

Отдел образования администрации Измалковского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИЗМАЛКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАССМОТРЕНО
на заседании методического
объединения педагогов
дополнительного образования
протокол от 30.09.2023г. № 1

УТВЕРЖДЕНО
приказ от 30.09.2023 г.
№ 240



М.А. Золотова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Волейбол»

возраст обучающихся 10-17 лет,

срок реализации — 3 года

Автор-составитель:

Ходыкин Сергей Анатольевич

педагог дополнительного образования

с. Измалково

2023

Отдел образования администрации Измалковского района

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИЗМАЛКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения педагогов
дополнительного образования
протокол от 30.09.2023г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказ от 30.09.2023 г.
№ 240

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Волейбол»

возраст обучающихся 10-17 лет,

срок реализации — 3 года

Автор-составитель:

Ходыкин Сергей Анатольевич
педагог дополнительного образования

с. Измалково

2023

**Информационная карта дополнительной общеразвивающей программы
«Волейбол»**

Полное наименование дополнительной общеразвивающей программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога	Ходыкин Сергей Анатольевич
Сведения о педагоге, реализующем программу	педагог дополнительного образования, образование высшее
Дата создания	2021 год
Срок реализации	3 года
Возраст обучающихся	10-17 лет
Цель программы	Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.
Аннотация программы	Актуальность дополнительной общеобразовательной программы состоит в том, что для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.
Прогнозируемые результаты	В результате реализации программы у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка,

	любопытность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.
Особая информация	<p>Деятельность программы основана на комплексном подходе к воспитанию юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися.</p> <p>Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.</p> <p>Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.</p>

СОДЕРЖАНИЕ

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ	стр. 5
1.1.	Пояснительная записка	5
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	7
1.3.1.	<i>Первый год обучения</i>	7
1.3.2.	<i>Второй год обучения</i>	14
1.3.3.	<i>Третий год обучения</i>	22
1.4.	Планируемые результаты	30
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	31
2.1.	Календарный учебный график	31
2.2.	Условия реализации программы	32
2.3.	Формы аттестации (контроля)	32
2.4.	Оценочные материалы	33
2.5.	Методическое обеспечение	37
2.6.	Список литературы	39
2.7.	Программа воспитательной работы	40
2.8.	Рабочие программы	41

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Программа составлена с учетом Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р г. Москва).

Изучен современный опыт педагогов дополнительного образования и апробированные дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.13 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», СанПиН 2.4.4.3172-14.

Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (приложение к письму МОиН РФ от 18.11.15 № 09-3242), Положением о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в МБОУ ЦДО Измалковского района Липецкой области.

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

Отличительные особенности и новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол», в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

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

Педагогическая целесообразность. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческие установки, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить учащихся техническим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);
- обучить учащихся техническим и тактическим приемам волейбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие:

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

Воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

- воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

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

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Программа ориентирована на детей 10-17 лет. Воспитанники, поступающие в объединение, проходят собеседование, направленное на выявление их индивидуальности и склонности к выбранной деятельности. Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие. Наполняемость в группах составляет до 15 человек. Условия набора детей в коллектив: на основании заявлений родителей.

Объем и срок освоения программы, режим занятий. Программа рассчитана на 3 года обучения, 280 часов. Занятия ведутся три раза в неделю по 2 или 3 часа.

Форма обучения – очная, форма аудиторных и практических занятий – занятия.

1.3 Содержание программы

1.3.1. Учебный план

1 год обучения «Волейбол»

№ п/п	Наименование тем и разделов занятий	Количество часов			
		всего	Теоретических	Практических	Формы аттестации/контроля
1.	Вводное занятие	2	2	0	Беседа
2.	Общефизическая подготовка волейболиста	42	6	36	Игра. Практическое задание
3.	Специальная подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
4.	Техническая подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
5.	Тактическая подготовка	40	4	36	Тестирование. Практическое задание
6.	Текущая аттестация	4	2	2	Опрос, практическое задание
7.	Игровая подготовка	76	2	74	Практическое задание
8.	Личностный рост	20	0	20	Наблюдение

9.	Промежуточная аттестация	4	0	4	В форме зачетного занятия
ИТОГО:		280	28	252	

Учебно-тематический план 1 года обучения «Волейбол»

№ занятия	Раздел и тема занятия	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теорет.	практич.	
1.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	2	2		Беседа
2.	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
3.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	3		3	Опрос
4.	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	3		3	Наблюдение
5.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
6.	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		3	Опрос
7.	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	5	1	4	Наблюдение
8.	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	5	1	4	Наблюдение
9.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
10.	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в	5		5	Наблюдение

11.	движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
12.	Эстафеты с различными способами перемещений.	3		3	Наблюдение
13.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
14.	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
15.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	3		3	Наблюдение
16.	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	5	1	4	Наблюдение
17.	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	5	1	4	Наблюдение
18.	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
19.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
20.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	5	1	4	Наблюдение
21.	Игра по упрощенным правилам.	3		3	Наблюдение
22.	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
23.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
24.	Нижняя прямая подача. Техника выполнения.	5	1	4	Наблюдение
25.	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	5		5	Наблюдение
26.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета
27.	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5		5	Наблюдение
28.	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	5		5	Наблюдение
29.	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	6		6	Наблюдение
30.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
31.	Подача и прием мяча в парах.	5		5	Наблюдение
32.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах	2	2		Опрос

33.	соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России. ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	5	1	4	Наблюдение
34.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
35.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
36.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5		5	Наблюдение
37.	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	5	1	4	Наблюдение
38.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета
39.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5	1	4	Наблюдение
40.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
41.	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
42.	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
43.	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	5	1	4	Наблюдение
44.	Подача и прием мяча в парах.	3		3	Наблюдение
45.	Учебная игра мини-волейбол.	3		3	Игра
46.	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	3		3	Наблюдение
47.	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	5	1	4	Наблюдение
48.	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
49.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
50.	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
51.	Прием мяча снизу двумя руками на точность.	5	1	4	Наблюдение
52.	Нижняя прямая подача на точность. ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	3		3	Наблюдение
53.	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	6	1	5	Наблюдение

54.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3	1	2	Наблюдение
55.	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	6		6	Наблюдение
56.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3		3	Наблюдение
57.	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	3		3	Наблюдение
58.	Индивидуальные тактические действия.	2	2		Наблюдение
59.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	3		3	Наблюдение
60.	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	3		3	Наблюдение
61.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Игры
62.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	3	1	2	Наблюдение
63.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	6	1	5	Игра
64.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	3		3	Тест
65.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	5	1	4	Игра
66.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	5		5	Игра
67.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. Контрольные испытания. Промежуточная и итоговая аттестация.	4		4	Испытание
	Итого	280	28	252	

Содержание первого года обучения «Волейбол»

Тема № 1. Введение Техника безопасности. Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства.

Теоретическая часть

Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол. Правила разминки;

Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях волейболом;

Правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале;

Сведения о строении и функциях организма человека;

Влияние физических упражнений на организм занимающихся;

Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом;

Правила игры в волейбол;

Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол.

Тема № 2. Общефизическая подготовка волейболиста

Практическая часть

Строевые упражнения

Гимнастические упражнения

Легкоатлетические упражнения

Подвижные и спортивные игры

ОРУ (общеразвивающие упражнения)

Тема № 3. Специальная подготовка

Практическая часть

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий

Упражнения для развития прыгучести

Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча

Упражнения для развития качеств, необходимых при подаче мяча

Упражнения для развития координации движений

Упражнения для развития специальной выносливости

Упражнения для развития силовой подготовки

Упражнения для развития гибкости

Тема № 4. Техническая подготовка

Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.

Техника выполнения нижнего приема

Обучение передвижению в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Совершенствование в технике передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Подвижные игры с волейбольным мячом. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Техника выполнения верхнего приема

Правильное положение рук, кистей и пальцев при выполнении верхнего приема передачи мяча. Положение ног и туловища спортсмена при выполнении верхнего приема. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приема. Правила безопасного выполнения приема.

Техника выполнения нижней прямой подачи

Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении нижней прямой подачи. Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи. Правила безопасного выполнения нижней прямой подачи.

Техника выполнения верхней прямой подачи

Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи. Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.

Техника выполнения нижней боковой подачи

Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Упражнения на движение рук, ног и туловища при выполнении нижней боковой подачи.

Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару

Понятие выход на прием мяча. Упражнение на правильные действия руками, туловищем и ногами вовремя навесной передачи. Упражнения на правильные действия, направленные на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры в волейбол.

Техника выполнения нападающего удара

Понятие выход на позицию перед ударом. Упражнения на отработку приема набегания в сочетании с движением руками, туловищем и ногами. Отработка действий, направленных на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой.

Тема № 5. Тактическая подготовка

Обучение индивидуальных действий:

- Обучения тактике нападающих ударов;
- Нападающий удар задней линии;
- Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут).
- Нападающий удар толчком одной ноги;
- При выполнении вторых передач;

Обучение групповым взаимодействиям:

- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот).
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии.
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары).

Обучение индивидуальным действиям

- Обучения индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока;
- Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар;

Обучение технике передаче в прыжке:

- откидке, отвлекающие действия при вторых передачах.
- Упражнения на расслабления и растяжения.

- Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке.
- Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока.
- Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП.

Нападение

- Обучение и совершенствование индивидуальных действий;
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары);
- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Совершенствование переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот);
- Упражнения для развития быстроты перемещений;
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии;
- Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии;
- Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом.

Защита

- Взаимодействие игроков;
- Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом;
- Техничко-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока;
- Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов;
- Совершенствование взаимодействия, принимающего – пасующего – нападающего;
- обучения контр-атакующим действиям в волейболе;
- упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков;
- имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения);
- имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольными мячами (в паре);
- специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре);
- упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).

Тема № 6. Игровая подготовка

Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике в течение командной игры в волейбол. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Соревнования по подвижным играм с элементами волейбола. Учебно-тренировочные игры

1.3.2. 2 год обучения

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

Задачи:

- обучить учащихся техническим и тактическим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.
- развить координацию движений и основные физические качества.
- способствовать повышению работоспособности учащихся,
- развивать двигательные способности,

Учебный план

№ п/п	Наименование тем и разделов занятий	Количество часов			
		всего	Теоретических	Практических	Формы аттестации/контроля
2.	Вводное занятие	2	2	0	Беседа
3.	Общефизическая подготовка волейболиста	42	6	36	Игра. Практическое задание
4.	Специальная подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
5.	Техническая подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
6.	Тактическая подготовка	40	4	36	Тестирование. Практическое задание
7.	Текущая аттестация	4	2	2	Опрос, практическое задание
8.	Игровая подготовка	76	2	74	Практическое задание
9.	Личностный рост	20	0	20	Наблюдение
10.	Промежуточная аттестация	4	0	4	В форме зачетного занятия
ИТОГО:		280	28	252	

Учебно-тематический план 2 года

№	Раздел и тема занятия	Кол-во часов	Формы
---	-----------------------	--------------	-------

занятия		всего	теорет.	практич.	аттестации/контроль
68.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании.	2	2		Беседа
69.	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
70.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	3		3	Опрос
71.	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	3		3	Наблюдение
72.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
73.	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		3	Опрос
74.	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	5	1	4	Наблюдение
75.	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	5	1	4	Наблюдение
76.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
77.	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	5		5	Наблюдение
78.	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
79.	Эстафеты с различными способами перемещений.	3		3	Наблюдение
80.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
81.	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
82.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	3		3	Наблюдение
83.	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	5	1	4	Наблюдение
84.	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	5	1	4	Наблюдение

85.	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
86.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
87.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	5	1	4	Наблюдение
88.	Игра по упрощенным правилам.	3		3	Наблюдение
89.	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
90.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
91.	Нижняя прямая подача. Техника выполнения.	5	1	4	Наблюдение
92.	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	5		5	Наблюдение
93.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета
94.	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5		5	Наблюдение
95.	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	5		5	Наблюдение
96.	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	6		6	Наблюдение
97.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
98.	Подача и прием мяча в парах.	5		5	Наблюдение
99.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	2	2		Опрос
100.	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	5	1	4	Наблюдение
101.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
102.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
103.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5		5	Наблюдение
104.	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	5	1	4	Наблюдение
105.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета

106.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5	1	4	Наблюдение
107.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
108.	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
109.	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
110.	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	5	1	4	Наблюдение
111.	Подача и прием мяча в парах.	3		3	Наблюдение
112.	Учебная игра мини-волейбол.	3		3	Игра
113.	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	3		3	Наблюдение
114.	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	5	1	4	Наблюдение
115.	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
116.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
117.	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
118.	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	5	1	4	Наблюдение
119.	ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	3		3	Наблюдение
120.	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	6	1	5	Наблюдение
121.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3	1	2	Наблюдение
122.	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	6		6	Наблюдение
123.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3		3	Наблюдение
124.	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	3		3	Наблюдение
125.	Индивидуальные тактические действия.	2	2		Наблюдение
126.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	3		3	Наблюдение
127.	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	3		3	Наблюдение
128.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Игры
129.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	3	1	2	Наблюдение

130.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	6	1	5	Игра
131.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	3		3	Тест
132.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	5	1	4	Игра
133.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	5		5	Игра
134.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. Контрольные испытания. Промежуточная и итоговая аттестация.	4		4	Испытание
	Итого	280	28	252	

Содержание учебного плана второго года

Тема № 1. Введение Техника безопасности. Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства.

Теоретическая часть

Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол. Правила разминки;

Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях волейболом;

Правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале;

Сведения о строении и функциях организма человека;

Влияние физических упражнений на организм занимающихся;

Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом;

Правила игры в волейбол;

Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол.

Тема № 2. Общефизическая подготовка волейболиста

Практическая часть

Строевые упражнения

Гимнастические упражнения

Легкоатлетические упражнения

Подвижные и спортивные игры

ОРУ (общеразвивающие упражнения)

Тема № 3. Специальная подготовка

Практическая часть

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий

Упражнения для развития прыгучести

Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча

Упражнения для развития качеств, необходимых при подаче мяча

Упражнения для развития координации движений

Упражнения для развития специальной выносливости

Упражнения для развития силовой подготовки

Тема № 4. Техническая подготовка

Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.

Техника выполнения нижнего приема

Обучение передвижению в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Совершенствование в технике передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Подвижные игры с волейбольным мячом. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Техника выполнения верхнего приема

Правильное положение рук, кистей и пальцев при выполнении верхнего приема передачи мяча. Положение ног и туловища спортсмена при выполнении верхнего приема. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приема. Правила безопасного выполнения приема.

Техника выполнения нижней прямой подачи

Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении нижней прямой подачи. Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи. Правила безопасного выполнения нижней прямой подачи.

Техника выполнения верхней прямой подачи

Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи. Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.

Техника выполнения нижней боковой подачи

Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Упражнения на движение рук, ног и туловища при выполнении нижней боковой подачи.

Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару

Понятие выход на прием мяча. Упражнение на правильные действия руками, туловищем и ногами вовремя навесной передачи. Упражнения на правильные действия, направленные на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры в волейбол.

Техника выполнения нападающего удара

Понятие выход на позицию перед ударом. Упражнения на отработку приема набегания в сочетании с движением руками, туловищем и ногами. Отработка действий, направленных на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой.

Тема № 5. *Тактическая подготовка*

Обучение индивидуальных действий:

- Обучения тактике нападающих ударов;
- Нападающий удар задней линии;
- Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут).
- Нападающий удар толчком одной ноги;
- При выполнении вторых передач;

Обучение групповым взаимодействиям:

- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот).
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии.
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары).

Обучение индивидуальным действиям

- Обучения индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока;
- Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар;

Обучение технике передаче в прыжке:

- откидке, отвлекающие действия при вторых передачах.
- Упражнения на расслабления и растяжения.
- Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке.
- Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока.
- Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП.

Нападение

- Обучение и совершенствование индивидуальных действий;
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары);
- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Совершенствование переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот);
- Упражнения для развития быстроты перемещений;
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии;
- Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии;
- Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом.

Защита

- Взаимодействие игроков;
- Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом;
- Техничко-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока;
- Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов;
- Совершенствование взаимодействия, принимающего – пасующего – нападающего;
- обучения контр-атакующим действиям в волейболе;
- упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков;
- имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения);
- имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольными мячами (в паре);
- специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре);
- упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).

Тема № 6. Игровая подготовка

Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры в волейбол. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Соревнования по подвижным играм с элементами волейбола. Учебно-тренировочные игры

1.3.3. 3 год обучения

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

Задачи:

- обучить учащихся техническим и тактическим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.
- развить координацию движений и основные физические качества.
- способствовать повышению работоспособности учащихся,
- развивать двигательные способности,

Учебный план

№ п/п	Наименование тем и разделов занятий	Количество часов			
		всего	Теоретических	Практических	Формы аттестации/контроля
1.	Вводное занятие	2	2	0	Беседа

2.	Общefизическая подготовка волейболиста	42	6	36	Игра. Практическое задание
3.	Специальная подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
4.	Техническая подготовка	46	6	40	Тестирование. Практическое задание
5.	Тактическая подготовка	40	4	36	Тестирование. Практическое задание
6.	Текущая аттестация	4	2	2	Опрос, практическое задание
7.	Игровая подготовка	76	2	74	Практическое задание
8.	Личностный рост	20	0	20	Наблюдение
9.	Промежуточная аттестация	4	0	4	В форме зачетного занятия
ИТОГО:		280	28	252	

Учебно-тематический план 3 года

№ занятия	Раздел и тема занятия	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теорет.	практич.	
135.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании.	2	2		Беседа
136.	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
137.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	3		3	Опрос
138.	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	3		3	Наблюдение
139.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	3		3	Опрос
140.	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		3	Опрос
141.	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	5	1	4	Наблюдение
142.	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения	5	1	4	Наблюдение

	вперед, вправо, влево, назад.				
143.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
144.	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	5		5	Наблюдение
145.	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
146.	Эстафеты с различными способами перемещений.	3		3	Наблюдение
147.	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5	1	4	Наблюдение
148.	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	5	1	4	Наблюдение
149.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	3		3	Наблюдение
150.	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	5	1	4	Наблюдение
151.	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	5	1	4	Наблюдение
152.	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
153.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
154.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	5	1	4	Наблюдение
155.	Игра по упрощенным правилам.	3		3	Наблюдение
156.	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
157.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
158.	Нижняя прямая подача. Техника выполнения.	5	1	4	Наблюдение
159.	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	5		5	Наблюдение
160.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета
161.	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	5		5	Наблюдение
162.	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	5		5	Наблюдение
163.	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	6		6	Наблюдение
164.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5		5	Наблюдение
165.	Подача и прием мяча в парах.	5		5	Наблюдение

166.	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании.	2	2		Опрос
167.	ОУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	5	1	4	Наблюдение
168.	Учебная игра мини-волейбол.	5		5	Игра
169.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
170.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	5		5	Наблюдение
171.	ОУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	5	1	4	Наблюдение
172.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Эстафета
173.	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5	1	4	Наблюдение
174.	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	5	1	4	Наблюдение
175.	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
176.	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
177.	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	5	1	4	Наблюдение
178.	Подача и прием мяча в парах.	3		3	Наблюдение
179.	Учебная игра мини-волейбол.	3		3	Игра
180.	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	3		3	Наблюдение
181.	ОУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	5	1	4	Наблюдение
182.	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	5	1	4	Наблюдение
183.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	5	1	4	Наблюдение
184.	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	5		5	Наблюдение
185.	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	5	1	4	Наблюдение

186.	ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	3		3	Наблюдение
187.	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	6	1	5	Наблюдение
188.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3	1	2	Наблюдение
189.	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	6		6	Наблюдение
190.	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	3		3	Наблюдение
191.	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	3		3	Наблюдение
192.	Индивидуальные тактические действия.	2	2		Наблюдение
193.	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	3		3	Наблюдение
194.	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	3		3	Наблюдение
195.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	3		3	Игры
196.	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	3	1	2	Наблюдение
197.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	6	1	5	Игра
198.	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	3		3	Тест
199.	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	5	1	4	Игра
200.	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	5		5	Игра
201.	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. Контрольные испытания. Промежуточная и итоговая аттестация.	4		4	Испытание
	Итого	280	28	252	

Содержание учебного плана третьего года

Тема № 1. Введение Техника безопасности. Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства.

Теоретическая часть

Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол. Правила разминки;

Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях волейболом;

Правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале;

Сведения о строении и функциях организма человека;

Влияние физических упражнений на организм занимающихся;

Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом;
Правила игры в волейбол;
Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол.

Тема № 2. Общефизическая подготовка волейболиста

Практическая часть

Строевые упражнения
Гимнастические упражнения
Легкоатлетические упражнения
Подвижные и спортивные игры
ОРУ (общеразвивающие упражнения)

Тема № 3. Специальная подготовка

Практическая часть

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий
Упражнения для развития прыгучести
Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча
Упражнения для развития качеств, необходимых при подаче мяча
Упражнения для развития координации движений
Упражнения для развития специальной выносливости
Упражнения для развития силовой подготовки
Упражнения для развития гибкости

Тема № 4. Техническая подготовка

Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.

Техника выполнения нижнего приема

Обучение передвижению в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Совершенствование в технике передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Подвижные игры с волейбольным мячом. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

Техника выполнения верхнего приема

Правильное положение рук, кистей и пальцев при выполнении верхнего приема передачи мяча. Положение ног и туловища спортсмена при выполнении верхнего приема. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приема. Правила безопасного выполнения приема.

Техника выполнения нижней прямой подачи

Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении нижней прямой подачи. Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи. Правила безопасного выполнения нижней прямой подачи.

Техника выполнения верхней прямой подачи

Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи. Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.

Техника выполнения нижней боковой подачи

Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Упражнения на движение рук, ног и туловища при выполнении нижней боковой подачи.

Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару

Понятие выход на прием мяча. Упражнение на правильные действия руками, туловищем и ногами вовремя навесной передачи. Упражнения на правильные действия, направленные на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры в волейбол.

Техника выполнения нападающего удара

Понятие выход на позицию перед ударом. Упражнения на отработку приема набегания в сочетании с движением руками, туловищем и ногами. Отработка действий, направленных на коррекцию передачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой.

Тема № 5. Тактическая подготовка

Обучение индивидуальных действий:

- Обучения тактике нападающих ударов;
- Нападающий удар задней линии;
- Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут).
- Нападающий удар толчком одной ноги;
- При выполнении вторых передач;

Обучение групповым взаимодействиям:

- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот).
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии.
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары).

Обучение индивидуальным действиям

- Обучения индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока;

- Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар;

Обучение технике передаче в прыжке:

- откидке, отвлекающие действия при вторых передачах.
- Упражнения на расслабления и растяжения.
- Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке.
- Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока.
- Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП.

Нападение

- Обучение и совершенствование индивидуальных действий;
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары);
- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Совершенствование переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот);
- Упражнения для развития быстроты перемещений;
- Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии;
- Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии;
- Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом.

Защита

- Взаимодействие игроков;
- Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом;
- Техничко-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока;
- Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов;
- Совершенствование взаимодействия, принимающего – пасующего – нападающего;
- обучения контратакующим действиям в волейболе;
- упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков;
- имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения);
- имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольными мячами (в паре);
- специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре);
- упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).

Тема № 6. Игровая подготовка

Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике во время командной игры в волейбол. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Соревнования по подвижным играм с элементами волейбола. Учебно-тренировочные игры

1.4 Планируемые результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

По окончании обучения, учащиеся будут:

- Владеть техникой прямой подачи в прыжке;
- Уметь принимать мяч от сетки;
- Владеть контр - атакующим действиям в волейболе;
- Работать в команде, уметь согласовывать свои действия и находить взаимопонимание;
- Научатся делать отвлекающие действия при вторых передачах;

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

Начало учебного года: 01.09

Окончание учебного года: 31.05

Комплектование групп: 01.09 - 15.09

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
начало занятия		16.30		15.30	15.30		
окончание занятия		18.10		18.05	18.05		

Режим занятий обучающихся в объединении

Профили	Всего групп	Наполняемость учебных групп	Продолжительность занятий
Физкультурно-спортивная направленность	2	1-й год обучения - 15 чел.	45 мин.
	1	2-й год обучения - 15 чел.	
	1	3-й год обучения - 15 чел.	

Продолжительность перерыва между занятиями для отдыха обучающихся и проветривания помещений: *10 мин.*

Особенности организации работы в период каникул: *работа объединения по расписанию.*

Срок проведения отчетного мероприятия: *конец мая.*

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Материально-технические условия:

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

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

1. Сетка волейбольная - 2 штуки.
2. Стойки волейбольные - 2 штуки.
3. Гимнастическая стенка - 6 – 8 пролётов.
4. Гимнастические скамейки - 3 - 4 штуки
5. Гимнастические маты - 3 штуки.
6. Скакалки - 30 штук.
7. Мячи набивные - 25 штук.
8. Резиновые амортизаторы - 25 штук.
9. Гантели различной массы - 20 штук.
10. Мячи волейбольные - 30 штук.
(для мини-волейбола) - 20 штук.
11. Рулетка - 2 штуки.
12. Макет площадки с фишками - 2 комплекта.

Методическое обеспечение программы:

Конспекты занятий;

Инструкции по технике безопасности;

Методические разработки по проведению занятий;

Аудио и видео материалы.

Кадровое обеспечение. Ходыкин Сергей Анатольевич, педагог дополнительного образования, высшее профессиональное образование.

Общий стаж работы - 20 лет, стаж педагогической работы - 20 лет.

2.3 Формы аттестации/контроля

1. Входной(предварительный) контроль - проверка соответствия качеств начального состояния обучаемого перед его обучением.
2. Текущий контроль - организация проверки качества обучения обучающихся по образовательной программе в течение года.
3. Итоговый контроль - проверка результатов обучения после завершения образовательной программы, в конце учебного года.

Мониторинг - система отслеживание хода и результатов обучения, система постоянных наблюдений, оценки и прогноза изменений объекта.

В ходе реализации программы предусмотрены следующие формы контроля:

- начальная диагностика (сентябрь) – в форме педагогического тестирования;
- промежуточная аттестация (по окончанию каждого года обучения, май) – в форме зачетного занятия (самостоятельное проведение мероприятия);

- итоговая аттестация (по окончании последнего года обучения, май) – в форме педагогического тестирования, зачетного занятия, конкурса.

Текущий контроль может проводиться в следующих формах: творческие работы, самостоятельные работы репродуктивного характера; вопросники, тестирование; концерт; конкурс, защита творческих работ, проектов; конференция; фестиваль; соревнование; турнир, зачетные занятия.

Формы подведения итогов реализации программы: турнир среди воспитанников клуба.

2.4 Оценочные материалы

Выявление уровней освоения учащимися содержания программы.

Выявление и анализ результатов осуществляется по окончании изучения каждого модуля (информационная карта освоения учащимися модуля, карта самооценки и экспертной оценки педагогом компетентности учащегося), а также на этапе промежуточной и итоговой аттестации (информационная карта результатов участия подростков в конкурсах, фестивалях и выставках разного уровня).

Информационная карта освоения учащимися модуля.

Название модуля, кол-во часов

Ф.И.О. учащегося

№	Параметры результативности освоения модуля	Оценка результативности освоения модуля		
		1 балл (низкий уровень)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1.	Теоретические знания			
2.	Практические умения и навыки			
3.	Самостоятельность в познавательной деятельности			
4.	Потребность в самообразовании и саморазвитии			
5.	Применение знаний и умений в социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов:				

После оценки каждого параметра результативности освоения модуля, все баллы суммируются. На основе общей суммы баллов определяется общий уровень освоения модуля в соответствии с нижеприведенной шкалой:

1- 4 балла- модуль освоен на низком уровне;

5-10 баллов-модуль освоен на среднем уровне;

11-15 баллов- модуль освоен на высоком уровне.

Информационная карта освоения модуля заполняется на основе результатов педагогического наблюдения, бесед, выполнения учащимися заданий на занятиях.

Применение данной методики в долгосрочном периоде позволяет определить динамику личностного развития каждого подростка.

Итоговая аттестация

Информационная карта освоения обучающимися образовательной программы

Название программы, ее длительность

Фамилия, имя, отчество педагога

Фамилия, имя обучающегося

Год обучения по программе

№	Параметры результативности освоения программы	Оценка педагогом результативности освоения программы		
		1 балл (ниже среднего уровня)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1.	Опыт освоения теории			
2.	Опыт освоения практической деятельности			
3.	Опыт творческой деятельности			
4.	Опыт эмоционально-ценностных отношений			
5.	Опыт социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов:				

Обработка анкет и интерпретация результатов.

Оценка педагогом результативности освоения программы в целом (оценивается по общей сумме баллов):

1-4 балла - программа в целом освоена ниже среднего уровня;

5-10 баллов - программа в целом освоена на среднем уровне;

11-15 баллов - программа в целом освоена на высоком уровне.

Тест практических возможностей.

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).	10-11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	7	5	3	1	6	4	3	1
		13	9	6	4	2	7	5	3	2
		14-15	12	9	5	3	9	7	4	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	3	2	1	0	3	2	1	0
		12	5	4	2	1	4	3	2	1
	3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	10-11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	6	5	3	2	5	4	3	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	4	3	2	1	3	2	1	0
		14	6	5	3	2	5	4	2	1
		15	6	5	3	2	5	4	3	2
		16	6	5	3	2	5	4	3	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	4 4	3 3	2 2	1 1	3 4	2 3	1 2	0 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	5 5	4 4	3 3	2 2	4 4	3 3	2 2	1 1
II. Подача мяча	1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	10-11 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)	10-11 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	6	5	3	2	5	4	2	1
	16	7	5	4	3	5	4	3	2

Тест теоретических возможностей.

Материал для проверки знаний по теоретической подготовке

Проверка знаний учащихся проводится в конце учебного года в виде устных ответов по разработанным билетам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе.

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?
5. В какой цвет должен быть окрашен мяч?
6. Сколько таймов в одном матче?
7. Какие бывают броски?
8. Какими бывают передачи?
9. В каком году образовался волейбол?
10. Сколько длится матч?

1. Какие травмы можно получить при занятиях спортом?
2. Признаки переутомления?
3. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
4. Спортивная одежда волейболиста?
5. Основные правила в волейболе?
6. Что такое стандартное положение?

1. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
2. Для чего нужен дневник самоконтроля?
3. Первая помощь при вывихе?
4. Из чего состоит волейбольный матч?
5. Какие дополнительные правила используются в игре?
6. От чего зависит выбор тактики в игре?
7. Заслуги наших сборных по волейболу на Олимпийских играх.

2.5 Методические материалы

Формы организации занятий:

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в

основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом.

Теоретическая подготовка юных волейболистов должна включать в себя и вопросы основ знаний, таких как: гигиена занимающихся, их одежда, профилактика травматизма, правила игры, сведения об истории волейбола, сведения о современных передовых волейболистах, командах. Теоретические сведения должны сообщаться ученикам в ходе практических занятий в разных частях занятия, в паузах между упражнениями, в перерывах между играми.

Формы и способы фиксации результатов: портфолио учащихся.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Волейбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней

Способы определения результативности:

опрос, игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней

Формы подведения итогов реализации Программы:

Контрольная игра

2.6 Список литературы, используемый педагогом

1. Конвенция ООН «О правах ребёнка».
2. Федеральный закон от 13.01.1996 №12-ФЗ «Об образовании».- Вестник образования.№7\1996.
3. Федеральный закон от 20.07.2000 №102-ФЗ «О внесении изменений и дополнений в ст.16 Закона РФ «Об образовании». – Вестник образования № 18\2000.
4. Закон РФ «Об общественных объединениях»(от 19.05.1995).
5. Федеральный закон РФ от 28.06.1995 № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодёжных и детских общественных объединений».- Проблемы школьного воспитания.
6. Методические рекомендации МО РФ во исполнение решения коллегии от 28.09.1999 №19 «О расширении деятельности детских и молодёжных общественных объединений в образовательных учреждениях» -Вестник образования, № 9\2000.
7. Приказ Министерства образования РФ от 18.06.2001 №2419 о реализации решения коллегии от 29.05.2001 №11\1 «Об опыте взаимодействия органов управления образованием и детских общественных объединений».
8. Программа развития воспитания в системе образования России на 1999-2000г.г.(приказ Министерства образования РФ от 18.10.1999 №574) –Внешкольник, №1 2000.
9. Беляев А.В.. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 2005. - 144 с.
10. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 184 с.
11. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для вузов ФК. - М., 2002. - 368
12. Волейбол: Учебник для вузов ФК./ Под ред. Клещева Ю.Н., Айриянца А.Г. - 3-е изд., испр., доп. - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 270 с.
13. Волейбол: Учебная программа для детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М., 2005. - 112 с.
14. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учеб. пособие для тренеров. - М., 1988. - 192 с.
15. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры. - <http://www.sportlib.ru>.
16. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. Волейбол: У истоков мастерства /Под ред. Ю.В. Питерцева. - М., 1998. - 144 с.
17. Ивойлов А.В. Волейбол. Очерки по биомеханике и методике тренировки. - М., 1981. - 152 с.
18. Ивойлов А.В. Волейбол. Учебное пособие для студентов факультетов физ. воспитания педагогических институтов. - Минск, «Вышейш. Школа», 1974. - 288 с.
19. Лопатченко Н.М., Троицкая Л.П., Ширямов С.И. Обучение студентов волейболу в Томском государственном университете.: Учебное пособие. - Томск, 1996. - 64 с.
20. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М.:Астрель: АСТ, 2006. - 863 с.

21. Платонов В. Моя профессия - игра. Книга тренера. - СПб., Издательство «Русско - Балтийский информационный центр «БЛИЦ», 2007. - 280 с.
22. Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции./Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2008. - 32 с.
23. Спортивные игры: Учебник для студ. высш. пед. учеб. завед./Под ред. Ковалева В.Д. - М., Просвещение, 1988. - 304 с.
24. Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учебник для студ. высш. пед. учеб. завед./Под ред. Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М - М., 2001. - 520 с.
25. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студ. высш. пед. учеб. завед./Под ред. Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М - М., 2004. - 400 с.
26. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. и доп. - М., 2002. - 480 с.
27. Чехов О. Основы волейбола. - М., Физкультура и спорт, 1979. - 168с.
28. Шнейдер В.Ю. Методика обучения игре в волейбол: Методическое пособие для студентов ФФК. - М., ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2007. - 56 с

Список литературы, используемый детьми.

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. - 15-е издание. В.С.Родиченко и др. - М, ФиС 2005. 144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 1982.

2.7 Рабочая программа воспитания

Целью и задачами воспитательной работы - является создание условий для личностного развития обучающихся, формирования у них системных знаний о различных аспектах развития России и мира, путем формирования основ российской идентичности; готовности к саморазвитию; мотивации к познанию и обучению; ценностных установок и социально значимых качеств личности; активного участия в социально - значимой деятельности.

Календарный план воспитательной работы

№	Направление	Мероприятия	Сроки
1	Здоровьесберегающее	Акция «Спорт – здоровое будущее» Проведение бесед и инструктажа по ТБ Соревнования по волейболу	сентябрь май
2	Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений	Беседа о здоровом питании. Беседы о здоровом образе жизни: «Наркотикам – нет!» «О вреде курения»	сентябрь- октябрь

2.8 Рабочие программы

Рабочая программа «Волейбол»
1-й год обучения

Педагог: Ходыкин Сергей Анатольевич

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» предназначена для обучающихся от 10 до 17 лет. Первый год обучения рассчитан на 3 учебных часа 2 раза в неделю и 2 учебных часа 1 раз в неделю с недельной нагрузкой в 8 учебных часов, всего 279 часов в год. Количество обучающихся в группе обучения – 15 человек.

Программа охватывает теоретические и практические блоки содержания.

Направленность объединения – физкультурно-спортивная.

Деятельность программы основана на комплексном подходе к воспитанию юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

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

Отличительные особенности и новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол», в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Педагогическая целесообразность. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

На протяжении всех занятий осуществляется дифференцированный подход к детям, используются различные формы работы: коллективная, групповая и индивидуальная.

В ходе занятий используются элементы здоровье-сберегающей технологии: проводятся эмоциональные паузы, физкультминутки, позволяющие ребенку расслабиться, отдохнуть, что позволяет работать ребенку в щадящем режиме и оберегать его физическое и психическое здоровье.

Форма обучения – очная, форма аудиторных и практических занятий – занятия.

Планируемые результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

По окончании обучения, учащиеся будут:

- Владеть техникой прямой подачи;
- Уметь принимать мяч от сетки;
- Владеть контр - атакующим действиям в волейболе;
- Работать в команде, уметь согласовывать свои действия и находить взаимопонимание;
- Научатся делать отвлекающие действия при вторых передачах;

Календарно-тематический план

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь		16.30-18.10	Лекция	2	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила	МБОУ СОШ с. Чернава	Беседа

						проведении соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.		
2.	сентябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
3.	сентябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
4.	сентябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
5.	сентябрь		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
6.	сентябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
7.	сентябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
8.	сентябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
9.	сентябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
10.	октябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
11.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

12.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
13.	октябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
14.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
15.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
16.	октябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
17.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
18.	октябрь		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
19.	октябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
20.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
21.	октябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
22.	ноябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

23.	ноябрь		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
24.	ноябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
25.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
26.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
27.	ноябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
28.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
29.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
30.	ноябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
31.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
32.	ноябрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
33.	ноябрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

34.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Игра по упрощенным правилам.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
35.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
36.	декабрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
37.	декабрь		15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
38.	декабрь		15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
39.	декабрь		16.30-18.10	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
40.	декабрь		15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
41.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
42.	декабрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
43.	декабрь		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
44.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

45.	декабрь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
46.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
47.	декабрь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
48.	январь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
49.	январь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
50.	январь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
51.	январь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
52.	январь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Промежуточная аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
53.	январь		15.30-18.05	Лекция	3	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	МБОУ СОШ с. Чернава	В форме зачетного занятия
54.	январь		16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Беседа

55.	январь		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
56.	январь		15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
57.	январь		16.30-18.10	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
58.	февраль		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
59.	февраль		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
60.	февраль		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
61.	февраль		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
62.	февраль		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
63.	февраль		16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
64.	февраль		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
65.	февраль		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

66.	февраль		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
67.	февраль		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
68.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
69.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
70.	март		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
71.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
72.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
73.	март		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
74.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Подача и прием мяча в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
75.	март		15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
76.	март		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

77.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
78.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
79.	март		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
80.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
81.	март		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
82.	апрель		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
83.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
84.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
85.	апрель		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
86.	апрель		15.30-18.05	Игра	3	ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
87.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

88.	апрель		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
89.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
90.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
91.	апрель		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
92.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
93.	апрель		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
94.	май		16.30-18.10	Практическое занятие	2	Индивидуальные тактические действия.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
95.	май		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
96.	май		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
97.	май		15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
98.	май		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

99.	май		16.30-18.10	Игра	2	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
100	май		15.30-18.05	Игра	3	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
101	май		15.30-18.05	Практическое занятие	3	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
102	май		16.30-18.10	Игра	2	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
103	май		15.30-18.05	Игра	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
104	май		15.30-18.05	Эстафета	3	Подача и прием мяча в парах. Верхняя прямая подача.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
105	май		16.30-18.10	Эстафета	2	Итоговая аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
ИТОГО:					279			

Рабочая программа «Волейбол»

2-й год обучения

Педагог: Ходыкин Сергей Анатольевич

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» предназначена для обучающихся от 10 до 17 лет. Второй год обучения рассчитан на 3 учебных часа 2 раза в неделю и 2 учебных часа 1 раз в неделю с недельной нагрузкой в 8 учебных часов, всего 279 часов в год. Количество обучающихся в группе обучения – 15 человек.

Программа охватывает теоретические и практические блоки содержания.

Направленность объединения – физкультурно-спортивная.

Деятельность программы основана на комплексном подходе к воспитанию юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

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

Отличительные особенности и новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол», в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Педагогическая целесообразность. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой

ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

На протяжении всех занятий осуществляется дифференцированный подход к детям, используются различные формы работы: коллективная, групповая и индивидуальная.

В ходе занятий используются элементы здоровье-сберегающей технологии: проводятся эмоциональные паузы, физкультминутки, позволяющие ребенку расслабиться, отдохнуть, что позволяет работать ребенку в щадящем режиме и оберегать его физическое и психическое здоровье.

Форма обучения – очная, форма аудиторных и практических занятий – занятия.

Планируемые результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

По окончании обучения, учащиеся будут:

- Владеть техникой прямой подачи;
- Уметь принимать мяч от сетки;
- Владеть контр - атакующим действиям в волейболе;
- Работать в команде, уметь согласовывать свои действия и находить взаимопонимание;
- Научатся делать отвлекающие действия при вторых передачах;

Календарно-тематический план

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
106	сентябрь	13.09	16.30-18.10	Лекция	2	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий,	МБОУ СОШ	Беседа

						во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	с. Чернава	
107	сентябрь	15.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
108	сентябрь	16.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
109	сентябрь	20.09	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
110	сентябрь	22.09	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
111	сентябрь	23.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
112	сентябрь	27.09	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
113	сентябрь	29.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
114	сентябрь	30.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
115	октябрь	4.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

116	октябрь	6.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
117	октябрь	7.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
118	октябрь	11.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
119	октябрь	13.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
120	октябрь	14.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
121	октябрь	18.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
122	октябрь	20.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
123	октябрь	21.10	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
124	октябрь	25.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
125	октябрь	27.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
126	октябрь	28.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

127	ноябрь	1.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
128	ноябрь	3.11	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
129	ноябрь	8.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
130	ноябрь	10.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
131	ноябрь	11.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
132	ноябрь	15.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
133	ноябрь	17.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
134	ноябрь	18.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
135	ноябрь	22.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
136	ноябрь	24.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
137	ноябрь	25.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

138	ноябрь	29.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
139	декабрь	1.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Игра по упрощенным правилам.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
140	декабрь	2.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
141	декабрь	6.12	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
142	декабрь	8.12	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
143	декабрь	9.12	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
144	декабрь	13.12	16.30-18.10	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
145	декабрь	15.12	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
146	декабрь	16.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
147	декабрь	20.12	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
148	декабрь	22.12	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

149	декабрь	23.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
150	декабрь	27.12	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
151	декабрь	29.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
152	декабрь	30.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
153	январь	10.01	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
154	январь	12.01	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
155	январь	13.01	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
156	январь	17.01	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
157	январь	19.01	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Промежуточная аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
158	январь	20.01	15.30-18.05	Лекция	3	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	МБОУ СОШ с. Чернава	В форме зачетного занятия

159	январь	24.01	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Беседа
160	январь	26.01	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
161	январь	27.01	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
162	январь	31.01	16.30-18.10	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
163	февраль	2.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
164	февраль	3.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
165	февраль	7.02	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
166	февраль	9.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
167	февраль	10.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
168	февраль	14.02	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
169	февраль	16.02	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

170	февраль	17.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
171	февраль	21.02	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
172	февраль	28.02	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
173	март	2.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
174	март	3.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
175	март	7.03	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
176	март	9.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
177	март	10.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
178	март	14.03	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
179	март	16.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Подача и прием мяча в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
180	март	17.03	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

181	март	21.03	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
182	март	23.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
183	март	24.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
184	март	28.03	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
185	март	30.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
186	март	31.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
187	апрель	4.04	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
188	апрель	6.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
189	апрель	7.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
190	апрель	11.04	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
191	апрель	13.04	15.30-18.05	Игра	3	ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

192	апрель	14.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
193	апрель	18.04	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
194	апрель	20.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
195	апрель	21.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
196	апрель	25.04	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
197	апрель	27.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
198	апрель	28.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
199	май	2.05	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Индивидуальные тактические действия.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
200	май	4.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
201	май	5.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
202	май	11.05	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

203	май	12.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
204	май	16.05	16.30-18.10	Игра	2	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
205	май	18.05	15.30-18.05	Игра	3	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
206	май	19.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
207	май	23.05	16.30-18.10	Игра	2	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
208	май	25.05	15.30-18.05	Игра	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
209	май	26.05	15.30-18.05	Эстафета	3	Подача и прием мяча в парах. Верхняя прямая подача.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
210	май	30.05	16.30-18.10	Эстафета	2	Итоговая аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
ИТОГО:					279			

Рабочая программа «Волейбол»

3-й год обучения

Педагог: Ходыкин Сергей Анатольевич

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» предназначена для обучающихся от 10 до 17 лет. Третий год обучения рассчитан на 3 учебных часа 2 раза в неделю и 2 учебных часа 1 раз в неделю с недельной нагрузкой в 8 учебных часов, всего 279 часов в год. Количество обучающихся в группе обучения – 15 человек.

Программа охватывает теоретические и практические блоки содержания.

Направленность объединения – физкультурно-спортивная.

Деятельность программы основана на комплексном подходе к воспитанию юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

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

Отличительные особенности и новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол», в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Педагогическая целесообразность. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой

ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

На протяжении всех занятий осуществляется дифференцированный подход к детям, используются различные формы работы: коллективная, групповая и индивидуальная.

В ходе занятий используются элементы здоровье-сберегающей технологии: проводятся эмоциональные паузы, физкультминутки, позволяющие ребенку расслабиться, отдохнуть, что позволяет работать ребенку в щадящем режиме и оберегать его физическое и психическое здоровье.

Форма обучения – очная, форма аудиторных и практических занятий – занятия.

Планируемые результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

По окончании обучения, учащиеся будут:

- Владеть техникой прямой подачи в прыжке;
- Уметь принимать мяч от сетки;
- Владеть контр - атакующим действиям в волейболе;
- Работать в команде, уметь согласовывать свои действия и находить взаимопонимание;
- Научатся делать отвлекающие действия при вторых передачах;

Календарно-тематический план

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	14.09	16.30-18.10	Лекция	2	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий,	МБОУ СОШ	Беседа

						во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	с. Чернава	
2.	сентябрь	15.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
3.	сентябрь	19.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
4.	сентябрь	21.09	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
5.	сентябрь	22.09	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений. ОРУ.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
6.	сентябрь	26.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
7.	сентябрь	28.09	16.30-18.10	Практическое занятие	2	ОРУ. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
8.	сентябрь	29.09	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
9.	октябрь	3.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Правила перехода игроков. Три касания мяча с броском на сторону противника в прыжке с трех шагов разбега двумя руками.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
10.	октябрь	5.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

11.	октябрь	6.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Перемещения и стойки. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед, вправо, влево, назад.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
12.	октябрь	10.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
13.	октябрь	12.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
14.	октябрь	13.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
15.	октябрь	17.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в парах в движении. Прием мяча снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
16.	октябрь	19.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
17.	октябрь	20.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
18.	октябрь	24.10	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты с различными способами перемещений.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
19.	октябрь	26.10	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
20.	октябрь	27.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача сверху двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
21.	октябрь	31.10	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

22.	ноябрь	2.11	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Передачи мяча снизу двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
23.	ноябрь	3.11	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола «Кто точнее?», «Кто лучший?», «Сумей передать и подать»	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
24.	ноябрь	7.11	16.30-18.10	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
25.	ноябрь	9.11	15.30-18.05	Практическое занятие	2	ОРУ. Верхняя передача мяча над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
26.	ноябрь	10.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
27.	ноябрь	14.11	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
28.	ноябрь	16.11	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
29.	ноябрь	17.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Техника выполнения верхней прямой подачи. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
30.	ноябрь	21.11	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
31.	ноябрь	23.11	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
32.	ноябрь	24.11	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

33.	ноябрь	28.11	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
34.	ноябрь	30.11	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Игра по упрощенным правилам.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
35.	декабрь	1.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
36.	декабрь	5.12	16.30-18.10	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
37.	декабрь	7.12	15.30-18.05	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
38.	декабрь	8.12	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
39.	декабрь	12.12	16.30-18.10	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
40.	декабрь	14.12	15.30-18.05	Игра	2	Учебная игра мини-волейбол	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
41.	декабрь	15.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
42.	декабрь	19.12	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
43.	декабрь	21.12	15.30-18.05	Эстафета	2	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

44.	декабрь	22.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
45.	декабрь	26.12	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху двумя руками в треугольнике.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
46.	декабрь	28.12	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
47.	декабрь	29.12	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
48.	январь	9.01	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
49.	январь	11.01	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
50.	январь	12.01	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
51.	январь	16.01	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
52.	январь	18.01	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Промежуточная аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
53.	январь	19.01	15.30-18.05	Лекция	3	Введение Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. Основы истории развития волейбола в России.	МБОУ СОШ с. Чернава	В форме зачетного занятия

54.	январь	23.01	16.30-18.10	Практическое занятие	3	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Беседа
55.	январь	25.01	15.30-18.05	Практическое занятие	2	ОРУ. Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность..	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
56.	январь	26.01	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
57.	январь	30.01	16.30-18.10	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
58.	февраль	1.02	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
59.	февраль	2.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
60.	февраль	6.02	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
61.	февраль	8.02	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах. Индивидуальное набивание сверху и снизу над собой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
62.	февраль	9.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
63.	февраль	13.02	16.30-18.10	Практическое занятие	3	ОРУ. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
64.	февраль	15.02	15.30-18.05	Эстафета	2	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

65.	февраль	16.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
66.	февраль	20.02	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Нижняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
67.	февраль	22.02	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
68.	февраль	27.02	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача в облегченных условиях (расстояние – 3–6 м от сетки).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
69.	февраль	29.02	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
70.	март	1.03	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
71.	март	5.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
72.	март	7.03	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
73.	март	12.03	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Верхняя прямая подача с середины площадки. СФП.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
74.	март	14.03	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Подача и прием мяча в парах.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
75.	март	15.03	15.30-18.05	Игра	3	Учебная игра мини-волейбол.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

76.	март	19.03	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Приём мяча снизу двумя руками: имитация приёма мяча, в парах, в стойке волейболиста.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
77.	март	21.03	15.30-18.05	Практическое занятие	2	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
78.	март	22.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	ОРУ. Прием мяча отраженного сеткой: отработка различных приемов.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
79.	март	26.03	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
80.	март	28.03	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача. Техника выполнения. Подводящие упражнения.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
81.	март	29.03	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
82.	апрель	2.04	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
83.	апрель	4.04	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Нижняя боковая подача: имитация, подачи в парах, подачи через сетку, подачи по зонам, подачи на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
84.	апрель	5.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
85.	апрель	9.04	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
86.	апрель	11.04	15.30-18.05	Игра	2	ОРУ. Подвижные игры с верхней передачей мяча.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

87.	апрель	12.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
88.	апрель	16.04	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Прямой нападающий удар: прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
89.	апрель	18.04	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
90.	апрель	19.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
91.	апрель	23.04	16.30-18.10	Практическое занятие	3	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
92.	апрель	25.04	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Одиночное блокирование: имитация блокирования, в парах, с разных зон.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
93.	апрель	26.04	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
94.	май	2.05	16.30-18.10	Практическое занятие	2	Индивидуальные тактические действия.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
95.	май	3.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Нижняя боковая подача. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
96.	май	7.05	15.30-18.05	Практическое занятие	3	Прием мяча снизу двумя руками на точность. Нижняя прямая подача на точность.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
97.	май	14.05	15.30-18.05	Эстафета	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.

98.	май	16.05	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
99.	май	17.05	16.30-18.10	Игра	3	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
100	май	21.05	15.30-18.05	Игра	3	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
101	май	23.05	15.30-18.05	Практическое занятие	2	Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных).	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
102	май	24.05	16.30-18.10	Игра	3	Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
103	май	28.05	15.30-18.05	Игра	3	Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
104	май	30.05	15.30-18.05	Эстафета	2	Подача и прием мяча в парах. Верхняя прямая подача.	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
105	май	31.05	16.30-18.10	Эстафета	3	Итоговая аттестация	МБОУ СОШ с. Чернава	Наблюдение. Анализ.
ИТОГО:					279			