) показ под руководством педагога, выполнение подученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений) показ под под руководством педагога, выполнение упражнений показ под руководством педагога, выполнение упражнений репродуктивный метод (педаготический метод (педаготический показ под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических наменение полученных наменение полученных наменение полученных наменение полученных наменени				·	
техники подачи мяча и приема подач.  Тестирование Соревнование Объяснение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий Соревнование Сорошательности: Отработка технический Соревнование Соревнование Соревнование Соревнование Соревнование Сорошательности: Отработка технический Сорошательности: Объяснение	4	Освоение	Объяснение		Vueбно
мяча и приема подач.  Тестирование Соревнование Объяснение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  Тестирование Техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий Соревнование Соровнование Практический метод (педагогический показ)  Тестирован Объяснение Маглядный Метод (педагогический метод (педагог	7				
Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  Тестирование техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Тестирование образование образо					
метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельностти: оттработка технических навыков, физических упражнений)  Тестирование техники прямого нападающего удара и Соревнование техникой защитных действий  Тестирование техникой защитных действий метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельностти: оттработка технических навыков, физических навы		·	·	•	· 1
руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и Соревнование техникой защитных действий Соревнование техникой защитных действий Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физи		подач.	Сорсынование	·	
Выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  Учебно техники прямого нападающего удара и Соревнование удара и Соревнование техникой защитных действий  Техникой защитных действий  Выполнение Материала Материала Показ) Практический метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических				**	Тестирован
упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Техникой защитных действий действий на освоенных способов деятельности:  Тестирование техникой защитных действий на освоенных способов деятельности:  Тестирование техникой защитных действий на освоенных знаний и освоенных способов деятельности:  Техникой защитных действий на освоенных знаний и освоенных способов деятельности:  Техникой защитных действий на освоенных способов деятельности:  Техникой защитных действительных				• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий действий действий действий действий действий действий действий действий деятельности: отработка технический навыков, физических навыков					
метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Тестирование техникой защитных действий действий и показ (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
(воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего нападающего техникой защитных действий  Соревнование техникой защитных действий  (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков,					
Полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Тестирование техникой защитных действий (педагогический метод (педагогический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Техникой защитных действий и освоенных способов деятельности:  Объяснение материала метод (педагогический показ)  Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
Деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Техникой защитных зананий и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических				•	
отработка технических навыков, физических упражнений)  5 Освоение Объяснение Наглядный Учебно техники прямого нападающего Тестирование Объяснение Метод (педагогический и групповой показ) Индивидуа и Соревнование Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  — Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
Навыков, физических упражнений)  Тосвоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Техникой защитных действий и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
Упражнений)  Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий  Объяснение техникой защитных действий  Объяснение техникой объяснение техникой защитных действий  Объяснение техникой защитных действий  Объяснение технирование объяснение техникой защитных действий  Объяснение технирование подагогический педагогический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических				·	
5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических и навыков, физических и прямого тренировочная игр и показ) Индивидуа и групповой показ Тестирован метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений)  Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических				•	
техники прямого нападающего удара и Соревнование овладение техникой защитных действий — Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физических				· ·	\ \
нападающего удара и Соревнование овладение техникой защитных действий Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических навыков, физических	5				
удара и овладение техникой защитных действий Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических		·			
овладение техникой руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических			·	•	
техникой защитных действий выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических		/	Соревнование	•	
защитных действий выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					Тестирован
действий упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических		· ·			
метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических		действий			
(воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических				Репродуктивный	
полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических					
деятельности: отработка технических навыков, физических				•	
отработка технических навыков, физических				освоенных способов	
навыков, физических					
				·	
упражнений)				•	
				упражнений)	

6	Овладение	Объяснение	Наглядный	Учебно
0	тактикой игры в	материала	метод (педагогический	тренировочная иг
	нападении.	Тестирование	показ)	Индивидуа
	пападенин	Соревнование	Практический	и групповой показ
		000000000000000000000000000000000000000	метод (работа под	Тестирова
			руководством педагога,	1.66171.66541
			выполнение	
			упражнений)	
			Репродуктивный	
			метод	
			(воспроизведение	
			полученных знаний и	
			освоенных способов	
			деятельности:	
			отработка технических	
			навыков, физических	
			упражнений)	
7	Овладение	Объяснение	Наглядный	Учебно
	тактикой игры в	материала	метод (педагогический	тренировочная игр
	защите	Тестирование	показ)	 Индивидуа
	·	Соревнование	Практический	и групповой показ
		•	метод (работа под	. <i>.</i> Тестирован
			руководством педагога,	
			выполнение	
			упражнений)	
			Репродуктивный	
			метод	
			(воспроизведение	
			полученных знаний и	
			освоенных способов	
			деятельности:	
			отработка технических	
			навыков, физических	
			упражнений)	
8	Овладение	Соревнование	Наглядный	Тренирово
	организаторскими		метод (педагогический	игра
	способностями		показ)	Индивидуа
			Практический	и групповой показ
			метод (работа под	
			руководством педагога,	
			выполнение	
			упражнений)	
			Репродуктивный	
			метод	
			Meron	
			(воспроизведение	

освоенных	способов
деятельност	ги:
отработка	технических
навыков,	физических
упражнений	ń)

#### Формы аттестации и оценочные материалы

В конце каждой тренировке подводятся итоги:

- анализ тренировочных упражнений;
- анализ игровой деятельности.

В учебном году проводятся:

- школьный турнир по волейболу;
- межшкольные районные соревнования;
- различные соревнования.

# Оценка практической подготовленности по контрольным упражнениям

_		_	Оценка					
Техниче прием	ский Контрольные упражнения (лет	Возраст )	мальчики				дево	
p	ypumc.m (ne	,	В	ВС	C	Н	В	
	1. Поточная	14	4	3	2	1	4	
	передача мяча двумя	15	7	5	3	1	6	
	руками сверху в	16	9	6	4	2	7	
	стенку с расстояния 3	17	12	9	5	3	9	
	м (кол-во раз).							
	2. Передача	14	3	2	1	0	3	
	мяча двумя руками	15	5	4	2	1	4	
	сверху с							
	собственного							
l.	набрасывания из							
Передача мяча	зоны 6 в кольцо							
	диаметром 1 м,							
	установленное в							
	зоне 3 (10 попыток)							
	3. Передача	14	4	3	2	1	4	
	мяча двумя руками	15	6	5	3	2	5	
	сверху из зоны 4							
	через сетку в							
	квадрат3х3 м,							

расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)						
4. Передача	13	4	3	2	1	3
мяча двумя руками	14	6	5	3	2	5
сверху из зоны 3 в	15	6	5	3	2	5
кольцо,	16	6	5	3	2	5
установленное в	17	7	5	3	2	6
зоне 4, с						
предварительной						
передачи мяча из						
зоны 5 (10 попыток)						
5. Передача	15	5	4	3	2	4
мяча двумя руками	16	6	5	3	2	5
сверху в прыжке из						
зоны 4, через сетку в						
квадрат 3х3 м,						
расположенный у						
лицевой линии в						
зоне 6, с						
предварительной						
передачи мяча из						
зоны 3 (10 попыток)						
6. Передача	15	4	3	2	1	3
мяча двумя руками	16	4	3	2	1	4
сверху из зоны 2 в	17	5	4	2	1	4
кольцо,						
установленное в						
зоне 4,						
предварительной						
передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)						
SORBI O (10 HOHBITOK)						
7. Передача	15	5	4	3	2	4
мяча двумя руками	16	5	4	3	2	4
сверху в прыжке из	17	7	5	4	2	5
зоны 4 через сетку в						
прямоугольник 2х3						
м, расположенный у						
лицевой линии в						
зоне 6, предварительной						
предварительной						

	передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)						
	1. Нижняя	13	7	4	3	1	6
	прямая подача в	14	8	6	4	2	7
	пределы площадки						
	(10 попыток)						
	2. Нижняя	13	4	3	2	1	4
	прямая подача на	14	6	4	3	2	5
	точность (по 5						
	попыток в левую и						
	правую половину						
	площадки)						
	3. Верхняя	15	8	5	3	2	6
	прямая подача в	16	9	7	5	3	7
	пределы площадки						
	(10 попыток)						
II. Под	<b>дача</b> 4. Верхняя	15	5	4	2	1	4
мяча	прямая подача на	16	6	5	3	2	5
	точность (по 5						
	попыток в левую и						
	правую половину						
	площадки)						
	5. Верхняя	15	6	5	3	2	5
	прямая подача на	16	7	5	4	3	5
	точность по заданию	17	8	6	4	3	6
	(по 5 попыток в						
	левую и правую						
	половину площадки)						
	6. Верхняя	15	5	4	2	1	4
	боковая подача в	16	7	6	4	2	5
	пределы площадки (10 попыток)	17	8	7	5	3	6

### Список литературы для преподавателя:

- 1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Кружки пионерских профильных лагерей М.:Изд-во, 1988г
- 2. Волейбол. Учебник для вузов. Под общей редакцией Беляева А.В., Савина М.В. Москва.2005г
- 3. Волейбол. Примерные программы спортивной подготовки для детскоюношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва.: Советский спорт.2005г
- 4. Голомазов В. А. Ковалев В. Д., Мельников А. Г. «Волейбол в школе» М.: Просвещение, 1989.
  - 5. Внеурочная деятельность учащихся: «Волейбол» Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов,

М. В. Маслов - Москва: «Просвещение» 2012г

# Список литературы для обучающихся:

- 1. Мармор В. К. «Специальные упражнения волейболиста» Кишинев: «Карта Молдовеняска», 1995г
  - 2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе М.:Изд-во, 1978г

# Список литературы для родителей:

1. Мерзляков В. В., Гордышев В. В. «Игры, эстафеты, игровые упражнения волейболиста» - Волгоград