

Муниципальное автономное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 25 города Тюмени

**«Рассмотрено»**  
на заседании МО  
классных руководителей  
Протокол №1  
от «27» августа 2024г

**«Принято»**  
На педагогическом совете  
Протокол №1  
от «30» августа 2024 г

**«Утверждаю»**  
Директор МАОУ СОШ №25  
*С.М. Дубонос*  
С.М. Дубонос  
Приказ № 248-ОД  
от «30» августа 2024г



## **Дополнительная общеразвивающая программа Спортивной секции по волейболу**

**7 - 10 класс**

Составитель:

Учитель физической культуры Лизовенко И.А.  
Учитель физической культуры Комарова С.В.

Тюмень, 2024 год

## **Пояснительная записка.**

Программа секции волейбол внеурочной деятельности составлена на основе учебного пособия «Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей и методистов»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М. : Просвещение, 2011, в соответствии с ФГОС

**Программа** спортивной секции по волейболу на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения ФОП ООО, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 370; планируемым результатам обучения в соответствии с обновленным ФГОС ООО, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ 31 мая 2021 г. № 287; с учётом Федеральной рабочей программы воспитания.

Система физического воспитания в нашей стране имеет многолетний опыт становления и направлена на решение основных социально значимых задач: укрепление здоровья населения, физическое и двигательное развитие и воспитание высоких нравственных качеств.

Особое внимание уделяется детскому возрасту, поскольку на этом этапе развития закладывается основа дальнейшего совершенствования и формируется потенциал физических возможностей, которые могут быть реализованы в различных сферах деятельности человека.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. Рабочая программа по внеурочной деятельности (спортивно-оздоровительного направления) составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения.

Дополнительная образовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для углубленного изучения раздела «Волейбол» образовательной программы средней школы. Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «волейбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами.

Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т. д.

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол» реализуется для учащихся 6-9 классов.

Программа спортивно-оздоровительного направления «Волейбол» во внеурочной деятельности по своему содержательному наполнению ориентируется на укрепление здоровья школьников, **целью**, которой является:

- **способствовать всестороннему физическому развитию;**
- **способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.**

В соответствии с целями данной программы можно сформулировать три группы задач, направленных на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

### **Основные задачи:**

1. **Оздоровительная задача.** Укрепление здоровья. Совершенствование физического развития.
2. **Образовательные задачи.** Обучение основам техники и тактики игры волейбол. Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости; Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.
3. **Воспитательные задачи.** Формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом. Воспитание моральных и волевых качеств.

### **Общая характеристика курса**

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия волейболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

### **В предложенной программе выделяются четыре раздела:**

**В разделе «Основы знаний»** представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта.

**В разделе «Общefизической подготовки»** даны упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. Общefизическая подготовка способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества.

**В разделе «Специальной подготовки»** представлен материал по волейболу способствующий обучению техническим и тактическим приемам.

**В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности»** приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности занимающихся:

Контрольные нормативы по технической подготовке с учетом возраста.

Нормативы по физической подготовке.

Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых технических элементов, просмотр презентаций.

Два раза в год должны проводиться контрольные испытания по общей и специальной подготовке.

Теоретические и практические занятия, общеразвивающие и специальные упражнения.

Значение волейбола в общеобразовательной системе, общеразвивающих и специальных упражнений в системе общефизической подготовки.

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100 % учащихся, занимающихся по данной программе;
- повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта; - устойчивое овладение умениями и навыками игры;
- развитие у учащихся потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания школы;
- укрепление здоровья учащихся, повышение функционального состояния всех систем организма;
- умение контролировать психическое состояние.

Программа «Волейбол» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.
- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.
- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

#### **Личностные результаты:**

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

#### **Метапредметные результаты:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

#### **Предметные результаты:**

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;

умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;

спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

#### **Место программы в учебном плане**

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 6-9 класса.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме тренировок, лекций, экскурсий, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий. Периодичность - два раза в неделю по одному учебному часу ограниченному временем (40мин) .

### Тематическое планирование

№	Тема занятия	Содержание занятия	виды деятельности	Формы занятий	Цифровые образовательные ресурсы
1 2	Техника передвижений, остановок и стоек.	Правила техники безопасности. История развития волейбола в России и мире. России и мира. Техника передвижений, остановок и стоек. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий .	<i>Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока</i>  Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Лекция учителя  Практическая работа	Цифровой образовательный контент: <a href="https://multiurok.ru/files/riefierat-na-tiemu-pravila-ighry-v-volieibol-1.html">https://multiurok.ru/files/riefierat-na-tiemu-pravila-ighry-v-volieibol-1.html</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/</a>
3 4	Техника приема и передачи мяча.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча через сетку. Передача мяча	Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.  <i>Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками</i>	Устный опрос;  Практическая работа;	Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/5S8Z">https://youtu.be/5S8Z</a>

		сверху, стоя спиной к цели.			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/">ueug22w?t=3</a>
5 6	Игра и комплексное развитие психомоторных способностей.	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2х2, 3х3, 4х4) и на укороченных площадках.	Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.  Осуществлять индивидуальные, групповые и командные действия при игре в волейбол.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
7 8	Совершенство вание техники передвижений, остановок и стоек	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).	<i>Овладение техникой передвижения и стоек.</i> Стойка игрока  Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/</a>
9 10	Совершенство вание техники приема и передачи мяча.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	<i>Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками</i>  Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Смотреть игру лучших команд России.
11 12	Игра и комплексное развитие психомоторных	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игры и	Применять полученные знания на занятиях волейболом, анализировать разбор проведенных игр, понимать тактический план игры.  Анализировать упражнения, применяемые в	Практическая работа;  Учебно-тренировочная	Цифровой образовательный контент: <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

	х способностей	игровые задания с ограниченным числом игроков (2х2, 3х3, 4х4) и на укороченных площадках.	учебно-тренировочном процессе по волейболу.	я игра.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/start/">subject/lesson/3234/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/start/</a>
13 14	Техника нижней прямой подачи.	Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Нижняя прямая подача через сетку. Прием подачи. Прием мяча отраженного сеткой. Нижняя прямая подача в заданную часть площадки.	<i>Овладение техникой подачи:</i> нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент:  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/start/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/start/</a>
15 16	Техника владения мячом.	Комбинации из освоенных элементов.	<i>Овладение техникой приема и передач мяча</i> сверху двумя руками  Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Лекция учителя  Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://infourok.ru/ prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-nameste-i-4344146.html">https://infourok.ru/ prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-nameste-i-4344146.html</a>
17	Развитие скоростных и	Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из		Соревнование	Цифровой образовательный

18	скоростно-силовых способностей.	различных положений. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча.			контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
----	---------------------------------	---	--	--	---

1	2	3	4		5
19 20	Совершенство вание техники передвижений, остановок и стоек	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий . Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).	Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
21 22 23 24	Совершенство вание техники приема и передачи мяча.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	Выполнять передачу мяча сверху двумя руками, отбивание мяча в прыжке кулаком через сетку, разные виды подач и нападающие удары.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Смотреть игру лучших команд Мира.
25 26 27 28	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху,			Цифровой образовательный контент: <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-">https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-</a>

		стоя спиной к цели.			<a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">dvumya-rukami-snizu-na-meste-i-4344146.html</a>
29 30	Игра и комплексное развитие психомоторных способностей.	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2х2, 3х3, 4х4) и на укороченных площадках.	Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.  Применять полученные знания на занятиях волейболом, анализировать разбор проведенных игр, понимать тактический план игры.  Тактика игры.	Лекция учителя  Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
31 32	Техника нижней прямой подачи.	Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Нижняя прямая подача через сетку. Прием подачи. Прием мяча отраженного сеткой. Нижняя прямая подача в заданную часть площадки.	Анализ техники подачи мяча в разные зоны площадки соперника.  Контроль техники выполнения игровых действий другими учащимися, выявление возможных ошибок, способы их устранения.  Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Прием мяча с подач. Прием мяча, отраженного сеткой.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://infourok.ru/pr ezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-na-meste-i-4344146.html">https://infourok.ru/pr ezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-na-meste-i-4344146.html</a>
33 34	Совершенствование техники владения мячом.	Комбинации из освоенных элементов.	Анализировать упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
35	Развитие скоростных и	Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из	Развивать физические качества, совершенствовать навыки естественных видов движения,	Лекция учителя	Цифровой образовательный

36	скоростно-силовых способностей.	различных положений. Игровые упражнения с набивными мячами, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.	подготавливаться к сдаче нормативных требований по видам подготовки и их выполнению.	Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.	контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
37	Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча				
38					
39					
40	Игровые упражнения с набивными мячами, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.				
41	Совершенствование техники владения мячом.	Комбинации из освоенных элементов.		Практическая работа;  Учебно-тренировочная игра.  Соревнование	Смотреть игру лучших команд России.
42					

1	2	3	4	5	
43	Игра и комплексное	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	Осуществлять индивидуальные, групповые и	Лекция учителя	Цифровой образовательный

44	развитие психомоторных способностей.	Игра по упрощенным правилам волейбола.	командные действия при игре в волейбол.	Учебно-тренировочная игра.	контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
45 46		Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2х2, 3х3, 4х4) и на укороченных площадках.			Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
47 48 49 50	Совершенствование техники приема и передачи мяча.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.		Учебно-тренировочная игра.	Цифровой образовательный контент: <a href="https://infourok.ru/pr-ezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-nameste-i-4344146.html">https://infourok.ru/pr-ezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-nameste-i-4344146.html</a>
51 52 53 54	Совершенствование техники нижней прямой подачи.	Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Нижняя прямая подача через сетку. Прием подачи. Прием мяча отраженного сеткой. Нижняя прямая подача в заданную часть площадки.	Анализ техники подачи мяча в разные зоны площадки соперника.  Контроль техники выполнения игровых действий другими учащимися, выявление возможных ошибок, способы их устранения.  Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Приём мяча с подач. Прием мяча, отраженного сеткой.		Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
55	Развитие скоростных и скоростно-	Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных положений.	Развивать физические качества, совершенствовать навыки естественных видов движения, подготавливаться к сдаче нормативных требований	Практическая работа	Смотреть игру лучших команд

56	силовых способностей.	Игровые упражнения с набивными мячами, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.	по видам подготовки и их выполнению.		России.
57		Игровые упражнения с набивными мячами, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.			Цифровой образовательный контент: <a href="https://infourok.ru/pr-ezentaciya-po-fizicheskoj-">https://infourok.ru/pr-ezentaciya-po-fizicheskoj-</a>
58					
59	Совершенство вание техники владения мячом	Комбинации из освоенных элементов.			Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
60					
61					
62					
63	Учебные игры	Игра по упрощенным правилам волейбола.	Применять полученные знания на занятиях волейболом, анализировать разбор проведенных игр, понимать тактический план игры.  <i>Знания правил игры в волейбол.</i>	Учебно-тренировочная игра.	Смотреть игру лучших команд России.
64					
65					
66					
67	Совершенство вание техники приема и передачи мяча.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху,	<i>Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками</i>		Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
68					
69					
70					

		стоя спиной к цели.			
71	Игра и комплексное развитие психомоторных способностей.	Игра по упрощенным правилам волейбола.	Применять полученные знания на занятиях волейболом, анализировать разбор проведенных игр, понимать тактический план игры.		Цифровой образовательный контент: <a href="https://youtu.be/D661ojUDRb4">https://youtu.be/D661ojUDRb4</a>
72		Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2x2, 3x3, 4x4).	Осуществлять индивидуальные, групповые и командные действия при игре в волейбол.		
73					
74					
75					
76					

77	Учебные игры	Игры с использованием правил волейбола	<i>Судейство.</i>	<i>Судейство.</i>	Смотреть игру лучших команд России.
78			<i>Знания правил игры в волейбол.</i>	Соревнования	
79			Применять полученные знания на занятиях волейболом, анализировать разбор проведенных игр, понимать тактический план игры.		
80					
81					
82					

### Условия реализации программы.

Табель оборудования и снаряжения необходимого для занятий волейболом и находящегося на балансе МАОУ СОШ № 25

№ п/п	Наименование оборудования и инвентаря	Единица измерения	Количество
1.	Сетка волейбольная	шт.	1
2.	Мяч волейбольный	-	15
3.	Мяч теннисный	-	8
4.	Набивной мяч 2 кг.	-	8
5.		Набивной мяч 1кг.-8	
6.	Форма (труссы, майка)	комплект	12

## Литература

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002
4. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г.. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976.
5. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991.
6. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие – Нижневартовск, 2001
7. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2010.
8. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 324087357327968961775297076797709129534246061610

Владелец Дубонос Светлана Михайловна

Действителен с 30.09.2024 по 30.09.2025