**Аннотация к рабочей программе секции "Волейбол" (ознакомительная).**

Волейбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся существенные сдвиги в деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост спортсменов. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. В процессе игровой деятельности занимающиеся проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, инициативу, желание победить. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Содержание программы направленно на специализированную подготовку, которая учитывает игровые функции, индивидуальные особенности и способности занимающихся, причём учебная специализация осуществляется на основе универсального процесса подготовки: совершенствование уровня общей физической и специальной физической подготовленности; совершенствование уровня технической и тактической подготовленности (скоростные перемещения в различных направлениях и с падениями; верхняя и нижняя передачи мяча из различных положений, в движении, в прыжке; выполнение прямых подач, силовых подач с места и в прыжке; нападающему удару с передней и второй линии атаки в различных зонах с разной высоты передачи; групповому выполнению атакующих действий; постановка индивидуального и группового блока по зонам; групповые защитные действия «углом вперед» и «углом назад»); совершенствование мастерства выполнения игровой функции связующего, нападающего и защитника (либеро) в команде; достижение стабильной и вариативной игры (устойчивости игровых навыков) в сложной соревновательной обстановке. В результате освоения данной учебной дисциплины обучающийся должен Знать: правил игры, правил проведения соревнований, ЕВСК раздела волейбол; различные комбинации и системы нападения и защиты в волейболе; основные методы регулирования психоэмоционального состояния. Уметь: использовать полученные знания для участия в соревнованиях по волейболу и организации судейства соревнований. Владеть: системой практических умений и методических навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, физическое самосовершенствование.

**Формы контроля:**

текущий контроль: количественная оценка посещаемости занятий; составление и проведение комплекса упражнений с учебной группой; ведение дневника самоконтроля с динамикой показателей физической подготовленности; составление комплекса упражнений различной направленности;

Рубежный контроль: тесты для оценки уровня физической подготовленности; положительная динамика показателей физической подготовленности; выполнение контрольных требований по техническим элементам выбранного вида двигательной деятельности (спортивной специализации). Промежуточный контроль: не предусмотрен.

**Пояснительная записка**

**Цель и задачи программы**

**Цели программы:**

1. Расширение знаний о технике и тактике игры в волейбол.
2. Содействие укреплению здоровья детей их гармоничному физическому развитию.
3. Воспитание морально - волевых качеств обучающихся, содействие развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

**Программа решает задачи:**

1. Формировать общие представления о технике и тактике игры в волейбол.
2. Обучать приемам волейбола, жизненно важным двигательным умениям и навыкам, формировать начальные навыки судейства.
3. Развивать двигательные способности.
4. Воспитывать привычки самостоятельно заниматься физическими упражнениями для отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья, воспитания нравственно - волевых качеств.

**Сведения о программе**. Составлена на основе авторских программ, авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации М.: «Просвещение» 2008. Авторы Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский «Волейбол в школе», Москва, «Просвещение», 1989.

Программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся. Технические и тактические приемы игры волейбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. На занятиях у обучающихся развивается ловкость и сила рук, быстрота реакции, костно-мышечная система. Во время соревновательного процесса воспитывается физкультурно-спортивная этика.

В программе сделан акцент на игре, чтобы привлечь интерес школьников к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни. Спортивные игры, особенно волейбол, предоставляют уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей: развития познавательных процессов, выработки воли и характера, воспитания чувства коллективизма.

Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зри­тельные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мыши. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов.

**Сроки реализации программы -** 1 год.

**Рабочая программа рассчитана на 102ч.**

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы.**

Программа адресована на обучение детей в возрасте13-17 лет.

***Цели и задачи программы:***

**Цель:**

- создание условий для формирования стойкого интереса к физической культуре и спорту в целом, и к игре волейбол в частности.

**Задачи:**

- укрепление здоровья, усиление всесторонней физической подготовленности занимающихся на основе сдачи нормативов и использования разнообразных физических упражнений;

- развитие и повышение работоспособности обучающихся

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своём здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

- приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

- развитие основных двигательных качеств;

- коррекция недостатков двигательной активности.

**Требования к знаниям обучающихся**

Обучающиеся должны знать:

- требования правил безопасности в спортивном зале;

- правила техники безопасности при занятиях волейболом;

- элементарные представления об игре волейбол.

Обучающиеся должны уметь работать в коллективе, помогать друг другу в трудных ситуациях.

**Ожидаемые результаты:**

- усилить всестороннюю физическую подготовленность;

- развить и повысить работоспособность обучающихся;

- воспитать у школьников высокие нравственные качества;

- приобрести знания в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

- развить основные двигательные качества.

**Контроль результативности программы**

Товарищеские игры с командами других ОУ.

**Краткие сведения о составе группы:**

Вид группы: профильная

Состав группы: постоянный

Особенности набора детей: свободный

Форма занятий: разновозрастная

Количество обучающихся: до 29 человек

Возраст учащихся: 7-11класс

Количество занятий: 3 часа в неделю

**Формы занятий:**

Основные формы занятий: игровые, соревновательные. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных форм и методов обучения, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации. При изучении раздела программы «Технические и тактические приемы» применяются формы занятий, как общеобразовательные, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, словесные и сенсорные, игровые и соревновательные формы, а также подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов используются рассказ-показ, демонстрация таблиц и рисунков, видео роликов изучаемого двигательного действия.

Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся.

**Формы обучения**: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в волейбол., тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Продолжительность занятия | Периодичность в неделю | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| 1,5 часа | 2 раза в неделю | 3 часа | 102часов |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Тема программы*** | ***Форма организации и проведения занятия*** | ***Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса*** | ***Дидактический материал, техническое оснащение занятий*** | ***Вид и форма контроля, форма предъявления результата*** |
| Общие основы волейбола ПП и ТБ Правила игры  и методика судейства | Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная | Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала.  Конспекты занятий для педагога. | Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства в волейболе. | Вводный,  положение о соревнованиях по волейболу. |
| Общефизическая подготовка  волейболиста | Индивидуальная, групповая, подгрупповая,  поточная, фронтальная | Словесный,  наглядный показ,  упражнения в парах, тренировки | Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего | Тестирование,  карточки судьи, протоколы |
| Специальная подготовка | Индивидуальная,  групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах | Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. | Литература, схемы,  справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего | Зачет, тестирование, учебная игра,  промежуточный тест. |
| Техническая подготовка волейболиста | Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах | Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.  Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего | Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест,  соревнование |
| Игровая подготовка | групповая, подгрупповая, коллективно-групповая | практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего. | Учебная игра,  промежуточный отбор,  соревнование |

**Планируемый уровень подготовки обучающихся.**

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «техника игры», «тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом, сформировать первичные навыки судейства.

**Оценка практической подготовленности по контрольным упражнениям.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Технический прием** | **Контрольные упражнения** | **Возраст лет** | **Оценка** | | | | | | | | | | | | | |
| **мальчики** | | | | | | | | **девочки** | | | | | |
| **высокий** | | **Выше среднего** | | **средний** | | **низкий** | | **высокий** | | **Выше среднего** | **средний** | **низкий** | |
| ***I. Передача***  ***мяча*** | 1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз). | 11  12  13  14 | 4  7  9  12 | | 3  5  6  9 | | 2  3  4  5 | | 1  1  2  3 | | 4  6  7  9 | | 3  4  5  7 | 2  3  3  4 | 1  1  2  3 | |
| 2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток) | 11  12 | 3  5 | | 2  4 | | 1  2 | | 0  1 | | 3  4 | | 2  3 | 1  2 | 0  1 | |
| 3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны4 через сетку в квадрат3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток) | 11  12 | 4  6 | | 3  5 | | 2  3 | | 1  2 | | 4  5 | | 3  4 | 2  3 | 1  2 | |
| 4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | 4  6  6  6  7 | | 3  5  5  5  5 | | 2  3  3  3  3 | | 1  2  2  2  2 | | 3  5  5  5  6 | | 2  4  4  4  5 | 1  2  3  3  3 | 0  1  2  2  2 | |
| 5. Передача мяча двумя руками 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) | 13  14 | 5  6 | | 4  5 | | 3  3 | | 2  2 | | 4  5 | | 3  4 | 2  3 | 1  2 | |
| 6. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток) | 15  16  17 | 4  4  5 | | 3  3  4 | | 2  2  2 | | 1  1  1 | | 3  4  4 | | 2  3  3 | 1  2  2 | 0  1  1 | |
| 7. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4 через сетку в прямоугольник 2х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток) | 15  16  17 | 5  5  7 | | 4  4  5 | | 3  3  4 | | 2  2  2 | | 4  4  5 | | 3  3  4 | 2  2  3 | 1  1  2 | |
| ***II. Подача мяча*** | 1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток) | 11  12 | 7  8 | | 4  6 | | 3  4 | | 1  2 | | 6  7 | | 4  5 | 3  3 | 1  2 | |
| 2. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 11  12 | 4  6 | | 3  4 | | 2  3 | | 1  2 | | 4  5 | | 3  4 | 1  2 | 0  1 | |
| 3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток) | 13  14 | 8  9 | | 5  7 | | 3  5 | | 2  3 | | 6  7 | | 4  5 | 3  4 | 2  2 | |
| 4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 13  14 | 5  6 | | 4  5 | | 2  3 | | 1  2 | | 4  5 | | 3  4 | 2  2 | 1  1 | |
| 5. Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 15  16  17 | 6  7  8 | | 5  5  6 | | 3  4  4 | | 2  3  3 | | 5  5  6 | | 4  4  4 | 2  3  3 | 1  2  2 | |
| 6. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток) | 15  16  17 | 5  7  8 | | 4  6  7 | | 2  4  5 | | 1  2  3 | | 4  5  6 | | 3  3  5 | 2  2  3 | 1  1  2 | |
| **Технический прием** | **Контрольные упражнения** | **Возраст лет** | | **Оценка** | | | | | | | | | | | |
| **мальчики** | | | | | | | | **девочки** | | | |
| **высокий** | | **Выше среднего** | | **средний** | | **низкий** | | **высокий** | **Выше среднего** | **средний** | **низкий** |
| ***III. Нападающий удар*** | 1. Прямой нападающий удар из зоны 4 в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток) | 11  12  13  14 | | 3  4  6  8 | | 2  3  5  6 | | 1  2  3  4 | | 0  1  2  3 | | 2  3  6  6 | 1  2  5  5 | -  1  3  3 | -  -  2  2 |
| 2. Нападающий удар из зоны 4 на точность (по 5 попыток в зоны 1 и 5) с передачи из зоны 3 | 15  16  17 | | 6  7  8 | | 5  6  7 | | 4  4  5 | | 3  3  4 | | 5  6  7 | 4  5  6 | 3  3  4 | 2  2  3 |
| 3. Прямой нападающий удар из зоны 4 на силу в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток) | 15  16  17 | | 5  7  8 | | 4  6  6 | | 3  5  5 | | 2  4  4 | | 4  6  6 | 3  5  5 | 2  4  4 | 1  3  3 |
| ***IV. Блокирование*** | 1. Блокирование нападающего удара из зоны 4 в зону 5  (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | | 2  2  5  6  8 | | 1  1  4  5  6 | | 1  1  2  4  4 | | -  -  1  2  3 | | 1  2  4  5  7 | 1  1  3  4  5 | -  -  2  3  3 | -  -  1  1  1 |
| 2. Блокирование нападающего удара из зоны 2 в зону 1  (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | | 2  2  5  6  8 | | 1  1  4  5  6 | | 1  1  2  4  4 | | -  -  1  2  3 | | 1  2  5  5  7 | 1  1  3  4  5 | -  -  2  3  3 | -  -  1  1  1 |
| 3. Блокирование нападающего удара из зоны 3 в пределы площадки (10 попыток) | 15  16  17 | | 4  5  6 | | 3  4  5 | | 2  3  4 | | 1  2  2 | | 3  4  5 | 2  3  4 | 2  3  3 | 1  1  1 |

**Ученик научится:**

* Основным правилам игры в волейбол.
* Основным понятиям правил игры.
* Основам техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.
* Технике ловли и подачи мяча.

## Ученик получит возможность научиться:

## Играть в волейбол.

* Навыкам игры в волейбол.
* Технике верхней передачи мяча после перемещения, технике нижней передачи мяча после перемещения.
* Основам техники выполнения передач мяча и нижней прямой подачи.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.**

По окончании курса учащийся получит возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом, сформировать первичные навыки судейства. Основной формой подведения итогов является соревнование.

**Содержание программы:**

Программа построена на принципах доступности, системности и преемственности. Программой предусматривается взаимосвязь приемов и понятий при изучении всего курса.

Программа курса волейбол рассчитана на два года. I год обучения: включает в себя больше теоретическую, и менее практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в волейбол, в практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися акцентируется внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов.

**I. Основы знаний**

- понятие о технике и тактике игры;

- основные положения правил игры в волейбол;

- нарушения, жесты судей.

**II. Технико-тактические приемы**

**1. Подачи**

- техника выполнения прямой нижней подачи;

- прямая верхняя подача;

- ознакомление с техникой выполнения верхней боковой подачи.

**2. Передачи**

- верхняя передача двумя руками перед собой с выходом;

- приём мяча снизу двумя руками;

- верхняя передача двумя руками над собой через голову;

- верхняя передача двумя руками в прыжке.

**3. Нападающий удар**

- техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.);

-ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока.

**4. Комбинированные упражнения**

- подача – передача;

- подача – передача – нападающий удар;

- передача – нападающий удар – передача (игра в защите).

**5.** **Учебно-тренировочные игры**

- отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;

- отработка индивидуальных действий игроков разных игровых амплуа.

**6. Судейство игр**

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

**III. Физическая подготовка. Техническая подготовка.**

1. Сочетание специальных тактических качеств с техническими приемами.
2. Сочетание (чередование, переключение) технических приемов и их способов.
3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении и защите.
4. Изучение групповых тактических действий в нападении и защите.
5. Изучение командных тактических действий в нападении и защите.
6. Переключения и выполнения тактических действий индивидуальных, групповых, командных – отдельно в нападении, отдельно в защите, в защите и нападении.

**IV. Интегральная подготовка.**

1. Изучение процесса игры посредством игр, подготовка к волейболу учебной двусторонней игры.
2. Применение изученных технических приемов и тактических действий в учебных играх в волейболе.
3. Система заданий по применению технических приемов и тактических действий в игре.
4. Система установок на игру (специальные задания) в контрольных играх и соревнованиях.

На каждом занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

**Тематическое планирование**

**учитель: Орина Нина Алексеевна**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Название тем занятий** |
|
|  | Инструктаж по технике безопасности игры в волейбол.  Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Инструктаж по технике безопасности игры в волейбол.  Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Инструктаж по технике безопасности игры в волейбол.  Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Учить правила игры Теоретическое занятие. |
|  | Правила игры Теоретическое занятие. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Учить правила игры |
|  | Верхняя прямая передача мяча в парах. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Теоретическое занятие по правилам игры. |
|  | Теоретическое занятие по правилам игры. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Совершенствовать стойку игрока в волейболе |
|  | Совершенствовать стойку игрока в волейболе |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | ОРУ с мячами, передачи мяча в парах. |
|  | Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Совершенствование верхней прямой передачи. |
|  | Совершенствование верхней прямой передачи. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача. |
|  | Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача. |
|  | Верхняя передача мяча в парах, нижняя подача. |
|  | Стойка игрока. Передвижение в стойке. |
|  | Остановка прыжком. С мячом и без мяча. Правила игры в волейбол. |
|  | Остановка прыжком. С мячом и без мяча. Правила игры в волейбол. |
|  | Правила игры в волейбол. |
|  | Передвижение в стойке в волейболе. |
|  | Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Правила игры в волейбол. |
|  | Ловля и передача мяча одной и двумя руками. В парах и тройках. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Ловля и передача мяча одной и двумя руками. В парах и тройках. |
|  | Передача мяча в парах в тройках |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Верхняя прямая подача. |
|  | Нижняя подача в волейболе. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
|  | Верхняя прямая подача. |
|  | Нижняя подача в волейболе. |
|  | Передача мяча из зон 1,5,6 в зону 3 после подачи. |
|  | Передача мяча из зон 1,5,6 в зону 3 после подачи. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Обучение верхней и нижней подачи волейбольного мяча |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Обучение верхней и нижней подачи волейбольного мяча  Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Обучение нижнему приему волейбольного мяча  Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Обучение верхнему приему волейбольного мяча |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков подачи |
|  | Закрепление навыков подачи |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков приема мяча по одному через сетку |
|  | Закрепление навыков приема мяча по одному через сетку |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Обучение приему мяча в парах или тройках |
|  | Обучение приему мяча в парах или тройках |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление техники прямой нижней и верхней подачи. |
|  | Закрепление техники прямой нижней и верхней подачи. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление техники прямой нижней и верхней подачи. |
|  | Закрепление техники прямой нижней и верхней подачи. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление приема мяча сверху в парах |
|  | Закрепление приема мяча сверху в парах |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Закрепление навыков игры волейбол |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча. |
|  | Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча. |
|  | Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
|  | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
|  | Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
| 94 | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
| 95 | Закрепление навыков передвижения в стойке. Остановка прыжком. С мячом и без мяча. |
| 96 | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
| 97 | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
| 98 | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
| 99 | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
| 100 | Учебно-тренировочная игра в волейбол |
| 101 | Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении. |
| 102 | Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.  Подведение итогов учебно-тренировочных занятий за год. |

**Учебно-методическое обеспечение программы.**

Для реализации данной программы имеется  необходимая  учебно-методическая  литература, что способствует качественно готовиться и проводить  учебный процесс.

Спортивный зал, с разметкой волейбольной площадки соответствует всем санитарным нормам. Зал оборудован волейбольной сеткой, а также стандартным спортивным оборудованием.

Имеются волейбольные мячи.

**Список литературы, используемой для подготовки занятий:**

1. Жележняк Ю.Д., Л.Н. Слупский «Волейбол в школе», Москва, «Просвещение» 2008.
2. Железняк Ю.Д. , Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 2009 г.
3. Лях В.И.. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 2000 г.
4. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. – Москва, «Физкультура и спорт» 2000 год.
5. Найминова Э.. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г.
6. <http://www.zavuch.info/>
7. <http://mon.gov.ru/>

**Список литературы для детей и родителей по тематике занятий:**

1. Клещев Ю.Н., А.Г. Фурманов Юный волейболист, М – «Физкультура и спорт»

1990 г.

1. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе, М – «Физкультура и спорт» 2000 г.
2. Белич С.Л. «Волейбол», «Просвещение», 2012г.