

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Классическая школа»  
г. Гурьевска

ПРИНЯТО решением  
Педагогического совета  
Протокол № 2  
«30» августа 2018г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Классическая школа» г. Гурьевска  
*Чельцова О.Ю.* /Чельцова О.Ю./  
Приказ № 198/1  
«30» августа 2018г.



## Дополнительная общеразвивающая программа

**физкультурно-спортивная**

*/направленность программы/*

**«Волейбол»**

*/название программы/*

**11 - 13 лет**

*/возраст детей, на которых рассчитана дополнительная программа/*

**1 год**

*/срок реализации дополнительной программы/*

г. Гурьевск  
2018 год

## Содержание

1. Пояснительная записка	2
2. Планируемые результаты	3
3. Оценочные материалы	4
4. Календарный учебный график	5
5. Учебный план	5
6. Содержание программы	5
7. Тематическое планирование	7
8. Материально-техническое обеспечение	11
9. Методические материалы	11
10. Литература	12

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам» № 1008 от 29.08.2013г.; «Положением о структуре, порядке разработки и утверждения, дополнительных общеразвивающих программ» утвержденного директором МБОУ «Классическая школа» г. Гурьевска.

Образовательная программа “Волейбол” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Новизна и оригинальность 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.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра волейбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, интеллектуальности возможностей детей 11-13 лет. Программа учитывает возрастные особенности детей, тем самым включает в себя научное обоснование эффективных средств и методов физического воспитания. При таком подходе физическое воспитание способствует сохранению и укреплению здоровья детей, улучшению их физического развития.

В условиях небольшого школьного зала посредством волейбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15 человек.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Волейбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность

ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Целью программы является создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

В рамках реализации этой общей цели программа для школьников ориентируется на решение следующих задач:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта волейболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;
- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширение спортивного кругозора детей;
- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Срок реализации программы – 1 год из расчета 2 раза в неделю.

Формы занятий: теоретические, практические, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

В секцию принимаются дети, допущенные школьным врачом к занятиям физической культуре.

#### **Планируемые результаты:**

Знать: Основы знаний о здоровом образе жизни.

Историю развития вида спорта «Волейбол» в школе, стране.

Правила игры в волейбол.

Тактические приемы в волейболе.

Уметь: Выполнять основные технические приемы волейболиста.

Проводить судейство матча.

Проводить разминку волейболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

Воспитать стремление к здоровому образу жизни.

Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.

Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.

**Система оценки результатов** освоения дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол» включает оценку уровня сформированности знаний, умений, навыков, уровня развития обучающихся, их индивидуальных качеств и личностный рост, которые определяются участием в спортивных праздниках, конкурсах, товарищеских играх с

командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов.

### **Порядок и периодичность проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся (формы проведения промежуточной аттестации)**

Программа рассчитана на один год, в связи с чем промежуточная аттестация не проводится. Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах: спортивные праздники, конкурсы, товарищеские игры с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского масштабов, судейство на соревнованиях.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе. Форма проведения итоговой аттестации - сдача контрольных нормативов.

### **Оценочные материалы**

При определении уровня освоения обучающимся программы «Волейбол» педагог использует 10-ти балльную систему оценки освоения программы:

- минимальный уровень – 1 балл,
- средний уровень – от 2 до 5 баллов,
- максимальный уровень – от 6 до 10 баллов.

### **Критерии оценивания**

№	Ф.И. обучающегося	Показатели			Итоговый балл	
		Теоретическая подготовка обучающегося:	Практическая подготовка обучающегося:	Умения и навыки обучающегося		
		а) теоретические знания; б) владение специальной терминологией.	а) практические умения и навыки; б) участие в соревнованиях;	Учебно-коммуникативные умения: а) умение слушать и слышать педагога; б)	Учебно-организационные умения и навыки: а) навыки соблюдения правил безопасности; б) судейство на соревнованиях	

**Календарный учебный график  
дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол»**

Год реализации программы	Начало учебного года	I учебный период	I каникулярный период	II учебный период	II каникулярный период	III учебный период	III каникулярный период	IV учебный период	IV каникулярный период	V учебный период	Летний период			Продолжительность учебного года
											июнь	июль	август	
1 год	1-ый рабочий день сентября	8 недель	9-ая неделя	8 недель	18-ая неделя	6 недель	25-ая неделя	6 недель	32-ая неделя	7 недель	5 недель	5 недель	4 недели	52 недели

**Условные обозначения:**



Ведение занятий по расписанию



Самостоятельная подготовка



Занятия в летнем оздоровительном лагере



Итоговая аттестация

**Учебный план**

№	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Общие основы волейбола. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Правила игры	10	10	-
2.	Общая физическая подготовка	14	2	12
3.	Специальная физическая подготовка	15	2	13
4.	Техническая подготовка	24	3	21
5.	Тактическая подготовка	14	2	12
6.	Игровая подготовка	20	1	19
7.	Контрольные нормативы	7	1	6
8.	Общее количество часов в год	104	21	83

**Содержание программы**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; специальная техническая и тактическая подготовка, игровая подготовка.

**Теоретические сведения – 10 часов**

- История развития волейбола, и его роль в современном обществе. История зарождения волейбола в мире, СССР и России. Олимпийское движение в волейболе.
- Правила и техника безопасности на занятиях по волейболу.
- Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.
- Основные термины и понятия в волейболе.
- Волейбол и его применение в адаптивной физической культуре.
- Техническая и тактическая подготовка в волейболе. Основные технические приемы игры в волейболе: стойки, подачи, нападающие удары, передвижения.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Физическая подготовка волейболиста, направленное развитие физических качеств.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Подготовка места для занятий по волейболу, размеры игровой площадки, инвентарь
- Правила игры в волейбол.
- Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств в волейболе.
- Тактическая подготовка в волейболе.
- Подведение итогов года.

#### **Общая физическая подготовка – 14 часов**

- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.
- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч в воздухе», «Мяч через сетку».

#### **Специальная физическая подготовка – 15 часов**

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).
- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча.
- Подбрасывания и отбивание мяча на месте, в движении, бегом.
- Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег.
- Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах.

- Упражнения для развития силы кисти.
- Упражнения для развития быстроты.
- Упражнения для развития ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности.
- Упражнения на расслабление.

### **Специальная техническая подготовка – 24 часа**

#### - Освоение техники передвижений:

- стойка игрока
- перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед
- ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)

#### - Освоение техники приемов и передач мяча:

- передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений
- передачи над собой, перед собой
- во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.
- передачи мяча в прыжке через сетку.
- передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели
- передачи мяча в парах в движении
- передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

#### - Освоение техники подачи и приема подач мяча:

- верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии
- верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку
- прием подачи через сетку
- верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам
- верхняя прямая подача в прыжке
- прием подачи в зону 3.

#### - Освоение техники прямого нападающего удара:

- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.
- нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3
- нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4
- прямой нападающий удар при встречных передачах
- Защитные действия.
- Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.

### **Специальная тактическая подготовка – 14 часов**



- Правила игры в волейбол.
- Значение тактической подготовки в волейболе.
- Выполнение подач в определенные зоны.
- Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4.
- Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.
- Выбор способа приема мяча.
- Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.
- Система игры в защите «углом вперед».

### **Игровая подготовка – 20 часов**

- Обучение основным приемам техники и тактическим действиям игры.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами волейбола.
- Учебно-тренировочная игра в волейбол с привлечением к судейству обучающихся.
- Учебная игра в волейбол с заданиями.
- Товарищеские встречи со сборными командами других школ.

### **Контрольные нормативы –7 часов**

1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).
2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)
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)
4. 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)
5. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)
6. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)
7. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)
8. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)
9. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)

### **10. Тематическое планирование**

№ п/п	Наименование тем	Объем
1	«Техника безопасности на занятиях по волейболу». ОФП.	1

2	«История развития волейбола. Правила игры в волейбол.» ОФП.	1
3	Разучивание техники нападения: стойки и перемещения. Основная, низкая, ходьба, бег. ОФП.	1
4	Закрепление техники нападения: перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. СФП.	1
5	Разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху на месте. СФП.	1
6	Разучивание техники передачи мяча над собой. СФП.	1
7	Разучивание техники приема мяча двумя снизу. СФП.	1
8	Разучивание нижней прямой подача. ОФП.	1
9	Разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху после перемещений. СФП..	1
10	Разучивание техники передачи мяча сверху у стены. СФП.	1
11	Разучивание техники нижней прямой подача. Прием мяча двумя руками снизу. СФП.	1
12	Разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. ОФП.	1
13	Разучивание техники выполнения передачи мяча сверху стоя спиной к цели. ОФП.	1
14	Закрепление техники выполнения нижней прямой подача. Прием мяча двумя руками снизу. ОФП.	1
15	Закрепление техники выполнения передачи мяча сверху стоя спиной к цели. СФП.	1
16	Разучивание техники выполнения передачи мяча в прыжке. СФП.	1
17	Разучивание техники выполнения нижней прямой подачи. Прием мяча двумя снизу с подачи. СФП.	1
18	Закрепление техники выполнения нижней прямой подачи. Прием мяча двумя снизу с подачи. СФП.	1
19	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1
20	Передачи мяча сверху и снизу с перемещением. Учебная игра в волейбол.	1
21	Разучивание техники выполнения верхней прямой подачи Учебная игра в волейбол.	1
22	Разучивание техники выполнения передачи мяча в парах в движении. Учебная игра в волейбол.	1
23	Разучивание техники выполнения передачи мяча в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Учебная игра в волейбол.	1
24	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи. Учебная игра в волейбол.	1

25	Разучивание техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1
26	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1
27	Закрепление техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1
28	Разучивание техники выполнения верхней прямой подачи с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1
29	Разучивание техники выполнения передачи мяча из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1
30	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи мяча с вращением. Учебно-тренировочная игра в в волейбол.	1
31	Закрепление техники выполнения передачи мяча из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	1
32	«Влияние физических упражнений на организм человека». Учебно-тренировочная игра в в волейбол.	1
33	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1
34	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1
35	Закрепление техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1
36	Совершенствование техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1
37	Совершенствование техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1
38	Закрепление техники верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
39	Закрепление техники верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
40	Закрепление техники верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
41	«Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль». Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
42	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1
43	Совершенствование техники верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1

44	Разучивание техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
45	Разучивание техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
46	Закрепление техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
47	Закрепление техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
48	Совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
49	Эстафеты с мячом. Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
50	Совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
51	Разучивание техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
52	Разучивание техники выполнения индивидуального блокирования. СФП.	1
53	«Сведения о строении и функциях организма человека». Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
54	Разучивание техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
55	Закрепление техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
56	Закрепление техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
57	Совершенствование техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
58	Совершенствование техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. СФП.	1
59	Закрепление техники выполнения индивидуального блокирования. СФП.	1
60	Совершенствование техники выполнения индивидуального блокирования. СФП.	1
61	«Влияние физических упражнений на организм человека». Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1

62	Прием контрольных нормативов по технической подготовке.	1
63	Разучивание техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
64	Разучивание техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
65	Закрепление техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
66	Закрепление техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
67	Совершенствование техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
68	Совершенствование техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
69	Разучивание индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
70	Разучивание индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
71	Закрепление индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. СФП.	1
72	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1
73	Закрепление индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. СФП.	1
74	Совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. СФП.	1
75	«Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль». Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОФП.	1
76	Совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
77	Разучивание групповых тактических действий в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	1
78	Разучивание групповых тактических действий в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	1
79	Закрепление групповых тактических действий в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	1



96	Разучивание системы игры в защите «углом вперед». Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями. СФП.	1
97	Закрепление системы игры в защите «углом вперед». Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями. ОФП.	1
98	Закрепление системы игры в защите «углом вперед». Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями. ОФП.	1
99	Совершенствование системы игры в защите «углом вперед». Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями. СФП.	1
100	Совершенствование системы игры в защите «углом вперед». Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями. СФП.	1
101	Разучивание технико-тактическим действиям в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
102	Закрепление технико-тактическим действиям в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
103	Совершенствование технико-тактическим действиям в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1
104	Совершенствование технико-тактическим действиям в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол. СФП.	1

### Материально-техническое обеспечение

№	Наименование имущества	Объем
1	Табло перекидное	1
2	Скакалки	30
3	Гимнастические скамейки	6
4	Мат гимнастический	7
5	Сетка бадминтонная (волейбольная)	2
6	Кегли (стойки)	27
7	Гимнастические стенки	6
8	Перекладина переносная	3
9	Мостик гимнастический	1
10	Палка гимнастическая	15
11	Обруч	25
12	Воланы	80
13	Ракетки для бадминтона	30
14	Мячи теннисные	53
15	Шарики теннисные	47

## Методические материалы

№	Наименование	Количество (штуки)
1.	«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов для учителей общеобразовательных учреждений» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	1
2.	Методика физического воспитания учащихся 10-11 классов В.И. Лях	1
3.	Комплексы общеразвивающих упражнений для юношей и девушек.	4
4.	Поурочные разработки 1 – 11 классы.	1
5.	Коррекционная педагогика. Т.Г. Никуленко, С.И. Самыгин.	1
6.	Лечебная физкультура. И.А. Калужнова.	1
7.	Дополнительный материал по физической культуре (папка)	1
8.	Подвижные и спортивные игры для детей (в папке).	1
9.	Папка по технике безопасности.	1
10.	«Физическая культура: основы знаний» учебное пособие В.П. Лукьященко	1
11.	Научно-методический журнал «Физическая культура в школе»	24
12.	Книга учителя физической культуры В.С. Каюрова	1
13.	Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие Е.А. Бабенкова.	1
14.	Современная мультимедиа-энциклопедия Кирилла и Мефодия «Энциклопедия спорта»	1
15.	Доклады и рефераты учащихся гимназии (папка).	1
16.	Электронная энциклопедия. Большая энциклопедия спорта «Все о спорте»	1
17.	« Ваш физкультурный режим» подписная научно-популярная серия В.Н. Васильев, В.С. Чугунов	1
18.	Физкультура внеклассные мероприятия в средней школе. М.В. Видякин.	1
19.	«Развивающие игры на уроках физической культуры».	1
20.	Возрастная физиология и школьная гигиена. Учебное пособие А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова	1
21.	Учебник для учащихся 5-7 класс «Физическая культура» М.Я. Веленский	2
22.	Учебник для учащихся 8-9 класс «Физическая культура» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	5
23.	Учебник для учащихся 10-11 класс «Физическая культура» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	6



## Литература

1. Ю.Н. Клещев , А.Г. Фурманов Юный волейболист, М - «Физкультура и спорт» 1979 г.
2. А.Г. Фурманов Волейбол в школе , Киев - 1987 г.
3. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский , Волейбол в школе, М - «Просвещение» 1989 г. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.
4. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.
5. А.В. Беляев Волейбол на уроке физической культуры, М - «Физкультура и спорт» 2005г.
6. И.О.Чехов «Основы волейбола» Москва. «Физическая культура и спорт» 2008г.
7. Жаров К. П. Волевая подготовка спортсменов. М., 1996.
8. Железняк Ю. Д. Тактическая подготовка волейболистов. Смоленск, 1995
9. Железняк Ю. Д. 120 уроков по волейболу. М., 2000.
10. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. М., 1998.
11. Железняк Ю. Д. и др. О методах и организации отбора в спортивные школы по волейболу. М., 1991.
12. Ивойлов А. В. Волейбол. М., 2004.
13. Медицинский справочник тренера. М., 2006.
14. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки. М., 2002.
15. Волейбол/Под ред. А. Г. Айриянца. М., 1999.