



Администрация города Нижнего Новгорода
Департамент образования
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 124»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол от 30.08.2023г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
МБОУ «Школа №124»
от 01.09.2023г. № 153/1-ОД



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

«Волейбол»

на 2023-2024 учебный год
физкультурно-спортивной направленности
Возраст обучающихся: 14-17 лет.
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: учитель
Соловьева О.И.

г. Нижний Новгород

2023 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Информационная карта программы	стр. 3
2.	Пояснительная записка	стр. 4
3.	Учебный план	стр. 8
4.	Календарный учебный график	стр. 9
5.	Рабочая программа (учебно-тематический план)	стр. 11
6.	Содержание программы	стр. 12
7.	Оценочные материалы	стр. 19
8.	Методические материалы	стр. 21
9.	Список литературы	стр. 22

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Волейбол»
2.	Название объединения	«Волейбол»
3.	Название проводящей организации	МБОУ «Школа №124», город Н.Новгород, ул.Строкина, дом 12А, (831) 297-74-43
4.	Место реализации программы	МБОУ «Школа №124»
5.	Составитель программы	Соловьева Ольга Ивановна, учитель
6.	Руководитель программы	Зраевская Ирина Александровна , директор МБОУ «Школа № 124»
7.	Направленность	Физкультурно-спортивная
8.	Уровень реализации программы	Базовый
9.	Сроки реализации программы	1 год
10.	Возраст	13-15лет
11.	Официальный язык	Русский
12.	Цель программы	Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом
13.	Краткое содержание программы	Позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и навыков игры в волейбол.
14.	Виды деятельности по программе	Теоретические и практические занятия, сдача нормативов, соревнования
15.	Форма проведения занятий	Групповая
16.	Условия участия в программе	Добровольное, по заявлению родителей/законных представителей

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная дополнительная общеобразовательная программа разработана на основании следующих документов: Федеральный закон Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от «4» сентября 2014 г. № 1726-р.

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

«Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от «11» декабря 2006 № 06-1844). •

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 года N 298н)

Приказ Минобрнауки России N 882, Минпросвещения России N 391 от 05.08.2020 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ" (вместе с "Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ").

Актуальность программы для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления. Актуальность занятий спортивными играми в школьном возрасте особенно показательна на общем фоне ухудшения здоровья детей. Особенно эффективны занятия спортивными играми для профилактики нарушений осанки, недостатка мышечной массы, низкой самооценки личности. Данная программа помогает привить навыки к занятиям не только физической культурой, но и выбрать в дальнейшем наиболее интересный вид спорта, на занятиях которым можно совершенствовать основные физические качества. Программа способствует развитию интереса у воспитанников к здоровому образу жизни.

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

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать 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.

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:

Создание условий для укрепления здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Задачи программы:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятию волейболом;
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно - силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приёмов избранного вида спорта, срок реализации 1 год, возраст обучающихся 13-15 лет. В группе предполагается не более 15 человек. Группа постоянная.

Срок реализации ДООП:

Программа рассчитана на 1 год и содержит 34 часа из расчета 1 час в неделю. Продолжительность занятий 40 минут.

Формы обучения:

По форме проведения занятий программа предполагает индивидуальную и групповую работу, проведение и участие в соревнованиях. **ДИСТАНТ**

Процесс занятий строится исходя из возрастных, психофизических возможностей и особенностей детей. К занятиям допускаются ребята прошедшие медицинское обследование на пригодность для занятий спортивными играми.

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

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Ожидаемые результаты ДООП:

- ✓ Дети будут знать правила игры "волейбол" и применять их на практике;
- ✓ Уметь выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- ✓ Владеть приемами игры "волейбол";
- ✓ Владеть основой индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите;
- ✓ Совершенствовать тактические умения с учетом игровых амплуа в команде;
- ✓ Развивать способности к быстрым перестроениям в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.

Оздоровительные результаты программы:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование учебных модулей	Количество часов			Формы 4 контроля
		теория	практика	всего	
1	Правила игры и методика судейства	2	1	3	Тест
2	Общая и специальная физическая подготовка		12	12	Текущий контроль
3	Техническая и тактическая подготовка	1	13	14	Текущий контроль
4	Игровая подготовка		5	5	Текущий контроль
Итого		3	34	37	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
на 2023-2024 учебный год

Месяц	Даты	№ недели	Кол-во часов
сентябрь	31.08.20-04.09.21	1	Н
	6.09-11.09	2	1
	13.09-18.09	3	1
	20.09-25.09	4	1
октябрь	27.09-2.10	5	1
	4.10-9.10	6	1
	11.10-16.10	7	1
	18.10-23.10	8	1
	25.10-30.10	9	1
ноябрь	1.11-6.11	10	1
	08.11-13.11	11	1
	15.11-20.11	12	1
	22.11-27.11	13	1
декабрь	29.11-04.12	14	1
	06.12-11.12	15	1
	13.12-18.12	16	1
	20.12-25.12	17	1
январь	27.12-1.01	18	1
	03.01-08.01.2022	19	К
	10.01-15.01	20	1
	17.01-22.01	21	1
	24.01-29.01	22	1
февраль	31.01-05.02	23	1

	07.02-12.02	24	1
	14.02-19.02	25	1
	21.02-26.02	26	1
март	28.02-05.03	27	1
	07.03-12.03	28	1
	14.03-19.03	29	1
	21.03-26.03	30	1
апрель	28.03-02.04	31	1
	04.04-09.04	32	1
	11.04-16.04	33	1
	18.04-23.04	34	1
	25.04-30.04	35	1
май	02.05-07.05	36	1
	9.05-14.05	37	1
	16.05-21.05	38	1
	23.05-28.05	39	К
июнь	30.05-04.06	40	К
	06.06-11.06	41	К
	13.06-18.06	42	К
	20.06-25.06	43	К
июль	27.06-02.07	44	К
	04.07-09.07	45	К
	11.07-16.07	46	К
	18.07-23.07	47	К
	25.07-30.07	48	К
август	01.08-06.08	49	К
	08.08-13.08	50	К

	15.08-20.08	51	К
	22.08-27.08	52	К
	всего учебных недель/ часов		37/37
всего часов по ДООП		теория	3
		практика	34

Условные обозначения: Н-проведение занятий не предусмотрено; формирование группы
К- каникулярное время
П – праздничный день

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

№ № п/п	ТЕМА	теория	практика	всего
Раздел 1: Правила игры и методика судейства – 2ч				
1	Общие основы волейбола ПП и ТБ	1		1
2	Правила игры и методика судейства	1		1
Раздел 2: Общая и специальная физическая подготовка. – 12ч				
3	Общеразвивающие упражнения без предметов		3	3
4	Упражнения с набивным мячом.		2	2
5	Акробатические упражнения		2	2
6	Легкоатлетические упражнения		2	2
7	Специальные упражнения.		3	3
Раздел 3: Техническая и тактическая подготовка – 14ч.				
8	Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства	1		1
9	Техника выполнения нижнего приема		2	2

10	Техника выполнения верхнего приема		2	2
11	Техника выполнения нижней прямой подачи		2	2
12	Техника выполнения верхней прямой подачи		2	2
13	Техника выполнения нижней боковой подачи		2	2
14	Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару		2	2
15	Тактическая подготовка		1	1
Раздел 4: Игровая подготовка – 8ч.				
16	Игровая подготовка. Участие в соревнованиях		8	8
Итого часов		3	34	37

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ № п/п	Тема	Содержание занятия
Раздел 1: Правила игры и методика судейства – 2ч		
1	Общие основы волейбола ПП и ТБ	Организационное занятие. Сбор данных. Списочный состав. Инструктаж по технике безопасности на занятиях кружка. Правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале. Правила разминки, Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях волейболом
2	Правила игры и методика судейства	Правила игры и методика судейства: Правила игры в волейбол, Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол. Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол. Сведения о строении и функциях организма человека; Влияние физических упражнений на организм

занимающихся; Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом;

Раздел 2: Общая и специальная физическая подготовка. – 12ч

3	Общеразвивающие упражнения без предметов	Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.
4	Упражнения с набивным мячом.	Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.
5	Акробатические упражнения	Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.
6	Легкоатлетические упражнения	Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег 200 и 500 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега
7	Специальные упражнения.	Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий. Бег, перемещения по сигналу из различных и.п. Бег с остановками и изменением направления. По сигналу - выполнение определенного задания в беге. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести. Прыжки: обычные и многократные

		на одной и обеих ногах на месте, из различных исходных положений, со скакалкой. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.
Раздел 3: Техническая и тактическая подготовка – 14ч.		
8	Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства	Особенности проведения занятий в начальном периоде обучения технике. Всесторонняя физическая подготовка - необходимое условие успешного освоения техники в 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
9	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
10	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.
11	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
12	Техника выполнения верхней прямой подачи	Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи. Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения
13	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.
14	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
15	Тактическая подготовка	Обучение индивидуальных действий. Обучения тактике нападающих ударов. Нападающий удар задней линии. Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Нападающий удар толчком одной ноги. При выполнении вторых передач. Обучение групповым взаимодействиям. Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе. Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии. Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары) Обучение индивидуальным действиям. Обучения индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока. Обучение технике передаче в прыжке. 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. Сдача нормативов в рамках проведения промежуточной аттестации.
Раздел 4: Игровая подготовка – 8ч.		
16	Основы взаимодействия игроков во время игры. Участие в соревнованиях. Организация и судейство соревнований	Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике во время командной игры в волейбол. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. Организация и судейство соревнований в школе. Участие в соревнованиях в рамках проведения промежуточной аттестации.
Итого часов		3 34 37

Рабочая программа

№	Тема занятия	Всего часов	Дата проведения
1	Организационное занятие. Сбор данных. Списочный состав. Правила тех. безопасности. Правила игры в волейбол Перемещение по площадке. Приемы мяча сверху, внизу. Передача сверху двумя руками.	1	
2	Бег, ходьба. Перемещение приставным шагом, спиной вперед, правым, левым боком вперед. Остановка шагом в прыжке (вдоль сетки). Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки для направления удара. Отбивание мяча кулаком у сетки.	1	
3	Сочетания способов перемещения с техническими приемами. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной в направлении передачи у сетки. Подачи: нижняя прямая, верхняя прямая. Учебная игра. Повторение правил.	1	

4	Прием мяча: сверху двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками. Отбивание мяча ногой. Одиночный блок прямого удара. Учебная игра.	1	
5	Учебная игра. Чередование способов подач. Выбор способов отбивания мяча через сетку: передачей сверху двумя руками, кулаком, снизу. Вторая передача нападающему, к которому передающий стоит спиной.	1	
6	Вторая передача нападающему, к которому передающий стоит лицом. Имитация атакующего удара и отбивание в прыжке двумя руками через сетку. Подача мяча различными способами. Учебная игра.	1	
7	Общепфизическая подготовка. Прыжки через препятствие (10-12) высотой 60 см из глубокого приседа. 2. Прыжки с места с отягощением. Силовая подготовка. Упражнения в парах, скакалка, с отягощением, на брюшной пресс. Учебная игра.	1	
8	Передвижение по площадке в стойке игрока. Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара. Подача мяча. Учебная игра.	1	
9	Атакующий удар с задней линии. Прямой нападающий удар слабой игрой из зон 2,3,4. Имитация нападающего удара и «обман» двумя руками, одной. Игра.	1	
10	Чередование способов передачи мяча: в движении по кругу (разминка). Атакующий удар. Поддачи. Учебная игра.	1	
11	Атакующий удар. Чередование способов передачи и подачи мяча. Учебная игра. Волейбол.	1	
12	Атакующий удар по блоку за боковую линию. Имитация атакующего удара и «обман» двумя руками. Учебная игра. бхб.	1	
13	Атакующий удар по ходу сильной рукой из зон 4,3,2. Учебная игра бхб.	1	
14	Прямой нападающий удар слабейшей рукой из зон 2,3,4. Учебная игра бхб.	1	
15	Атакующий удар по блоку за боковую линию, с задней линии. Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.	1	
16	Атакующие удары основными способами и различные по высоте и расстоянию. Учебная игра бхб.	1	
17	Атакующий удар по блоку. Атакующие удары после имитации передачи мяча в прыжке. Учебная игра.	1	
18	Нападающий удар слабой рукой. Поддачи. Силовые упражнения. Прыжки со скакалкой. Учебная игра.	1	
19	Упражнения в парах на гибкость. Прыгучесть. Поддачи правой, левой в определенные зоны с приемом. Учебная игра.	1	
20	Атакующий удар с переводом влево в зоны 2,3. Учебная	1	

	игра.		
21	Прыжки у сетки. Приемы мяча в движении. Учебная игра.	1	
22	Чередование способов передачи и приёмов мяча. Учебная игра.	1	
23	Передача мяча двумя руками снизу, сверху. Учебная игра.	1	
24	Атакующий удар и нападающие удары. Блоки двойные. Учебная игра.	1	
25	Подачи. Атакующий удар и нападающие удары. Блоки. Учебная игра.	1	
26	Атакующий удар сильнейшей рукой из зон 2,3,4. Учебная игра	1	
27	Передача мяча снизу двумя руками (вторая и первая) в зоне нападения и из глубины площадки.	1	
28	Перемещение – защита, ходьба, бег. Остановка прыжком, шагом. Атакующий удар по ходу сильной рукой из зон 4,3,2. Учебная игра бхб. Прыжки со скакалкой.	1	
29	Сочетания способов перемещения. Учебная игра.	1	
30	Чередование способов приёма мяча в зависимости от направления и скорости полета мяча. Приём мяча снизу парами. Прием мяча сверху парами с отягощенным поясом..	1	
31	Отбивание мяча (подставляя кулак) через сетку в непосредственной близости от нее, стоя на площадке и в прыжке. Учебная игра.	1	
32	Сочетание различных приемов подачи мяча. Учебная игра.	1	
33	Учебная игра. Общая физ. подготовка.	1	
	Учебная игра. Общая физ. подготовка. Домашнее задание на каникулы.	1	
34	Учебная игра..	1	
35	Промежуточная аттестация	1	
36	Учебная игра.	1	
37	Учебная игра. Подведение итогов.	1	
	Всего:	37	

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в конце учебного года. Форма проведения промежуточной аттестации - тестирование. Принципы оценки: тестирование состоит из 20 вопросов. При количестве правильных ответов более 15 – высокий уровень (5 баллов), более 7 – средний уровень (4 балла), менее 4 – низкий уровень.

1. Для проведения промежуточной аттестации по учебному модулю «Правила игры и методика судейства» используется тест.
2. Для проведения промежуточной аттестации по учебному модулю «Общая и специальная физическая подготовка» используются следующие нормативы.

Контрольные нормативы по ОФП и ОСП (юноши)

Название упражнений	оценка		
	5	4	3
Челночный бег 4х9м (сек)	9.5	9.7	9.9
Прыжок в длину с места (см)	220	205	190
Подтягивание в висе (кол-во раз)	12	10	8
Поднимание туловища за 1 мин (кол-во раз)	50	45	35

Контрольные нормативы по ОФП и ОСП (девушки)

Название упражнений	оценка		
	5	4	3
Челночный бег 4х9м (сек)	10.4	10.8	11.2
Прыжок в длину с места (см)	190	170	160
Подтягивание в висе на низкой перекладине (кол-во раз)	15	11	7
Поднимание туловища за 1 мин (кол-во раз)	35	30	25

3. Для проведения промежуточной аттестации по учебному модулю «Техническая и тактическая подготовка» используются следующие нормативы

№ п/п	Технический прием	Тесты (контрольные испытания)
1	Прием и передача мяча	1. Прием и передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5(из10 попыток). 2. Прием и передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 6(из10 попыток)
2	Подача мяча	1.Верхняя прямая подача на точность (по 10 попыток в левую и правую половину площадки). 2.Верхняя боковая подача на силу в пределы площадки (из 10 попыток).
3	Нападающий удар	1.Прямой нападающий удар из зоны 4 на точность по 10 попыток в зоны 1 и 5 с передачи из зоны 3. 2.Прямой нападающий удар из зоны4 на силу в пределы площадки (из 10 попыток) с передачи из зоны
4	Блокирование	1.Блокирование нападающего удара из зоны 4 в зону 5 (из 10 попыток). 2. Блокирование нападающего удара из зоны 4 в пределы площадки (из 10 попыток).

4.Для проведения промежуточной аттестации по учебному модулю «Игровая подготовка» используются следующие формы промежуточной аттестации - соревнования.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1	Сетка волейбольная	1 штуки
2	Стойки волейбольные	2 штуки
3	Гимнастическая стенка	6-8 пролетов
4	Гимнастические скамейки	3-4 штуки
5	Гимнастические маты	3 штуки
6	Скакалки	20 штук
7	Мячи набивные (масса 1 кг)	5 штук
8	Гантели различной тяжести	10 штук
9	Мячи волейбольные	15 штук
10	Рулетка	1 штуки
11	Кроссворды, тестовые и иные задания	
12	Видеоуроки по волейболу	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Голомазов В.А., Ковалев В.Д., Мельников А.Г. «Волейбол в школе». М.: «ФК и С», 1976 г.
 2. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. «Волейбол в школе». М.: «Просвещение», 1989 г.
 3. Железняк Ю.Д. «К мастерству в волейболе». М.: «ФК и С», 1978 г.
 4. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу». М.: «ФК и С», 1970 г.
 5. Козырева Л. «Волейбол». Азбука спорта. М.: «ФК и С», 2003 г.
 6. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. «Юный волейболист». М.: «ФК и С», 1979 г.
 7. Перельман М.Р. «Специальная физическая подготовка волейболиста». «ФК и С», 1969 г.
 8. Слупский Л.Н. «Волейбол: игра связующего». М.: «ФК и С», 1984 г.
 9. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. «Волейбол». Азбука спорта. М.: «ФК и С», 1983 г.
 10. Эйнгорн А.Н. «500 упражнений для волейболиста». М.: «ФК и С», 1959 г.
- Список рекомендуемой литературы для учителя:
1. Лях В.И. и др. «Физическая культура». Учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. М.: «Просвещение», 2002 г.
 2. Фурманов А.Г. «Начальное обучение волейболистов». Минск, «Беларусь», 1976 г.
 3. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. «Волейбол в школе». М.: «Просвещение», 1989 г.
 4. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу». М.: «ФК и С», 1970 г.
 5. Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов Юный волейболист, М – «Физкультура и спорт» 1979 г.
 6. А.Г. Фурманов Волейбол на лужайке, в парке, во дворе, М – «Физкультура и спорт» 1982 г.
 7. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 1989 г.
 8. Н.А.Чупеева «Волейбол» М.;Астрель:АСТ: Полиграфиздат,2012 (Спорт от А до Я).
 9. А.Г.Фурманов «Волейбол» Минск «Современная школа»,2009г.