

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Республиканский центр образования»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по
 Бабаева Т.М.
«02» 09 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ РД «РЦО»
И. Байрамбекова

20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2024-2026 учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа
«Физкультурно-спортивной направленности»

«Волейбол»

Общее количество часов: 144 часов – 1; год 216 часов – 2 год

Возраст обучающихся: 12–16 лет

Количество часов в неделю: 6 часов – 2 год

Уровень программы: Стартовый (ознакомительный), базовый

Педагог дополнительного образования: Ибрагимов Исматула Богатырович

Срок реализации программы – 2 года

г. Каспийск

Основные характеристики программы:

Направленность: дополнительной образовательной программы секции «Волейбола» физкультурно-спортивная. Программа направлена на приобретение теоретических и практических навыков игры в волейбол. Укреплению здоровья, правильному физическому развитию детей.

Актуальность (соответствие государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей). Актуальность – это констатация проблем в развитии и воспитании детей (потребность в общении, укрепление здоровья и т.д.). Отражение условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности в настоящий момент, соответствие современным запросам.

Наиболее острые проблемы дополнительного образования:

- повышение занятости детей в свободное время;
- организация полноценного досуга;
- развитие определенных качеств личности;
- поддержка и развитие талантов;
- адаптация в обществе детей с определенными особенностями;
- физическое развитие и оздоровление детей;
- профессиональная ориентация и т.п.

Отличительные особенности: В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Кружковая работа по волейболу входит в образовательную область «Физическая культура».

По своему воздействию спортивные игры в том числе волейбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

Цель и задачи Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры волейбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу.

Условия реализации программы:

- условия набора и формирования групп;
- возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения;
- необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы;

- особенности организации образовательного процесса.

Материально-техническое обеспечение реализации образовательной программы: должны быть указаны все необходимые составные реализации программы: сведения о помещении, в котором должны проводиться занятия; необходимо перечислить нужное оборудование, ТСО, инструменты, декорации, костюмы, приборы, станки, химические реактивы, зеркала, грим, микрофоны и т.п.

Форма организации деятельности учащихся:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении.

Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуально-групповая.

Год обучения: группа первого года обучения и второго года обучения. Количество обучающихся: 12-15 человек первого и второго года обучения.

Режим занятий: Всего 2 часа в неделю, 72 часа в год.

Вид учебной группы – постоянство учебной группы обязательно, т. к. новый материал базируется на предыдущем, и навыки накапливаются с каждым занятием. Форма занятий соответствует современным образовательным тренировкам, в которых отражён принцип индивидуального и группового обучения в пределах одной группы. Планируются следующие формы занятий: беседа, рассказ, теоретические и практические занятия, соревнования

Планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы).

Личностные результаты – сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений личности к себе, другим людям, профессиональной деятельности, гражданским правам и обязанностям, государственному строю, духовной сфере, общественной жизни; результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность (сформированность общественной активности

личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, самоопределение, нравственно-этическая ориентация и др.)

Метапредметные результаты – освоенные обучающимися ключевые компетенции (ценностно-смысловая, общекультурная, учебно-познавательная, информационная, коммуникативная, социально-трудовая, личностного самосовершенствования), применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

Предметные результаты – освоенный обучающимися опыт специфической деятельности по получению продукта/нового знания, его преобразованию и применению: знания и умения, конкретные элементы практического опыта – навыки или предпрофессиональные/предметные компетенции – конструкторская, техническая, технологическая и т.п.

Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражать все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие, воспитание личности учащегося.

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, в частности, к волейболу.

Учебно-тематический план первого и второго года обучения

Календарно-тематическое планирование первого года обучения

Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Раздел Тема занятий	Кол-во часов		Дата		Форма контроля
		теори я	прак тика	по пла ну	по фак ту	
	1 Основы знаний	3				
1	Комплектование группы (только 1 год) Вводный инструктаж по ТБ Правила игры в волейбол Основные понятия об игре в волейбол.	2	-			Беседа, рассказ
2	Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.	2	-			Беседа, рассказ
3	Технико-тактические действия в защите и в нападении.	2	-			Беседа, рассказ
	2 Освоение техники передвижений		6			
4	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.)		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.					
6	Перемещения. Прыжки на месте, у сетки, после перемещений и остановки; сочетание способов перемещений с остановками, прыжками, техническими приёмами.		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	3 Освоение техники приемов и передач мяча		40			
7-8	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Передача мяча сверху двумя руками; над собой и после перемещения различными способами; в парах; в треугольнике; Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
9-10	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. передачи в стену; на точность с собственного подбрасывания и партнёра. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
11-12	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Командные действия. Система игры со второй передачи игроком передней линии: приём подачи и первая передача в зону 3 (2) Учебная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
13-14	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Командные действия. Система игры со второй передачи игроком передней линии: приём подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Учебная игра					Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5-16	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4 и 2; Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17-18	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при второй передаче игроков зон 3, 4, 2;		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	Учебная игра					
19-20	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 6, 5, 1 и 3, 4, 2 при приёме подачи. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
21-22	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
23-24	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
25-26	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: сочетание стоек и перемещений, способов перемещений Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	4 Освоение техники подачи мяча и приема подач.		52			
27-28	Приём подачи. Подающие поочерёдно подают мяч. На противоположной стороне площадки игроки принимают мяч к сетке в зону 3. В зоне 3 игрок отбивает мяч через сетку. Выполнив предварительно передачу над собой. После 3-4 подач принимающие смещаются по кругу. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29-30	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Нижняя прямая (боковая); в стену - расстояние 6-9м, отметка на высоте 2м. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

31-32	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча. Стойки основная, низкая; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом. Нижняя прямая (боковая); через сетку — расстояние 6м, 9м; Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
33-34	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча. Стойки основная, низкая; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений. Нижняя прямая (боковая); из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую половины площадки. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
35-36	Приём подачи Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
37-38	Приём подачи Верхняя прямая подача. 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. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
39-40	Приём подачи Верхняя прямая подача Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
41-42	Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
43-44	Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. . Прием мяча с подачи. Учебная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
45-46	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно –		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	тренировочная игра					
47-48	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
49-50	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
51-52	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий		22			
53-54	Атакующие удары. Прямой нападающий удар; ритм разбега в три шага; ударное движение кистью по мячу: стоя у стены; удар через сетку, подброшенному партнером; удар с передачи. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
55-56	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
57	Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
58	Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
59-60	Упражнения на развитие прыгучести. Прыжковые упражнения с отягощениями и без них. Прыжки с места, с разбега, доставая баскетбольный щит, кольцо. Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		4			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

61	Упражнения на развитие прыгучести. Прыжки из глубокого приседа. Прыжки со скакалкой на двух ногах (варианты: с ноги на ногу; с продвижением вперед; на одной ноге; в приседе; высоко поднимая бёдра). Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
62	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
63	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	6 Овладение тактикой игры в нападении.		6			
64	Нижняя прямая, верхняя прямая подачи по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
65	Групповые тактические действия в нападении: взаимодействие игрока зоны 6 с игроком зоны 3. Учебно – тренировочная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	Групповые тактические действия в нападении: взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	7 Овладение тактикой игры в защите		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
67	Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями. Учебная игра		2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	8 Овладение организаторскими способностями	2	8			
68	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.	2				Учебно-тренировочные игры Соревнования
69	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 9 классов.		2			Учебно-тренировочные игры Соревнования
70	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 10 классов.		2			Учебно-тренировочные игры Соревнования
71	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 11 классов.		2			Учебно-тренировочные игры Соревнования
72	Товарищеские встречи между командами близлежащих школ		2			Учебно-тренировочные игры Соревнования
	Всего	8	136			

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения

№	Тема	Количество часов			дата	Форма контроля
		теория	практика	По плану	По факту	
1.	Теоретические знания	7 часов				
2.	Практическая занятия		15 часов			
3.	Техника безопасности на занятиях секции волейбола	1				Беседа
4.	Теоретические сведения в соответствии с программой. Правила и судейство игр по волейболу.	1				Беседа
5.	ОФП и СФП	2	4			Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.
6.	Подводящие и специальные упражнения по технике нападения и защиты.	1	1			Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с

					техническими приёмами
7.		2	6		Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара;
8.					б) передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;
9.					в) передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх).
10.	Подвижные, учебные и контрольные игры.		4		Подвижные, учебные и контрольные игры.
11.					
12.	Теоретические знания	6 часов			
13.	Практическая занятия		18 часов		
14.	Техническая подготовка	2	8		Подача мяча:- верхняя прямая, нижняя прямая
15.					Приём мяча: а) снизу двумя руками;
16.					б) нижняя передача на точность;
17.					в) приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;
18.					г) приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.
19.	Контрольные испытания	2	5		Общая физическая подготовка
20.	Контрольные испытания	2	5		Специальная физическая подготовка
21.					
22.	Теоретические знания	6 часов			
23.	Практическая занятия		18 часов		
24.	Подводящие и специальные упражнения по тактике нападения и защиты.	2	6		Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.
25.		2	6		Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.
26.		1	2		Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара;
27.					б) передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;
28.					в) передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх).
29.			4		Подвижные, учебные и контрольные игры.

30.	Техника безопасности на занятиях секции волейбола	1				Беседа
31.						
32.	Теоретические знания	6 часов				
33.	Практическая занятия		18 часов			
34.	Теоретические сведения в соответствии с программой. Правила и судейство игр по волейболу.	2				Беседа
35.	Контроль общей физической подготовки	1	2			1.Гимнастические упражнения 2.Акробатические упражнения 3.Легкоатлетические упражнения
36.	Контроль специальной физической подготовки	1	4			1.Передача мяча сверху двумя руками 2.Подача мяча 3.Нападающие удары. 4.Блокирование.
37.	Тактические действия игрока	2	8			<i>Индивидуальные действия.</i> а) выбор места при приёме нижней и верхней подач
38.						б) определение времени для отталкивания при блокировании
39.						в) выбор приёма мяча посланного через сетку (сверху, снизу, с падением)
40.	Учебная игра		4			Подвижные, учебные и контрольные игры.
41.						
42.	Теоретические знания	9 часов				
43.	Практическая занятия		13 часов			
44.	Техника безопасности на занятиях секции волейбола	1				Беседа
45.	Правила и судейство игр по волейболу.	3	3			Беседа и практика судейства.
46.	Тактические действия игроков	5	5			<i>Групповые действие.</i> Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.
47.			2			Подвижные, учебные и контрольные игры.
48.	Соревнования по волейболу		3			Соревнования по волейболу
49.						
50.	Теоретические знания	4 часа				
51.	Практическая занятия		20 часов			
52.	Тактические действия игроков	2	8			<i>Командные действия.</i> Расположение игроков при

						приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий.
53.	Учебная игра		10			Подвижные, учебные и контрольные игры.
54.	Правила и судейство игр по волейболу.	2	2			Практика судейства
55.						
56.	Теоретические знания	6 часов				
57.	Практическая занятия		20 часов			
58.	Контрольные испытания		4			ОФП и СФП
59.	Подводящие и специальные упражнения по тактике нападения и защиты.	2	4			Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.
60.		2	4			Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.
61.		2	8			Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара;
62.						б) передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;
63.						в) передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх).
64.						
65.	Теоретические знания	6 часов				
66.	Практическая занятия		20 часов			
67.	Тактические действия игроков Подводящие и специальные упражнения по тактике нападения и защиты.	2	8			Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач
68.						б) определение времени для отталкивания при блокировании
69.						в) выбор приёма мяча посланного через сетку (сверху, снизу, с падением)
70.		2	6			Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.
71.		2	6			Командные действия. Расположение игроков при

						приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий.
72.	Теоретические знания		24 часа			
73.	Практическая занятия					
74.	Контроль судейства		2			Судейство игры в волейбол
75.	Контроль общей физической подготовки		4			Тестирование ОФП
76.	Контроль специальной физической подготовки		4			Нападение, блокирование
77.	Контроль технических действий игрока		4			Подвижные, учебные и контрольные игры.
78.	Контроль тактических действий игрока		10			Подвижные, учебные и контрольные игры.
79.		50	166			

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Формы занятий, планируемых по каждому разделу первого и второго года обучения.

№ п/ п	Раздел	Формы занятий	Методы и приемы	Формы подведения итогов
1	Основы знаний	Беседа Рассказ Объяснение материала	Словесный метод (беседа, описание, разъяснение, рассуждение, дискуссия, диалог, рассказ)	Опрос
2	Освоение техники передвижений	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
3	Освоение техники приемов и	Объяснение материала	Наглядный метод (педагогический показ)	Учебно – тренировочная игра

	передач мяча	Тестирование Соревнование	Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Индивидуальный и групповой показ Тестирование
4	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
5	Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
6	Овладение тактикой игры в нападении.	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
7	Овладение тактикой игры в защите	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование

			знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	
8	Овладение организаторскими способностями	Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ

Форма подведения итогов

В конце каждой тренировки подводятся итоги:

- анализ тренировочных упражнений;
- анализ игровой деятельности.

В учебном году проводятся:

- школьный турнир по волейболу;
- межшкольные районные соревнования;
- различные соревнования.