

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»  
Г. МИНУСИНСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

РАССМОТРЕНО  
на Педагогическом Совете МОБУ «СОШ № 2»  
Протокол № 15 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом МОБУ «СОШ №2»  
№ 03-02-311 от 29.08.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
«Волейбол»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная  
Уровень программы – стартовый  
Возраст обучающихся – 11-14 лет  
Срок реализации – 1 год

Составил:

педагог дополнительного образования  
Меньшиков Иван Сергеевич

Минусинск  
2024

## Содержание

### Раздел №1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели, задачи, планируемые результаты.....	4
1.3. Содержание программы.....	5
1.3.1. Учебный план .....	5
1.3.2. Содержание учебного плана.....	5

### Раздел №2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	5
2.2. Условия реализации программы.....	6
2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение.....	6
2.2.2. Формы аттестации и оценочные материалы.....	6
2.2.3. Методические материалы.....	8
2.2.4. Список литературы.....	9

<i>Приложение</i> .....	10
-------------------------	----

## Раздел №1

# КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная обще развивающая программа разработана на основе Положения об организации дополнительного образования в МОБУ «СОШ №2»

### Пояснительная записка 1.1. Пояснительная записка

<b>Направленность(профиль) программы</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Новизна программы</b>	Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе.
<b>Актуальность программы</b>	Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься волейболом, предъявляя обучающимся повышенные требования в процессе обучения, которые проявляют интерес к данному разделу и улучшить свои результаты в данном виде спорта, а также способствует воспитанию здорового образа жизни.
<b>Отличительные особенности программы</b>	Основным преимуществом программы является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Волейбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в волейбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры. Реализация программы предусматривает формирование у обучающихся <i>креативного мышления</i> – способность критически осмысливать свои действия и действия соперника в процессе командной игры; развитие <i>математической грамотности</i> обучающихся: - умение совершать вычислительные математические операции в процессе судейства, выполнения разминочных упражнений и спортивных игр; - умение обращать внимание на сохранность собственного здоровья, используя математические знания при вычислении ЧСС, интерпретировать полученный результат.
<b>Адресат программы</b>	Программа «Волейбол» предназначена для обучающихся 11-14 лет. Данная программа предусматривает специфику силовой подготовки юного волейболиста в свете объективных закономерностей возрастного развития организма юного игрока. Разнообразные упражнения с отягощениями, включаемые в тренировочные занятия, как правило, благоприятно влияют на физическое развитие и функциональные возможности юных

	волейболистов данной возрастной категории.
<b>Особенности организации образовательного процесса</b>	Форма объединения: секция Возрастная категория: обучающиеся: 11-14 лет. Количество групп: 2 группы Наполняемость группы 1:30 обучающийся. Состав группы: постоянный Особых условий приёма детей нет. По желанию обучающихся, родителей, педагогов возможно индивидуальное тестирование.
<b>Объёмы сроков освоения программы</b>	1 год обучения: 72 часа, 1 раз в неделю по 2 академических часа.
<b>Формы обучения</b>	Очная форма обучения.
<b>Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий</b>	Занятия организуются 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 2 академических часа с перерывом между занятиями – 10 минут.

## 1.2. Цели, задачи, планируемые результаты

**Цель:** формирование у обучающихся компетентности «Совместная деятельность» через занятия волейболом.

<b>Задачи</b>	<b>Планируемые результаты</b>
Формировать коммуникативную компетентность в сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и среднего возраста, взрослыми.	<p><b>Личностные:</b> Умеют работать в группе и подчиняют свои интересы интересам команды.</p> <p><b>Метапредметные:</b> комментируют собственные действия, анализируют и дают оценку выполнению технических заданий, комбинаций, движений сверстниками в процессе тренировки проведения соревнований.</p> <p><b>Предметные:</b> Владеют основными правилами ведения игры, критериями успешного соперничества и взаимодействия в процессе игры в волейбол.</p>

<p>Развить умение выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.</p>	<p><b>Личностные:</b>          проявляют ответственное отношение к тренировкам, стремятся к саморазвитию, к достижению лучших результатов; умеют оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий в процессе тренировок.</p> <p><b>Метапредметные:</b>          владеют широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активно их используют во время тренировок и игры в волейбол.</p> <p><b>Предметные:</b>          Выполняют учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; знают основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях волейболом и правила его предупреждения; осуществляют судейство игры в волейбол.</p>
---	--

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	11	5	6	Тестирование
2	Общая и специальная Физическая подготовка	31	2	29	Тестирование физических качеств
3	Техническая и тактическая подготовка	29	1	28	Выполнение комбинации
4	<i>Итоговый контроль</i>	1	0	1	Соревнования по волейболу.
		72	8	64	

#### 1.3.2. Содержание учебного плана

##### *1 раздел. Теоретическая подготовка (11 ч).*

**Теория (5 ч).** История волейбола. Основные правила игры в волейбол.

**Практика (6 ч).** Применение основных правил в учебной игре, Судейство учебной игры.

##### *2 раздел. Общая и специальная физическая подготовка (31 ч).*

**Теория (2 ч).** Техника передвижения и передача в волейболе.

**Практика (29 ч).** Стойки и перемещения, подачи и передачи мяча. Упражнения для развития быстроты развития гибкости, координации движений, скоростно-силовых, координационных способностей.



3 Раздел. Техническая и тактическая подготовка (29 ч).

Теория (1 ч). Техника игры: Тактика нападения. Позиционные нападения с изменениями позиций.

Практика (28 ч). Тактические действия в нападении, тактические действия в защите

4 раздел. Итоговый контроль (1 ч).

**Раздел №2**  
**КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**  
**2.1. Календарный учебный**  
**график Группа 1**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения Промежуточный и итоговый аттестации
2024-2025	01.09.2024	31.05.2025	36	36	72	1 занятие в неделю 1 занятие – 2 часа	Май

**Группа 2**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения Промежуточный и итоговый аттестации
2024-2025	01.09.2024	31.05.2025	36	36	72	1 занятие в неделю 1 занятие – 2 часа	Май

## 2.1. Условия реализации программы

### 2.1.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение

<b>Материально-техническое обеспечение</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Мячи волейбольные</li> <li>2. Сетка волейбольная</li> <li>3. Стойки для обводки</li> <li>4. Гимнастическая стенка</li> <li>5. Гимнастическая скамейка</li> <li>6. Скакалки</li> <li>7. Гимнастические маты</li> <li>8. Гантели различной массы</li> <li>9. Насос ручной со штурцером.</li> </ol>
<b>Информационное обеспечение</b>	<p>Сеть творческих учителей <a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a></p> <p><a href="http://www.bibliotekar.ru">http://www.bibliotekar.ru</a> библиотека</p> <p><a href="http://ru.savefrom.net/">http://ru.savefrom.net/</a> для скачивания видеосинтернета</p>
	<p><a href="http://www.openclass.ru/sub/Физическаякультура">http://www.openclass.ru/sub/Физическаякультура</a></p> <p>Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.</p> <p><a href="http://www.uchportal.ru">http://www.uchportal.ru</a> Учительский портал.</p>
<b>Кадровое обеспечение</b>	Педагог дополнительного образования МОБУ «СОШ № 2»

### 2.1.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Вид контроля	Сроки	Форма проведения контроля	Форма фиксации	Форма предъявления результатов
Входной контроль		Учебная игра	Ведомость учёта индивидуальных результатов	Участие в учебной игре
Текущий контроль		Учебная игра Упражнения на развитие физических качеств Соревнования	Ведомость учёта индивидуальных результатов	Участие в учебной игре Выполнение упражнений на развитие физических качеств Участие в соревнованиях
Промежуточный контроль		Учебная игра. Повторение	Ведомость учёта индивидуальных результатов	Участие в двухсторонней игре



		индивидуальных тактических действий в нападении.		
Итоговый контроль		Соревнование по волейболу.		Участие в соревновании по волейболу.

Итоговая аттестация складывается из результатов входного, промежуточного и итогового контроля.

### Контрольные испытания:

Бег30м на скорость. Упражнение выполняется в парах на беговой дорожке с высокого старта.

Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек. Упражнение начинать из положения сидя, ногами упираться в мат / ноги не держать/, руки за головой. По сигналу туловище опустить на мат, голову, лопатки положить на мат. Поднимая туловище локтями коснуться коленей. Стопы от пола не отрывать.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Кросс. Бег выполняется в группе без учета времени.

Бег30м(5х6м). На расстоянии 6 м чертятся две линии-стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая расстояние 6 м пять раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Испытания на точность подач. Каждый учащийся выполняет по 5 подач, учитывается количественная и качественное исполнение.

### Контрольные нормативы для обучающихся

№ п/п	Контрольные упражнения	Девочки			Мальчики		
1	Бег30м с высокого старта(с)	6,0	6,2	6,5	5,7	5,9	6,1
2	Поднятие туловища из положения лежа за30 с	18	13	8	22	17	13
3	Прыжок в длину с места (см)	185	165	150	190	175	160
4	Кросс без учета времени	500 м			1000 м		
5	Бег 30 м (6х5) (с)	11.8	12,1	12,4	11,5	11,8	12.0



### 2.1.3. Методические материалы

<b>Особенности организации образовательного процесса</b>	Очная форма обучения
<b>Педагогические технологии</b>	Игровая технология, коллективный способ обучения, информационно-коммуникационные технологии
<b>Методы обучения</b>	<p><b>Специфические методы физического воспитания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Методы строго регламентированного упражнения;</li> <li>2) игровой метод (использование упражнений в игровой форме);</li> <li>3) соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме).</li> </ol> <p><b>Общепедагогические методы</b></p> <p>Общепедагогические методы включают в себя:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) словесные методы;</li> <li>2) методы наглядного воздействия</li> </ol>
<b>Формы организации образовательного процесса</b>	Индивидуальная, групповая
<b>Формы организации учебного занятия</b>	Беседа, лекция, практическое занятие, тренинг, декламация, конкурс.
<b>Алгоритм учебного занятия</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организационный этап: организация учащихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил Безопасной работы в зале(площадке).</li> <li>2. Основной этап: разминка (упражнения ОФП, упражнения на растяжку). Постановка целей занятия. Отработка упражнений СФП. Отработка технических, тактических приемов игры в волейбол. Изучение и отработка нового. Коррекция ошибок. Игровые моменты (эстафеты, спортивные игры).</li> <li>3. Завершающий этап: упражнения на восстановления дыхания, медленный бег, растяжка. Автоматизация Умственных действий по изученному материалу. Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия.</li> </ol>



## 2.1.4. Список литературы:

### Для педагога:

1. Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А. Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.
2. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.
3. Г.А.Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. –М.: Советский спорт,2007.
4. Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка
5. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.
6. "Волейбол". Сборник под редакцией Ю.Н. Клещёва - М.: Физкультура и спорт, 1983. — 93с.

### Для обучающихся:

1. Виера, Б. Волейбол: Шаги к успеху / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. -170 с.
2. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. -М.: Спорт Академ Пресс, 2002.-368с.
3. Голомазов В.А. Волейбол в школе/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников. -М.: Просвещение,1989. -110с.
4. Железняк, Ю.Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А.Куньянский, А.В.Чачин.-М.:Терра-Спорт, ОлимпияПресс,2005. -112с.
5. Железняк, Ю.Д. Юный волейболист / Ю.Д. Железняк. - М. : Физкультура и спорт, 1988. - 192 с.
6. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры. Техника, тактика, обучение / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. -М.: Академия, 2001.-376 с.
7. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. завед. / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. - М. : Академия, 2004. - 400с.
8. Иванова, Л.М. Формирование тактических умений начинающих волейболистов при игре в нападении / Л.М. Иванова // Омский научный вестник.2006. - №6 (41), сентябрь. - С.260-262.

### Для родителей:

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. — М.: Физкультура и спорт, 1980.—127 с., ил.
2. Виера Б.Л., Фергюсон Б.Д. Волейбол - шаги к успеху. Практическое руководство для начинающих.1994.
3. Волейбол без компромиссов. 1 часть: [Брошюра].— Воронеж: Компиляция, верстка – Л.А.В.,2001. – 38 с.
4. Волейбол без компромиссов. 2 часть: [Брошюра].— Воронеж: Компиляция, верстка – Л.А.В.,2001. Дополнено и переработано Шамашова А.В., Калининград,2006.—76с.
5. Голомазов В.А., Ковалев В.Д., Мельников А.Г. Волейбол в школе. – М.: Просвещение,1976. –110 с.
6. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу. Учебник,2000.—188с.
7. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. Волейбол в школе: Пособие для учителя.— М.:Просвещение,1989.-128 с.: ил.
8. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный).-М.: Советский спорт,2005.-112



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»  
Г. МИНУСИНСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по  
воспитательной работе  
МОБУ «СОШ № 2»  
О.М. Мартянова  
28.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы**  
**«Волейбол»**  
**на 2024 – 2025 учебный год**

Направленность программы: физкультурно-спортивная  
Уровень программы- стартовый  
Возраст обучающихся – 11-14 лет  
Срок реализации–1год

Составил:  
педагог дополнительного образования  
Меньшиков Иван Сергеевич

Минусинск

2024



## Пояснительная записка

Программа направлена на освоение обучающимися техники игры в волейбол, на достижение в игре лучших результатов, приобщение к здоровому образу жизни, укреплению психического и физического здоровья. Программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в волейбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Данная программа предусматривает специфику силовой подготовки юного волейболиста в свете объективных закономерностей возрастного развития организма юного игрока. Разнообразные упражнения с отягощениями, игры с мячом, включаемые в тренировочные занятия, как правило, благоприятно влияют на физическое развитие и функциональные возможности юных волейболистов.

Программа адресована обучающимся 11-14 лет.

### Цели, задачи, планируемые результаты

**Цель:** формирование у обучающихся компетентности «Совместная деятельность» через занятия волейболом.

Задачи	Планируемые результаты
<p>Формировать коммуникативную компетентность в сотрудничестве со сверстниками, детьмистаршего и среднего возраста, взрослыми.</p>	<p><b>Личностные:</b> Умеют работать в группе и подчиняют свои интересы и интересам команды.</p> <p><b>Метапредметные:</b> комментируют собственные действия, анализируют и дают оценку выполнению технических заданий, комбинаций, движений сверстниками в процессе тренировки проведения соревнований.</p> <p><b>Предметные:</b> Владеют основными правилами ведения игры, критериями успешного соперничества и взаимодействия в процессе игры в волейбол.</p>
<p>Развить умение выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют ответственное отношение к тренировкам, стремятся к саморазвитию, к достижению лучших результатов; умеют оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий в процессе тренировок.</p> <p><b>Метапредметные:</b> владеют широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активно их используют во время тренировок и игры в волейбол.</p> <p><b>Предметные:</b> Выполняют учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; знают основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения; осуществляют судейство игры в волейбол.</p>



## Особенности организации образовательного процесса

<b>Особенности организации образовательного процесса</b>	<p>Форма объединения: секция          Возрастная категория обучающихся: 11-14 лет.          Количество групп: 2 группы.          Наполняемость группы 1: 30 обучающихся.          Состав группы: постоянный          Особых условий приёма детей нет. По желанию обучающихся, родителей, педагогов возможно индивидуальное тестирование.</p>
<b>Объём и срок освоения программы</b>	1 год обучения: 72 часа, 1 раз в неделю по 2 академических часа.
<b>Формы обучения</b>	Очная форма обучения.
<b>Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий</b>	<p>Занятия организуются 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 2 академических часа с перерывом между занятиями – 10 минут.          ГРУППА 1: Понедельник -13:30-14:15, 14:25 – 15:10          ГРУППА 2: Среда -13:30-14:15, 14:25 – 15:10</p>

### Календарно-тематический учебный план на 2024-2025 учебный год Группа 1

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол -во часов	Форма занятия	Форма контрол я
	План	Факт				
1.			<p>Общие гигиенические требования к занимающимся волейболом с учетом его специфических особенностей.            Предупреждение спортивных травм на занятиях волейболом.</p>	1	комбинированная	Фиксирование результатов
2.			<p>Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом». Изучение: Верхняя и нижняя передача мяча.</p>	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

3.			Учебная игра. <i>Входной контроль</i>	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
4.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
5.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника верхней подачи мяча	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
6.			Перемещения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
7.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов
8.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника приема с подачи мяча	1	групповая	Фиксирование результатов
9.			Учебная игра. Групповые действия в защите.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
10.			Развитие силы в круговой тренировке. Комбинированная эстафета.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения.
11.			Передачи мяча двумя руками снизу, Техника прямого	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения.

			Нападающего удара.			Фиксирование результатов
12.			Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	групповая	Фронтальный опрос.
13.			Значение общей и специальной подготовки спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства. Развитие координации..	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
14.			Индивидуальные упражнения. в защите. Подвижная игра «Салки спиной к щиту»	1	групповая	Фиксирование результатов
15.			Учебная игра Групповые действия в защите. Подвижная игра «Салки спиной к щиту»	1	групповая	Фиксирование результатов
16.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета на выносливость	1	групповая	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
17.			Изучение: Верхняя передача мяча назад за голову.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения.
18.			Выбор способа приема в зависимости от направления и силы полета мяча. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов



19.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты. Подвижная игра «Разведчики и часовые». Комплексное упражнение.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
20.			Изучение Отбивание кулаком через сетку Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	1	индивидуальная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
21.			Учебная игра. Групповые действия в нападении.	1	индивидуальная	Экспертная оценка исполнения.
22.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета на развитие силы.	1	индивидуальная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
23.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении защите Изучение: Верхняя передача мяча над собой.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
24.			Выбор способа приема с подачи. Учебная игра.	1	индивидуальная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
25.			Гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю. Костюм игроков. Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов

26.			Верхняя передача мяча назад за голову. Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Бегуны».	1	комбинированная	Фиксирование результатов
27.			Учебная игра с заданием. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

28.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
29.			Техника верхней подачи мяча на силу Повторение Индивидуальных тактических Действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
30.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
31.			Развитие силы в круговой тренировке. Подвижная игра «Круговая охота».	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
32.			Техника прямого нападающего удара по ходу. Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
33.			Учебная игра. Командные действия в нападении.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование

						результатов
34.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
35.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
36.			Учебная игра. Повторение индивидуальных тактических действий в нападении. <i>Промежуточный контроль.</i>	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
37.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.

			Подвижная игра «Волк во рву».			Фиксирование результатов
38.			Техника верхней подачи мяча на силу в прыжке.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
39.			Учебная игра. Командные действия в защите	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
40.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета. на развитие ловкости.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов

41.			Изучение одиночного блокирования Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
42.			Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
43.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие быстроты Подвижная игра «Слушай сигнал».	1	комбинированная	Фиксирование результатов
44.			Повторение приема с подачи.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
45.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
46.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
47.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника прямого нападающего удара походу.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
48.			Командные действия в защите и нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов

49.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Учебная игра.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
50.			Инвентарь для игры в волейбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий. Индивидуальные упражнения с мячом на развитие быстроты.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
51.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом»	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
52.			Командные действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
53.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета. <i>Промежуточный контроль</i>	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
54.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
55.			Командные действия в защите и нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
56.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Вызов номеров». Развитие силы в круговой тренировке.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

57.			Применение изученных Защитных стоек и передвижений.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
58.			Учебная игра. Развитие силовых качеств	1	комбинированная	Фиксирование результатов
59.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
60.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении защите.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
61.			Взаимодействие трех игроков против трех.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
62.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации Подвижная игра «Салки спиной к щиту».	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
63.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
64.			Учебная игра. Развитие выносливости.	1	комбинированная	Фиксирование результатов

65.			Характеристика основных приемов техники: перемещения, передача. Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
-----	--	--	---	---	-----------------	--------------------

66.			Сочетание технических приемов. Верхняя передача мяча над собой.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
67.			Учебная игра. Командные Действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
68.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость Подвижная игра «Разведчики и часовые».	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
69.			Повторение нижнего приема.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.
70.			Учебная игра. Командные Действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
71.			Сочетание технических приемов. Развитие силы в круговой тренировке. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения .Фиксирование результатов
72.			<b>Итоговый контроль.</b>	1	комбинированная	Протокол соревнования.

## Группа 2

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
	План	Факт				

1.			Общие гигиенические требования к занимающимся волейболом с учетом его специфических особенностей. Предупреждение спортивных травм на занятиях волейболом.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
2.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом». Изучение: Верхняя и нижняя передача мяча.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
3.			Учебная игра. <i><b>Входной контроль</b></i>	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
4.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
5.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника верхней подачи мяча	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
6.			Перемещения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
7.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов



8.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника приема с подачи мяча	1	групповая	Фиксирование результатов
9.			Учебная игра. Групповые действия в защите.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
10.			Развитие силы в круговой тренировке. Комбинированная эстафета.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения.
11.			Передачи мяча двумя руками снизу, Техника прямого Нападающего удара.	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
12.			Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	групповая	Фронтальный опрос.
13.			Значение общей и специальной подготовки спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства. Развитие координации..	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов

14.			Индивидуальные упражнения. в защите. Подвижная игра «Салки спиной к щиту»	1	групповая	Фиксирование результатов
15.			Учебная игра Групповые действия в защите. Подвижная игра «Салки спиной к щиту»	1	групповая	Фиксирование результатов
16.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета на выносливость	1	групповая	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
17.			Изучение: Верхняя передача мяча назад за голову.	1	групповая	Экспертная оценка исполнения.
18.			Выбор способа приема в зависимости от направления и силы полета мяча. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов

19.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты. Подвижная игра «Разведчики и часовые». Комплексное упражнение.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
20.			Изучение Отбивание кулаком через сетку Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	1	индивидуальная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
21.			Учебная игра. Групповые действия в нападении.	1	индивидуальная	Экспертная оценка исполнения.
22.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета на развитие силы.	1	индивидуальная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
23.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении защите Изучение: Верхняя передача мяча над собой.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
24.			Выбор способа приема с подачи. Учебная игра.	1	индивидуальная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
25.			Гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю. Костюм игроков. Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов

26.			Верхняя передача мяча назад за голову. Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Бегуны».	1	комбинированная	Фиксирование результатов
27.			Учебная игра с заданием. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

28.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты. Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
29.			Техника верхней подачи мяча на силу. Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
30.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
31.			Развитие силы в круговой тренировке. Подвижная игра «Круговая охота».	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
32.			Техника прямого нападающего удара по ходу. Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
33.			Учебная игра. Командные действия в нападении.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов

34.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
35.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
36.			Учебная игра. Повторение индивидуальных тактических действий в нападении. <i>Промежуточный контроль.</i>	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
37.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.

			Подвижная игра «Волк во рву».			Фиксирование результатов
38.			Техника верхней подачи мяча на силу в прыжке.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
39.			Учебная игра. Командные действия в защите	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
40.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета. на развитие ловкости.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
41.			Изучение одиночного блокирования Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.

42.			Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
43.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие быстроты Подвижная игра «Слушай сигнал».	1	комбинированная	Фиксирование результатов
44.			Повторение приема с подачи.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
45.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
46.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
47.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника прямого нападающего удара походу.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов

48.			Командные действия в защите и нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
49.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Учебная игра.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

50.			Инвентарь для игры в волейбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий. Индивидуальные упражнения с мячом на развитие быстроты.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
51.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом»	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
52.			Командные действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
53.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.  <i>Промежуточный контроль</i>	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
54.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
55.			Командные действия в защите и нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
56.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Вызов номеров». Развитие силы в круговой тренировке.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
57.			Применение изученных Защитных стоек и передвижений.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.

58.			Учебная игра. Развитие силовых качеств	1	комбинированная	Фиксирование результатов
59.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
60.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении защите.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
61.			Взаимодействие трех игроков против трех.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
62.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации Подвижная игра «Салки спиной к щиту».	1	комбинированная	Фронтальный опрос.
63.			Повторение индивидуальных тактических действий в Нападении защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
64.			Учебная игра. Развитие выносливости.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
65.			Характеристика основных приемов техники: перемещения, передача. Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации	1	комбинированная	Фронтальный опрос.



66.			Сочетание технических приемов. Верхняя передача мяча над собой.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
67.			Учебная игра. Командные Действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
68.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость Подвижная игра «Разведчики и часовые».	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
69.			Повторение нижнего приема.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.
70.			Учебная игра. Командные Действия в защите и нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
71.			Сочетание технических приемов. Развитие силы в круговой тренировке. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения .Фиксирование результатов
72.			<b>Итоговый контроль.</b>	1	комбинированная	Протокол соревнования.