

	Комитет по образованию
	Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей № 445 Курортного района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением
Педагогического совета:
Протокол № 1
от «30 августа 2022 года»

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 144/1-ОД от 01.09.2022г.
Директор _____ М.В.Архипова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ВОЛЕЙБОЛ»

Возраст учащихся: 12-18 лет
Срок реализации: 1 год

Уровень программы – общекультурный

Разработчик – Тылик Зоя Николаевна
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2022

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	волейбол
Сведения об авторе	Тылик Зоя Николаевна
	Место работы: ГБОУ лицей № 445
	Должность: педагог дополнительного образования
Материально-техническая база	Спортивный зал (24x12) ,волейбольные стойки, сетка мячи
Год разработки, редактирования	2019, редактирование 2022
Направленность	Физкультурно-спортивная
Направление	спортивное
Возраст учащихся	12-18 лет
Срок реализации	1 год
Актуальность	соответствует социальному заказу общества: все приобретенные знания и навыки необходимы подросткам в жизни: в образовательных учреждениях, в средних и высших учебных заведениях, на работе и на отдыхе; программа ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.
Цель	Снабдить учащихся знаниями о технике и тактике игры в волейбол. - Содействовать укреплению здоровья детей 12-18 лет. - Воспитывать моральные и волевые качества детей, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.
Ожидаемые результаты	Личностные результаты: - проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. Метапредметные результаты – технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности; характеризовать явления (действия и поступки) давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Производить самооценку выполнения технических приёмов игры в волейбол. Планировать собственную

	деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе их выполнения. Предметные результаты – выполнять технические приёмы в волейболе на высоком техническом уровне. Применять технические приёмы при игре в волейбол.
Формы занятий	групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная; с использованием дистанционных технологий.
Режим занятий	1 год, в объеме 108 часов. Занятия проводится в очной форме, во второй половине дня, в количестве трех академических часов в неделю, длительностью по 45 минут. с использованием дистанционных технологий – онлайн-занятия 30 минут
Формы подведения итогов реализации	наблюдение активности на занятии; матчевые встречи ,соревнования

Пояснительная записка

Содержание программы дополнительного образования «Волейбол» соответствует требованиям следующих нормативных документов:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» ФЗ No273 от 29.12.2012 г. (с изменениями и дополнениями);
2. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года No196;
3. Санитарных правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28);
4. Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. No996-р;
5. Концепции воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы» (Распоряжение Комитета по образованию от 16.01.2020 года No105-р);
6. Распоряжения Комитета по образованию No617-р от 01.03.2017 «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
7. Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки от 18.11.2015 года No09-3242 «О направлении информации»);
8. «Методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ среднего, профессионального образования и дополнительных

общеобразовательных программ с применением ЭО и ДОТ» от 24.03.2020г.

9. Распоряжения Комитета по образованию №617-р от 01.03.2017 года «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию.

10. Приложения к письму Комитета по Образованию от 14.08.2020 № 03-28-6734/20-0-0 «О подготовке организаций Санкт-Петербурга, осуществляющих образовательную деятельность».

11. Положения о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных, общеразвивающих программ ГБОУ лицей № 445 Курортного района Санкт-Петербурга.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы в том, что она соответствует социальному заказу общества: все приобретенные знания и навыки необходимы подросткам в жизни: в образовательных учреждениях, в средних и высших учебных заведениях, на работе и на отдыхе; программа ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

Отличительные особенности программы: Волейбол- один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Занятия дают возможность показать умения и навыки, приобретенные на занятиях, в соревновательной деятельности. Одним из направлений образовательной программы «Волейбол» является подготовка учащихся ОДОД к соревнованиям муниципального и районного уровня.

Адресат программы - программа рассчитана на один год обучения, для учащихся возраста от 12 до 18 лет. В этот возрастной период у подростков складываются собственные моральные установки и требования, они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Данная программа позволяет удовлетворить потребности детей этого возраста.

Цель:- Снабдить учащихся знаниями о технике и тактике игры в волейбол.

- Содействовать укреплению здоровья детей 12-18 лет.
- Воспитывать моральные и волевые качества детей, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи

Обучающие:

- Обучить основам техники перемещений и стоек ,подачи мяча, приёма и передачи мяча, нападающего удара;
- Обучить простейшим тактическим действиям в нападении и защите;
- Привить интерес к соревнованиям;

Развивающие:

- Укреплять здоровье и содействовать правильному, разностороннему физическому развитию;
- способствовать развитию личностных качеств, психологической устойчивости, быстроты принятия решений;
- развивать быстроту, ловкость и гибкость.

Воспитательные;

- Прививать навыки к общественно-полезному труду, к сознательному отношению к занятиям;
- Воспитывать такие качества, как чувство товарищества, смелость, воля к победе;
- формировать культуру общения в социуме;
- организовать содержательный досуг.

Условия реализации образовательной программы.

Программа реализуется в течение 1 года, в объеме 108 часов. Занятия проводятся в очной форме, во второй половине дня, в количестве трех академических часов в неделю. Набор в группы проводится на основании заявления от родителей (законных представителей ребенка) и на основании справки о состоянии здоровья. Материально-техническое обеспечение реализации программы включает в себя: спортивный зал площадью 60 м. кв, волейбольные мячи, набивные мячи, скакалки, стойки с волейбольной сеткой, таблицы с техникой основных элементов игры в волейбол.

Формы организации деятельности учащихся: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: традиционное занятие, матчевые встречи, соревнование.

Планируемые результаты.

Личностные результаты: - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты – технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности; характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Производить самооценку выполнения технических приемов игры в волейбол. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе их выполнения.

Предметные результаты – выполнять технические приемы в волейболе на высоком техническом уровне. Применять технические приемы при игре в волейбол.

Учебный план

№ п/п	Темы	Количество часов	В том числе		Формы контроля
			Теория	Практика	

I.	Основы знаний.	3	3	.	
	Комплектование группы. Инструктаж по т/б	1,5	1		опрос
	Правила игры в волейбол	1,5	2		опрос
II.	Технические и тактические приемы.	69			
	Поддачи.	15	2	13	Контрольные упражнения
	Передачи.	18	1	17	Контрольные упражнения
	Нападающий удар.	18	2	16	Контрольные упражнения
	Блокирование.	9	1	8	Контрольные упражнения
	Комбинированные упражнения.	18	1	17	Контрольные упражнения
	Физическая подготовка.	18		18	Контрольные упражнения
	Судейство игр.	3	2	1	Учебно-тренировочные игры
	Соревнование	6		6	Результаты участия в соревнованиях
	Итого:	108	12	96	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2021	25.05.2022	36	108	Один раз в неделю по 3 часа.

Рабочая программа

Основными задачами данной программы являются:

Обучающие:

- Обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приёма и передачи мяча, нападающего удара;
- Обучить простейшим тактическим действиям в нападении и защите;
- Привить интерес к соревнованиям;

Развивающие:

- Укреплять здоровье и содействовать правильному, разностороннему физическому развитию;
- способствовать развитию личностных качеств, психологической устойчивости, быстроты принятия решений;
- развивать быстроту, ловкость и гибкость.

Воспитательные;

- Прививать навыки к общественно-полезному труду, к сознательному отношению к занятиям;
- Воспитывать такие качества, как чувство товарищества, смелость, воля к победе;
- формировать культуру общения в социуме;
- организовать содержательный досуг.
-

Условия реализации образовательной программы.

Программа реализуется в течение 1 года, в объеме 108 часов. Занятия проводятся в очной форме, во второй половине дня, в количестве трех академических часов в неделю. Набор в группы проводится на основании заявления от родителей (законных представителей ребенка) и на основании справки о состоянии здоровья. Материально-техническое обеспечение реализации программы включает в себя: спортивный зал площадью 60 м. кв, волейбольные мячи, набивные мячи, скакалки, стойки с волейбольной сеткой, таблицы с техникой основных элементов игры в волейбол.

Формы организации деятельности учащихся: *групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.*

Формы проведения занятий: традиционное занятие, матчевые встречи, соревнования.

Планируемые результаты.

Личностные результаты: - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты – технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности; характеризовать явления (действия и поступки) давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Производить самооценку выполнения технических приёмов игры в волейбол. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе их выполнения.

Предметные результаты – выполнять технические приёмы в волейболе на высоком техническом уровне. Применять технические приёмы при игре в волейбол.

Содержание программы.

Материал программы разбит на два раздела: раздел основы знаний и технико-тактические приемы.

I. Основы знаний – 3 часа (теория)

- понятие о технике и тактике игры;
- основные положения правил игры в волейбол. Нарушения, жесты судей.

II. Техничко-тактические приемы – 69 часов

1. Подачи – 15 часов (теория-2 час)

- техника выполнения прямой нижней подачи;
- прямая верхняя подача;
- ознакомление с техникой выполнения верхней боковой подачи.

2. Передачи –18 часов (теория-1 часа)

- верхняя передача двумя руками перед собой с выходом;
- приём мяча снизу двумя руками;
- верхняя передача двумя руками над собой через голову;
- верхняя передача двумя руками в прыжке.

3. Нападающий удар –18 часов (теория-2 час)

- Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.);

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока.

4. Блокирование – 9 часов (теория-1 часа)

- Одиночное блокирование
- Групповое блокирование
- Страховка при блокировании

5. Комбинированные упражнения – 17 часов

- Подача – передача;
- Подача – передача – нападающий удар;
- Передача – нападающий удар – передача (игра в защите).

6.Физическая подготовка – 18 час

- развитие скоростных ,скоростно-силовых, координационных способностей
- развитие выносливости и гибкости.

7. Судейство игр – 3 часа (теория 2час)

- Отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся

8.Соревнования- 6 часов - отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;

- отработка индивидуальных действий игроков разных игровых амплуа
- матчевые игры среди классов, общеобразовательных учреждений, районные соревнования.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Ко л- во час	Содержание	При проведении занятий с использованием дистанционных технологий	
---	--------------	-----------------------	------------	--	--

				Использование ресурсов и сетевой формы (технические средства обучения)	Формы контроля, обратной связи
1	Комплектование группы. Инструктаж по технике безопасности. Организационный урок. Правила игры в волейбол	3	Правила поведения во время занятий, соревнований.(теория) Правила игры.(теория)	https://pandia.ru/text/78/448/32416.php https://sportsfan.ru/sports-academy/summer-sports/volleyball/rule-s-of-the-game-in-volleyball.html	Фотоотчёт видеоотчёт
2	Физическая подготовка. Подачи	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Техника выполнения прямой нижней подачи	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ	Фотоотчёт видеоотчёт
3	Передачи. Подачи	3	Верхняя передача двумя руками перед собой с выходом. Техника выполнения прямой нижней подачи	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	Фотоотчёт видеоотчёт
4	Физическая подготовка Передачи	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Прямая верхняя подача.	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	Фотоотчёт видеоотчёт
5	Подачи. Передачи	3	Прямая верхняя подача. Верхняя передача двумя руками перед собой с выходом	https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ	Фотоотчёт видеоотчёт
6	Нападающий удар	3	Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
7	Физическая подготовка Нападающий удар	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости.техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-	Фотоотчёт видеоотчёт
8	Подачи. Передачи	3	Прямая верхняя подача. Приём мяча снизу двумя руками	https://www.youtube.com/watch?v https://www.youtube.com/watch?v	Фотоотчёт видеоотчёт

				.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	
9	Комбинированные упражнения. Подачи	3	Подача – передача Прямая верхняя подача	https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
10	Судейство игр Физическая подготовка	3	Отработка навыков судейства школьных соревнований. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости.	http://www.dinamo-vgu.ru/sport/zhesty-sudej-v-volejbole-v-kartinkah/https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html	Фотоотчёт видеоотчёт
11	Нападающий удар. Подачи	3	Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.). Прямая верхняя подача	https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
12	Передачи. Нападающий удар	3	Приём мяча снизу двумя руками Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.);	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	Фотоотчёт видеоотчёт
13	Блокирование Комбинированные упражнения	3	Одиночное блокирование Подача – передача	https://football-match24.com/blok-v-volejbole-vidy-i-texnika-vypolneniya-blokirovaniya.html	Фотоотчёт видеоотчёт
14	Физическая подготовка Комбинированные упражнения	3	Подача – передача Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости.	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
15	Нападающий удар. Блокирование	3	Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.) Одиночное блокирование	https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
16	Комбинированные упражнения	3	Подача – передача – нападающий удар Приём мяча снизу двумя руками	https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
17	Физическая подготовка Комбинированные упражнения	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Подача – передача – нападающий удар	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html	Фотоотчёт видеоотчёт

18	Подачи Передачи	3	Верхняя передача двумя руками в прыжке Верхняя передача двумя руками над собой через голову	https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ	Фотоотчёт видеоотчёт
19	Нападающий удар Блокирование	3	Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.) Страховка при блокировании	https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
20	Физическая подготовка Комбинированные упражнения	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Поддача – передача – нападающий удар	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
21	Комбинированные упражнения Блокирование	3	Поддача – передача – нападающий удар Групповое блокирование	https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
22	Физическая подготовка Комбинированные упражнения	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости Поддача – передача – нападающий удар	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
23	Передачи Нападающий удар	3	Верхняя передача двумя руками над собой через голову Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
24	Комбинированные упражнения Подачи	3	Поддача – передача – нападающий удар Прямая верхняя поддача	https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
25	Физическая подготовка Передачи	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Верхняя передача двумя руками над собой через голову	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	Фотоотчёт видеоотчёт
26	Комбинированные упражнения	3	Поддача – передача – нападающий удар Передача – нападающий удар – передача (игра в защите)	https://www.youtube.com/watch?v=Y7AJ1HSN_MQ	Фотоотчёт видеоотчёт
27	Передачи Нападающий удар	3	верхняя передача двумя руками в прыжке Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт

			из зоны 4;2;3.)	G-sz2MA&feature=youtu.be	
28	Блокирование .Комбинированные упражнения	3	Страховка при блокировании Передача – нападающий удар – передача (игра в защите)	https://football-match24.com/blok-v-volejbole-vidy-i-texnika-vypolneniya-blokirovaniya.html	Фотоотчёт видеоотчёт
29	Физическая подготовка Подачи	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Верхняя передача двумя руками в прыжке	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html	
30	Передачи Нападающий удар	3	Верхняя передача двумя руками в прыжке. Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
31	Блокирование Судейство игр	3	Групповое блокирование . Отработка навыков судейства школьных соревнований	https://football-match24.com/blok-v-volejbole-vidy-i-texnika-vypolneniya-blokirovaniya.html http://www.dinamo-vgu.ru/sport/zhesty-sudej-v-volejbole-v-kartinkah/	Фотоотчёт видеоотчёт
32	Физическая подготовка. Подачи	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Верхняя передача двумя руками в прыжке	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ	Фотоотчёт видеоотчёт
33	Передачи Нападающий удар	3	верхняя передача Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
34	Соревнования	3	Отработка навыков взаимодействия игроков на площадке; - отработка индивидуальных действий игроков разных	https://www.youtube.com/watch?v=H7I8CIZy7Oo	Фотоотчёт видеоотчёт

			игровых амплуа - матчевые игры среди классов, общеобразовательных учреждений, районные соревнования		
35	Физическая подготовка Нападающий удар	3	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей. Развитие выносливости и гибкости. Техника выполнения прямого нападающего удара правой и левой рукой перевод правой рукой (влево и вправо из зоны 4;2;3.)	https://works.doklad.ru/view/IkUPb-L92FE.html https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA&feature=youtu.be	Фотоотчёт видеоотчёт
36	Соревнования	3	Отработка навыков взаимодействия игроков на площадке; - отработка индивидуальных действий игроков разных игровых амплуа - матчевые игры среди классов, общеобразовательных учреждений, районные соревнования	https://www.youtube.com/watch?v=4o-MOvFzDI	Фотоотчёт видеоотчёт

Оценка практической подготовленности по контрольным упражнениям.

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
1. Передача мяча	1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).	11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	7	5	3	1	6	4	3	1
		13	9	6	4	2	7	5	3	2
		14	12	9	5	3	9	7	4	3
	2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)	11	3	2	1	0	3	2	1	0
		12	5	4	2	1	4	3	2	1

	3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	11 12	4 6	3 5	2 3	1 2	4 5	3 4	2 3	1 2
	4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток)	13 14 15 16 17	4 6 6 6 7	3 5 5 5 5	2 3 3 3 3	1 2 2 2 2	3 5 5 5 6	2 4 4 4 5	1 2 3 3 3	0 1 2 2 2
	5. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	13 14	5 6	4 5	3 3	2 2	4 5	3 4	2 3	1 2
	6. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)	15 16 17	4 4 5	3 3 4	2 2 2	1 1 1	3 4 4	2 3 3	1 2 2	0 1 1
	7. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4 через сетку в прямоугольник 2х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	15 16 17	5 5 7	4 4 5	3 3 4	2 2 2	4 4 5	3 3 4	2 2 3	1 1 2
II. Подача мяча	1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	11 12	7 8	4 6	3 4	1 2	6 7	4 5	3 3	1 2
	2. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	11 12	4 6	3 4	2 3	1 2	4 5	3 4	1 2	0 1
	3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	13 14	8 9	5 7	3 5	2 3	6 7	4 5	3 4	2 2
	4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	13 14	5 6	4 5	2 3	1 2	4 5	3 4	2 2	1 1
	5. Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	15 16 17	6 7 8	5 5 6	3 4 4	2 3 3	5 5 6	4 4 4	2 3 3	1 2 2
	6. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)	15 16 17	5 7 8	4 6 7	2 4 5	1 2 3	4 5 6	3 3 5	2 2 3	1 1 2

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
III. Нападающий удар	1. Прямой нападающий удар из зоны 4 в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	11	3	2	1	0	2	1	-	-
		12	4	3	2	1	3	2	1	-
		13	6	5	3	2	6	5	3	2
		14	8	6	4	3	6	5	3	2

	2. Нападающий удар из зоны 4 на точность (по 5 попыток в зоны 1 и 5) с передачи из зоны 3	15	6	5	4	3	5	4	3	2
		16	7	6	4	3	6	5	3	2
		17	8	7	5	4	7	6	4	3
	3. Прямой нападающий удар из зоны 4 на силу в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	15	5	4	3	2	4	3	2	1
		16	7	6	5	4	6	5	4	3
		17	8	6	5	4	6	5	4	3
IV. Блокирование	1. Блокирование нападающего удара из зоны 4 в зону 5 (10 попыток)	13	2	1	1	-	1	1	-	-
		14	2	1	1	-	2	1	-	-
		15	5	4	2	1	4	3	2	1
		16	6	5	4	2	5	4	3	1
		17	8	6	4	3	7	5	3	1
	2. Блокирование нападающего удара из зоны 2 в зону 1 (10 попыток)	13	2	1	1	-	1	1	-	-
		14	2	1	1	-	2	1	-	-
		15	5	4	2	1	5	3	2	1
		16	6	5	4	2	5	4	3	1
		17	8	6	4	3	7	5	3	1
	3. Блокирование нападающего удара из зоны 3 в пределы площадки (10 попыток)	15	4	3	2	1	3	2	2	1
		16	5	4	3	2	4	3	3	1
		17	6	5	4	2	5	4	3	1

Список используемой литературы.

Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов Юный волейболист, М – «Физкультура и спорт» 1979 г.

Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 1989 г.

Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.

Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г.

В.И. Лях. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 1989 г.

Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №1, 2002 г.

Научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №2, 2002 г.

Внеурочная деятельность учащихся, Г.А. Колодницкий, 2011г