Утверждено приказом директора
МКОУ Новокиевской СШ
от27.08.2026г.№70

Подписан:
Директор школы
РУБАН Г_А_
Дата:
2026-09-16 21:21:00

*Программа дополнительного образования*

# «ВОЛЕЙБОЛ»

Возраст обучающихся 11-14лет
Срок реализации 2 года

*составитель:*учитель физической культуры
*Храмова Наталия Викторовна*

НОВОКИЕВКА
2026-2027 г.

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

Образовательнаяпрограммаимеетфизкультурно-спортивнуюнаправленностьи предназначена для углубленного изучения раздела «Волейбол» образовательной программы средней школы.

*Новизна и оригинальность* программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большое количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе.

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиямипартнеров.Различныефункцииигроковобязываютихпостоянновзаимодействовать 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.

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.

Теоретическаяподготовкаюныхволейболистовдолжнавключатьвсебяивопросыосновзнаний, 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.

*Актуальность* программы заключается в том, что занятия по ней позволяют обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов 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 детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, во влечение 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.

*Педагогическая целесообразность* позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Научить навыкам игры в волейбол на высоком техническом уровне.

**РЕШЕНИЕ ЭТОЙ ЦЕЛИ СТАВЯТСЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ.**

- Содействие гармоническому физическому развитию.
- Развитие двигательных способностей
- Обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
- Развивать необходимые физические качества(силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции).
- Обучить правильному выполнению упражнений.;
- Воспитывать любовь к спорту.;
- Способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств.
- Способствовать воспитанию бережного отношения к своему здоровью

.

.*Особенностью* данной программы является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов. Внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Использование ИКТ поможет более точно отслеживать текущую успеваемость и проводить отбор для перехода на следующий этап обучения.

**:**

*В реализации данной программы принимают участие дети в возрасте11-14лет.*

1год обучения 11-12лет
2 год обучения 13-14 лет

Срокреализациипрограммы2года.
Программа помогает компенсировать отставание по изучению и закреплению отдельных разделов школьной программы, а также достичь определённых спортивных результатов на соревнованиях.

*Этапы реализации программы*

Программа рассчитана на детей и подростков от 11до14лет.
Занятияпроводятся1разавнеделюпо2часа,2ч.внеделю. Количество часов в год 68 ч.
Первый этап(предварительная подготовка)1год обучения ,предусматривает воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к волейболу, начальное обучение технике и тактике.
Второй этап(начальная спортивная подготовка) 2годобучения, предусматривает развитие физических качеств, воспитание умений соревноваться индивидуально и коллективно.
В этот период осуществляются освоение основ техники и тактики ,воспитание соревновательных качеств, применительно к волейболу.

**Формы и режим занятий:**

*Наполняемость учебной группы по годам обучения:*

Группа1года обучения комплектуется в количестве не менее 15 человек,
2 года обучения - не менее 15 человек.

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

*Формапроведениязанятий:*практическое,комбинированное,соревновательное.

## ОЖИДАЕМЫЕРЕЗУЛЬТАТЫ

*По окончании первого года обучения ,учащийся должны:*

1. Знать общие основы волейбола;
2. Расширят представление о технических приемах в волейболе;
3. Научатся правильно распределять свою физическую нагрузку;
4. Уметь играть по упрощенным правилам игры;
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
6. Получить навыки технической подготовки волейболиста;
7. Освоить техники перемещений ,стоек волейболиста в нападении и в защите;
8. Освоить технику верхних передач;
9. Освоить технику передач снизу;
10. Освоить технику верхнего приема мяча;
11. Освоить технику нижнего приема мяча;
12. Освоить технику подачи мяча снизу;

*По окончании второго года обучения ,учащиеся должны:*

1. Уметь играть по правилам;
2. Освоить технику верхней прямой подачи мяча;
3. Освоить технику нападающего удара;
4. Овладеть навыками судейства;
5. Уметь управлять своими эмоциями;
6. Знать методы тестирования при занятиях волейбола;
7. Знать основные понятия и термины в теории и методике волейбола;
8. Научитьсяработатьвколлективе,подчинятьсвоидействияинтересамколлективав достижении общей цели;
9. Овладеть техникой блокировки в защите;
10. Овладетьтехникойобученияиндивидуальнымтактическимдействиямвзащитеи нападении.
11. Овладеть техникой прямой подач и в прыжке;
12. Уметь принимать мяч от сетки;
13. Овладеть контр -атакующим действиям в волейболе;
14. Научитьсяработатьвкоманде,уметьсогласовыватьсвоидействияинаходить взаимопонимание;
15. Научиться делать отвлекающие действия при вторых передачах;
16. Получить навыки командных действий в защите и нападении;
17. Овладеть тактикой нападения;
18. Овладеть тактикой защиты;
    a. Уметь действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы;
19. Постояннослеditьзаходомигры,мгновенноОцениватьизменившуюсяобстановкуи принимать правильные решения;
20. Уметь доводить дело до конца и добиваться поставленной цели.

## ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Основной показатель работы секции по волейболу - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно- качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностикарезультатовпроводитсяввидетестовиконтрольныхупражнений.
Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 –раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарныеигрыприменяютсяцельюиспользованиявсоревновательныхусловиях изученных технических приемов и тактических действий.

## ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

Вначалегодапроводитсявходноетестирование.Промежуточнаяаттестацияпроводитсяв виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

В конце учебного года(в мае месяце)все учащиеся группы сдают пообщей физической подготовкеконтрольно-переводныезачеты.Результатыконтрольныхиспытанийявляются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарныеигрыприменяютсяцельюиспользованиявсоревновательныхусловияхизученных технических приемов и тактических действий.

*Формы и способы фиксации результатов:*

- дневник достижений учащихся;
- портфолио учащихся.

***Методическое обеспечение образовательной программы***

| *№* | *Тема программы* | *Форма организации и проведения занятия* | *Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса* | *Дидактический Материал ,техническое оснащение занятий* | *Вид и форма контроля ,форма предъявления результата* | *Графа учёта* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | Общие основы волейбола ПП и ТБ Правила игры И методика судейства | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая ,фронтальная | Словесный ,объяснение ,рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога. | Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства. | Вводный, положение о Соревнованиях по волейболу. | |
| **2** | Общефизическая подготовка волейболиста | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, Поточная ,фронтальная | Словесный, наглядный показ, Упражнения в парах, тренировки | Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего | Тестирование, карточки судьи, протоколы | |
| **3** | Специальная подготовка | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах | Словесный ,объяснение нового материала, рассказ, Практические занятия, упражнения в парах, Тренировки ,наглядный показ педагогом. | Литература, схемы, справочные материалы, карточки ,плакаты ,мячи на каждого обучающего | Зачет ,тестирование, учебная игра, Промежуточный тест. | |
| **4** | Техническая подготовка волейболиста | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая ,коллективно-групповая, в парах | Словесный ,объяснение ,беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки ,наглядный показ педагогом. Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты ,мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция. | Зачет ,тестирование, учебная игра, Промежуточный тест, соревнование | |
| **5** | Игровая подготовка | групповая, подгрупповая, коллективно-групповая | Практические занятия, упражнения в парах, Тренировки ,Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты ,мячи на каждого обучающего ,видеозаписи | Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование | |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

1. **Теоретические сведения –** в течение учебого , процесса.

*Общие основы волейбола*

- 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.

2. **Общефизическая подготовка–**каждое занятие (развитие двигательных качеств)

- Подвижны е игры
- ОРУ
- Бег
- Прыжки
- Метания
- Акробатические упражнения
- Всесторонняя физическая подготовка –необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения;
-

3. **Специальная физическая подготовка–10_____**часов

- упражнения для развития прыгучести
- координации движений
- специальной выносливости
- упражнения силовой подготовки
- Подбор упражнений для развития специальной силы;
- Упражнения для развития гибкости

4. **Техническая подготовка-**32_____часов

- Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.
- Особенности проведения занятий в начальном периоде обучения технике.
- Всесторонняяфизическаяподготовка–необходимоеусловиеуспешногоосвоениятехникив начальном периоде обучения.
- Определения и исправления ошибок.
- Показатели качества спортивной техники (эффективность, экономичность, простота решения задач, помехоустойчивость)
- Основы совершенствования технической подготовки.
- Методы и средства технической подготовки.

*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.

*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*

Выполнениенабрасываниемячанаудар.Правильноеположениекистиприударепомячу вовремяверхнейпрямойподачи.Упражнениенадвижениеногамиитуловищем,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.

5. **Тактическая подготовка–** 10 часов

*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;
- Обучениепереключениювниманияипереходуотдействийзащитыкдействиямватаке(и наоборот).
- Обучениегрупповымдействиямвнападенииичерезвыходящегоигрокаазаднейлинии.
- 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;

6. **Игровая подготовка–** 10 часа

*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.

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.

7. **Контрольные и календарные игры -_____**6часов

- Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам волейбола.
- Товарищеские игры с командами соседних школ.
- Итоговые контрольные игры.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. **Теоретические сведения– в течение учебного , процесса**,

- Правила поведения и ТБ на занятиях по волейболу;
- Последовательность обучения волейболистов;
- Становление волейбола как вида спорта ;Общие основы волейбола;
- Правила игры и методика судейства соревнований;
- Эволюция правил игры по волейболу;
- Упрощенные правила игры;
- Действующие правила игры;
- Сведения о строении и функциях организма человека;
- Гигиена ,врачебный контроль на занятиях волейболом;
- Основы техники игры и техническая подготовка.
- Основы тактики игры и тактическая подготовка.

2. **Общефизическая подготовка–каждое занятие**,(развитие двигательных качеств)
- Подвижные игры
- ОРУ
- Бег
- Прыжки
- Метания
- Акробатические упражнения

**3. Специальная физическая подготовка–каждое занятие,**

- упражнения для развития прыгучести
- координации движений
- специальной выносливости
- упражнения силовой подготовки
- подборупражнений,составлениекомплексовупражненийдляразвитиябыстроты перемещений для защиты и нападения;
- Подбор упражнений для развития взрывной силы;
- Подбор упражнений для воспитания быстроты ответных действий.

4. **Техническая подготовка-____**20___часов

*Техника выполнения нижнего приема*

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. Использование верхнего приема передачи мяча на практике вовремя командной игры в волейбол.

*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. Использование нижней прямой подачи мяча на практике вовремя командной игры в волейбол.

*Техника выполнения верхней прямой подачи*

Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремяверхнейпрямойподачи.Упражнениенадвижениеногамиитуловищем,движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения. Использование верхней прямой подачи мяча на практике вовремя командной игры в волейбол.

*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. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча на практике вовремя командной игры в волейбол.

*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 на бегания 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.

5. **Тактическая подготовка–**_____20__часов

*Обучение и совершенствование индивидуальных действий:*

- Совершенствование тактики нападающих ударов;
- Нападающий удар задней линии;
- Совершенствованиетехнико-тактическимдействиямнападающегоигрока(блок-аут).
- Нападающий удар толчком одной ноги;
- При выполнении вторых передач;

*Обучение групповым взаимодействиям:*

- Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе;
- Обучениепереключениювниманияипереходуотдействийзащитыкдействиямватаке(и наоборот).
- Обучениегрупповымдействиямвнападенииичерезвыходящегоигроказаднейлинии.
- Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных(обманные нападающие удары).

*Обучение и совершенствование индивидуальных действий*

*Обучение технике передаче в прыжке:*

- От кидке , 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.

-

6. **Игровая подготовка –___**20____часов

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. Тактика игры в нападении . Тактика игры в защите.

**7,Контрольные и календарные игры, 8часов**

- Двухсторонние контрольные игры
- Товарищеские игры с командами соседних школ,
- Итоговые контрольные игры,".

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ обеспечение образовательной программой**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

спортивный инвентарь:

- волейбольные мячи на каждого обучающегося;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- волейбольная сетка;;
- гимнастических матов;
- футбольных, баскетбольных и теннисных мячей.

спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки ,–гимнастическая стенка –

Примечание:

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 68 занятий по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины)преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.

Можно также исключать некоторые уроки или заменить на другие, которые уже усваиваются.

**<u>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</u> ДЛЯ ПЕДАГОГА:**


1. Волейбол. Пляжный волейбол: Правила соревнований/пер.сангл. – М.: Терра-Спорт , 2001 (Правила соревнований).
2. Волейбол.Тестовыезаданияпоизучениюправилсоревнований.–Омск:СибГАФК, 2002
3. ЖелезнякЮ.Д.,СкупскийЛ.Н.Волейболвшколе.Москва.«Просвещение».1989г.
4. ЖелезнякЮ.Д.,ШулятьевВ.М.,ВайнбаумЯ.С.Волейбол:Учеб.программадляДЮСШи ДЮСШОР.– Омск: ОмГТУ , 1994.
5. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.Н., Чехов О.С. Подготовка юных волейболистов: Учеб. пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт, 1967
6. Мармор В.К. Специальные упражнения волейболиста. –Кишинев:«Карта Молдовеняскэ» , 1975
7. МерзляковВ.В.,ГордышевВ.В.Игры,эстафеты,игровыеупражненияволейболиста. – Волгоград, 1977.
8. Чехов О. Основы волейбола. Москва.«ФиС»1979г.


**Дополнительная:**


9. Амалин М.Е.Тактика волейбола.–М.:Физкультураиспорт,1962
10. Ахмеров Э.К., Канзас Э.Г. Волейбол в школе.–Минск:Нарасвета,1981
11. ЖелезнякЮ.Д.Волейбол:методикаобученияшкольников11-14лет.–М.-1961.
12. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе.–М.: Физкультура испорт,1978
13. Железняк Ю.Д. Юный волейболист :Учеб. пособие для тренеров. –М.: Физкультура и спорт, 1988.
14. Ивойлов А.В. Волейбол: Техника ,тактика ,тренировка.–Минск:Высшаяшкола,1972
15. Клещев Ю. Н. Учебно-тренировочнаяработасюнымиволейболистами(15-16лет):Методич. материалы. – М., 1962.
16. КлещевЮ.Н.,ТюринВ.А.,ФураевЮ.П.Тактическаяподготовкаволейболистов. –М.: Физкультура и спорт, 1968
17. КнижниковА.Н.,КнижниковН.Н.Основысудействаволейбола:Учебно-метод.пособие – Нижневартовск, 2001.


**ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ:**


18. Клещёв Ю. Н , Фурманов Н. Г. Юный волейболист .Москва .ФиС » 1979г.
19. ЖелезнякЮ.Д.120уроковповолейболу:Учеб.пособиедляначинающих. –М .:Физкультура и спорт, 1965.