

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

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим Советом МОБУ «СОШ № 2»
Протокол № 11 от 30.08. 2022

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МОБУ «СОШ №2»
№ 01-04-440
от 30.08.2022

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Волейбол»

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы – стартовый

Возраст обучающихся – 15-18 лет

Срок реализации – 1 год

Составил:

педагог дополнительного образования
Ворошилов Никита Владимирович

Минусинск
2022

Содержание

Раздел № 1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели, задачи, планируемые результаты.....	4
1.3. Содержание программы.....	5
1.3.1. Учебный план	6
1.3.2. Содержание учебного плана	6
Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график.....	6
2.2. Условия реализации программы.....	7
2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение.....	7
2.2.2. Формы аттестации и оценочные материалы.....	8
2.2.3. Методические материалы.....	9
2.2.4. Список литературы.....	10
<i>Приложение</i>	12

Раздел № 1

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

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

Пояснительная записка 1.1. Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы	Физкультурно-спортивная
Новизна программы	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.
Актуальность программы	Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься волейболом, предъявляя обучающимся посильные 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.
Отличительные особенности программы	<p>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».</p> <p>Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в волейбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.</p> <p>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</i> грамотности обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none">- 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.
Адресат программы	Программа «Волейбол» предназначена для обучающихся 15-18 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.
Особенности организации образовательного процесса	<p>Форма объединения: секция</p> <p>Возрастная категория: обучающиеся: 15-18 лет.</p> <p>Количество групп: 2 группы.</p> <p>Наполняемость группы 1: 31 обучающийся.</p> <p>Наполняемость группы 2: 31 обучающийся.</p> <p>Состав группы: постоянный</p> <p>Деление на группы происходит по возрастному принципу: группа 1- обучающиеся 15 лет, группа 2- обучающиеся 16-18 лет.</p> <p>Особых условий приёма детей нет. По желанию обучающихся, родителей, педагогов возможно индивидуальное тестирование.</p>
Объём и срок освоения программы	<p>1 год обучения.</p> <p>Программа для группы 1 рассчитана на 36 часов, 1 раз в неделю по 1 академическому часу.</p> <p>Программа для группы 2 рассчитана на 72 часа, 1 раз в неделю по 2 академических часа.</p>
Формы обучения	Очная форма обучения.
Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий	<p>Занятия организуются для каждой группы 1 раз в неделю.</p> <p>Для группы 1 проводится 1 занятие, продолжительность одного занятия 45 минут.</p> <p>Для группы 2 в один день проводится 2 занятия, продолжительность одного занятия 45 минут. Перерыв между занятиями составляет 10 минут.</p>

1.2. 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, детьми старшего и среднего возраста, взрослыми.</p>	<p>Личностные: умеют работать в группе и подчиняют свои интересы интересам команды.</p> <p>Метапредметные: комментируют собственные действия, анализируют и дают оценку выполнению технических заданий, комбинаций, движений сверстниками в процессе тренировок и проведения соревнований.</p> <p>Предметные: 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>Личностные: 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>Метапредметные: владеют широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активно их используют во время тренировок и игры в волейбол.</p> <p>Предметные: 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>
---	---

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

Группа 1

№ 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	12	2	10	Тестирование физических качеств
3	Техническая и тактическая подготовка	12	3	9	Выполнение комбинации
4	<i>Итоговый контроль</i>	1	0	1	Соревнования по волейболу.
		36	10	26	

Группа 2

№ 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

Группа 1

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 (12 ч).

Теория (2 ч). Техника передвижения и передач в волейболе.

Практика (10 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 (12 ч).

Теория (3 ч). Техника игры: Тактика нападения. Позиционные нападения с изменения позиций.

Практика (9 ч). Тактические действия в нападении, тактические действия в защите

4 раздел. Итоговый контроль (1 ч).

Группа 2

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 передач 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 изменения 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 промежуточной итоговой аттестации
2022-2023	01.09.2022	31.05.2023	36	216	36	1 час в неделю	Апрель

Группа 2

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
2022-2023	01.09.2022	31.05.2023	36	216	72	2 часа в неделю	Апрель

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение

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

2.2.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Группы 1 и 2

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 индивидуальных тактических действий в нападении.	Ведомость учёта индивидуальных результатов	Участие в двухсторонней игре
Итоговый контроль		Соревнование по волейболу.		Участие в соревновании по волейболу.

Формы контроля одинаковы для 1 и 2 групп, отличаются характером и условиями проведения учебных игр, упражнений на развитие физических качеств, навыков игры в волейбол с учетом возрастных особенностей обучающихся.

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

Контрольные испытания:

1. Бег 30 м на скорость. Упражнение выполняется в парах на беговой дорожке с высокого старта.
2. 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.
3. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.
4. Кросс. Бег выполняется в группе без учета времени.
5. Бег 30 м (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.
6. Испытания на точность подач. Каждый учащийся выполняет по 5 подач учитывается

количественная и качественное исполнение

Контрольные нормативы для обучающихся

№ п/п	Контрольные упражнения	девочки			мальчик и		
		1	Бег 30м с высокого старта (с)	6,0	6,2	6,5	5,7
2	Поднятие туловища из положения лежа за 30 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			1000м		
5	Бег 30м (6х5) (с)	11.8	12,1	12,4	11,5	11,8	12.0

2.2.3. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса	Очная форма обучения
Педагогические технологии	Игровая технология, коллективный способ обучения, информационно-коммуникационные технологии
Методы обучения	<p>Специфические методы физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) методы строго регламентированного упражнения; 2) игровой метод (использование упражнений в игровой форме); 3) соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме). <p>Общепедагогические методы</p> <p>Общепедагогические методы включают в себя:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) словесные методы; 2) методы наглядного воздействия
Формы организации образовательного процесса	Индивидуальная, групповая

Формы организации учебного занятия	Беседа, лекция, практическое занятие, тренинг, декламация, конкурс.
Алгоритм учебного занятия	<p>1. Организационный этап: организация учащихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил безопасной работы в зале (площадке).</p> <p>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).</p> <p>3. Завершающий этап: упражнения на восстановления дыхания, медленный бег, растяжка. Автоматизация умственных действий по изученному материалу. Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия.</p>

2.2.4 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. : СпортАкадемПресс, 2002. - 368 с.
3. Голомазов, В.А. Волейбол в школе / В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников. - М. : Просвещение, 1989. - 110 с.
4. Железняк, Ю.Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. - М. : Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2005. - 112 с.
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 спортивногмастерства: Учеб. для студ. высш. учеб. завед. / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. - М. : Академия, 2004. - 400 с.
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 Шамашов А.В., Калининград, 2006. – 76 с.
- 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. – 188 с.
- 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. Мартьянова
29.08.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Волейбол»
на 2022 – 2023 учебный год

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы- стартовый
Возраст обучающихся – 15-18 лет
Срок реализации – 1 год

Составил:
педагог дополнительного образования
Ворошилов Никита Владимирович

Минусинск

2022

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 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 15-18 лет и предполагает деление на 2 группы по возрастному принципу: группа 1- обучающиеся 15 лет, группа 2- обучающиеся 16-18 лет.

Цели, задачи, планируемые результаты

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

Задачи	Планируемые результаты
Формировать коммуникативную компетентность в сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и среднего возраста, взрослыми.	<p>Личностные: умеют работать в группе и подчиняют свои интересы интересам команды.</p> <p>Метапредметные: комментируют собственные действия, анализируют и дают оценку выполнению технических заданий, комбинаций, движений сверстниками в процессе тренировок и проведения соревнований.</p> <p>Предметные: владеют основными правилами ведения игры, критериями успешного соперничества и взаимодействия в процессе игры в волейбол.</p>
Развить умение выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.	<p>Личностные: 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>Метапредметные: владеют широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активно их используют во время тренировок и игры в волейбол.</p> <p>Предметные: 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

Особенности организации образовательного процесса	<p>Форма объединения: секция Возрастная категория: обучающиеся: 15-18 лет. Количество групп: 2 группы. Наполняемость группы 1: 31 обучающийся. Наполняемость группы 2: 31 обучающийся. Состав группы: постоянный Особых условий приёма детей нет. По желанию обучающихся, родителей, педагогов возможно индивидуальное тестирование.</p>
Объём и срок освоения программы	<p>1 год обучения. Программа для группы 1 рассчитана на 36 часов, 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Программа для группы 2 рассчитана на 72 часа, 1 раз в неделю по 2 академических часа.</p>
Формы обучения	<p>Очная форма обучения.</p>
Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий	<p>Занятия организуются для каждой группы 1 раз в неделю. Для группы 1 проводится 1 занятие, продолжительность одного занятия 45 минут. Для группы 1 в один день проводится 2 занятия, продолжительность одного занятия 45 минут. Перерыв между занятиями составляет 10 минут. Группа 1 Четверг - 17:00-17:45 Группа 2 Вторник - 17:00-17:45, 17:55-18:40</p>

**Календарно-тематический учебный план
на 2022-2023 учебный год**

ГРУППА 1

№ 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	Фронтальный опрос. Индивидуальная коррекция выполнения.
2.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом». Изучение: Верхняя и нижняя передача мяча.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
3.			Учебная игра. <i>Входной контроль</i>	1	комбинированная	Фиксирование результатов
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	Экспертная оценка исполнения.
6.			Перемещения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
7.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов Индивидуальная коррекция выполнения.
8.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Техника приема с подачи мяча	1	групповая	Экспертная оценка исполнения.

9.			Учебная игра. Групповые действия в защите.	1	групповая	Фиксирование результатов
10.			Развитие силы в круговой тренировке. Комбинированная эстафета.	1	групповая	Фиксирование результатов Индивидуальная коррекция выполнения.
11.			Передачи мяча двумя руками снизу, Техника прямого нападающего удара.	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения.
12.			Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	групповая	Фиксирование результатов Индивидуальная коррекция выполнения.
13.			Значение общей и специальной подготовки спортсмена.	1	групповая	Фронтальный опрос.

			Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства. Развитие координации..			Индивидуальная коррекция выполнения.
14.			Индивидуальные упражнения в защите. Подвижная игра «Салки спиной к щиту»	1	групповая	Фиксирование результатов. Индивидуальная коррекция выполнения.
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	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
17.			Изучение: Верхняя передача мяча назад за голову.	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения.

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

26.			Верхняя передача мяча назад за голову .Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Бегуны»	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
27.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
28.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
29.			Техника верхней подачи мяча на силу Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.
30.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование

						результатов
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	Индивидуальная коррекция выполнения.
33.			Учебная игра. Командные действия в нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
34.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

35.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.
36.			Итоговый контроль	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	Фронтальный опрос. Индивидуальная коррекция выполнения.
2.			Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Салки с мячом». Изучение: Верхняя и нижняя передача мяча.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
3.			Учебная игра. Входной контроль	1	комбинированная	Фиксирование результатов
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	Экспертная оценка исполнения.
6.			Перемещения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
7.			Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фиксирование результатов Индивидуальная коррекция выполнения.

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

17.			Изучение: Верхняя передача мяча назад за голову.	1	групповая	Индивидуальная коррекция выполнения.
18.			Выбор способа приема в зависимости от направления и силы полета мяча. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов

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

25.			Гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю. Костюм игроков. Индивидуальные упражнения с мячом на выносливость. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	комбинированная	Фронтальный опрос. Экспертная оценка исполнения.
26.			Верхняя передача мяча назад за голову. Индивидуальные упражнения с мячом. Подвижная игра «Бегуны»	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
27.			Учебная игра с заданием. Развитие скоростно-силовых качеств .	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование

						результатов
28.			Индивидуальные упражнения на развитие быстроты Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
29.			Техника верхней подачи мяча на силу Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.
30.			Учебная игра. Групповые действия в нападении	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
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	Индивидуальная коррекция выполнения.
33.			Учебная игра. Командные действия в нападении.	1	комбинированная	Фиксирование результатов

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

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

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

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

						исполнения.
58.			Учебная игра. Развитие силовых качеств	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. Фиксирование результатов
59.			Сочетание технических приемов. Комбинированная эстафета.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
60.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения.

61.			Взаимодействие трех игроков против трех.	1	комбинированная	Фиксирование результатов
62.			Индивидуальные упражнения с мячом на развитие координации Подвижная игра «Салки спиной к щиту».	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения. Фиксирование результатов
63.			Повторение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.	1	комбинированная	Экспертная оценка исполнения.
64.			Учебная игра. Развитие выносливости.	1	комбинированная	Индивидуальная коррекция выполнения. 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.			<i>Итоговый контроль.</i>	1	комбинированная	Протокол соревнования.