Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»

ПРИНЯТА
на заседании педсовета
протокол № 04
«_26_ »__05__2026г.

Явдаева Лайла Вахаевна
Подписано цифровой подписью: Явдаева Лайла Вахаевна
Дата: 2026.06.04 14:25:24 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол»

Направленность программы - физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 12 дней
Возрастная категория обучающихся: 11-14 лет

Составитель:
Тегаев Умар Рамзанович
педагог дополнительного образования

с. Центора-Юрт -2026г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации на период летних каникул_____
Экспертное заключение (рецензия) № ____ от 26.05.2026г.

Эксперт: Гуноева А.А., зам. директора по УМР _____
(подпись)

2

Раздел№1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительной общеобразовательной программы.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. №629 « Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями, приказ Минпросвещения РФ от 2 февраля 2021 г. № 38, (изменения вступают в силу с 25 мая 2021 г.);

3

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей 2030 года.

6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющим образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

1.2. Направленность программы- физкультурно-спортивная .

1.3. Уровень освоения программы- стартовый.

1.4. Актуальность программы.

Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее 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.

1.5. Отличительные особенности.

Создана программа учебно-тренировочных занятий по волейболу для детей 11-14 лет, на примере типовой учебной программы по волейболу для детско-юношеских спортивных школ (автор - составитель: В.Н.Шрамко). В отличие от других программ набираются группы детей со средними способностями. В объединении можно заниматься как девочкам, так и мальчикам.

1.6.Цель:

- сформировать всестороннее развитие личности школьника, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Задачи:

Обучающие:

- поэтапное обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в волейбол и игрового опыта;
- обучение практическим навыкам организации и судейства соревнований по волейболу.

Развивающие:

- развитие игрового мышления на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;
- развивать физические способности обучающихся;
- развитие мотивации обучающихся к спорту.

Воспитательные:

- воспитают в себе волевой характер, командный дух юных спортсменов.

1.7.Категория учащихся.

Объединение «Волейбол» комплектуется из учащихся 11-14 летнего возраста. Зачисление осуществляется по заявлению родителей (законных представителей).

1.8.Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы – 12 дней. Объем программы – 36 часов.

1.9.Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 15-18 человек.

Режим занятий: занятия проводятся 6 раз в неделю по 3 часа.

Продолжительность занятия 40 мин. с перерывом 10 минут.

1.10.Планируемые результаты.

Предметные результаты:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития
- иметь представление об истории развития волейбола в России;
- о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Будут знать:

- основы знаний, умений по волейболу;
- представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в частности волейболу;

Будут уметь:

- владеть техническими элементами и правилами волейболу;
- владеть тактическими индивидуальными командными действиями

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
- учащиеся научатся: следовать при выполнении задания инструкциям учителя. Понимать цель выполняемых действий. Различать подвижные и спортивные игры
- учащиеся получат возможность научиться:
- принимать решения связанные с игровыми действиями; Взаимодействовать друг с другом на площадке, договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

Личностные результаты:

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

Первый уровень: усвоение школьником социально значимых знаний. Это в первую очередь знание норм и традиций того общества, в котором он живёт. Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране.

Второй уровень: развитие социально значимых отношений. Формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом. Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду. Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий. Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	3	3	-	Анализ восприятия материала
2.	Упражнения с набивными мячами.	3	-	3	Наблюдение
3.	Беговые упражнения, ускорения, прыжки, многоскоки.	3	-	3	Выполнение нормативов
4.	Верхняя прямая подача, передача мяча прыжке	3	-	3	Выполнение нормативов
5.	Прямой нападающий удар.	3	-	3	Выполнение нормативов
6.	Прием мяча снизу двумя руками	3	-	3	Выполнение нормативов
7.	Блокирование. Командные действия.	3	-	3	Выполнение нормативов
8.	Тактика передачи	3	-	3	Выполнение нормативов
9.	Тактика игры в защите	3	-	3	Опрос Наблюдение
10.	Взаимодействие защитников	3	-	3	Выполнение нормативов
11.	Взаимодействие блокирующих	3	-	3	Выполнение нормативов
12.	Итоговое занятие. Соревнование в группах.	3	-	3	Выполнение нормативов
Итого:		**36**	**3**	**33**	

2.2. Содержание учебного плана

Тема 1. Введение

Теория: Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях.
История развития волейбола в России.
Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня.

Врачебный контроль.
Ознакомление с правилами соревнований. Спортивная терминология.
Практика: ОРУ с предметами. ОРУ без предметов. ОРУ на месте. ОРУ в движении.

Тема 2. Упражнения с набивными мячами

Теория: Упражнения с набивным мячом (медболом) - это отличный способ разнообразить тренировки, развивать силу, выносливость, координацию и функциональные движения. Набивной мяч может использоваться в различных упражнениях, от бросков и подбросов до отжиманий и планки.

Практика: Улучшение выносливости, разнообразие упражнений , набивной мяч можно использовать в различных упражнениях, что делает тренировки более эффективными. Функциональные движения и другие упражнения

Тема 3. Беговые упражнения, ускорения, прыжки, многоскоки.

Теория: Комплекс упражнений, направленный на развитие силы, мощности и координации мышц ног, задействованных при беге.

Практика: Перед тренировкой используются СБУ, такие как бег с высоким подниманием колен, захлестом голеней и перекаты. Бег с постепенно увеличивающимся темпом, включающий различные виды ускорений (например, ускорение с места, ускорение с дистанции). После выполнения упражнений следует проводить разминку, чтобы восстановить дыхание и мышцы.

Тема 4. Верхняя прямая подача, передача мяча прыжке

Теория: Послать мяч на чужую половину, используя силу и точность удара. Подача выполняется с подброса мяча вверх и последующего удара ладонью другой руки.

Практика: Ноги на ширине плеч, слегка согнутые в коленях, руки свободно опущены. Мяч подбрасывается вертикально вверх, обычно с помощью вытянутой руки. Выпрямленная рука сгибается в локте, удар наносится ладонью. Для крученой подачи удар направляется в боковую часть мяча, а не в центр.

Тема 5. Прямой нападающий удар.

Теория: Прямой нападающий удар в волейболе – это атакующая техника, заключающаяся в перебивании мяча одной рукой над сеткой на сторону соперника. Для успешного выполнения нападающего удара необходима хорошая техника, координация движений и физическая подготовка.

Практика: Прыжки на месте и с отскоком.Имитация передачи с подбрасыванием мяча. Овладение ритмом разбега и прыжка. Упражнения с тренажером, обучение игре и т.д.

Тема 6. Прием мяча снизу двумя руками

Теория: Прием мяча снизу двумя руками – это основа волейбольной защиты, которая применяется, когда мяч летит низко и сверху принять его невозможно. В теории, для эффективного приема необходимо согнуть ноги в коленях, выставить одну ногу вперед и перенести на нее вес тела, руки держать параллельно полу, кисти сомкнуты, большие пальцы прижаты друг к другу. На

практике, нужно быстро переместиться к мячу, пригнувшись, выставить ногу для торможения и принять мяч движением сомкнутых кистей вперед-вверх.

Практика: Быстро и четко двигаться к мячу, приседая на одно колено и выставляя вторую ногу вперед для торможения. Умело подстраиваться под траекторию мяча, чтобы максимально эффективно принять его. Занимать удобную позицию для приема, чтобы можно было четко и точно принять мяч. Использовать мягкое движение кистей, чтобы не повредить мяч.

Тема 7. Блокирование. Командные действия.
Теория: Теория блокирования включает в себя знание правильной постановки рук, прыжка, перемещения и выбора момента для блока.
Практика: Тренировка индивидуальной техники, упражнения в блоке, работа в команде и игра в блоке. Командные действия и изучение стратегий блокирования
Тема 8. Тактика передачи
Теория: В волейболе тактика передачи связана с передачей мяча игрокам для нападения, обеспечивая контроль и эффективное завершение атаки. Она включает в себя выбор оптимального типа передачи (короткая, длинная), выбор места передачи, координацию действий с партнерами и адаптацию к действиям соперника.
Практика: В целом, тактика передачи - это ключевой элемент волейбольной игры, который требует от игроков не только технических навыков, но и тактической гибкости и координации. Тактические аспекты передачи и техника передачи
Тема 9. Тактика игры в защите
Теория: В волейболе тактика защиты – это ключевой аспект игры, включающий как теоретические знания, так и практическую реализацию. Основы защиты основаны на понимании атакующих действий соперника и выборе наиболее эффективных стратегий и приемов для нейтрализации их ударов.
Практика: Анализ траектории, силы и направления ударов, а также предвидение возможной тактики атаки. Наиболее распространенные системы - "угол вперед" и "угол назад", зависящие от расположения либеро и его обязанностей. Определение обязанностей каждого игрока на поле, включая либеро, игроков задней линии и игроков передней линии.

Тема10. Взаимодействие защитников
Теория: Взаимодействие защитников в волейболе, как в теории, так и на практике, является ключевым фактором успешной игры. Оно включает в себя не только блокирование и приём, но и эффективное взаимодействие между игроками задней линии, в том числе и либеро.
Практика: Правильное распределение игроков на площадке и их исходное положение влияют на эффективность защиты. Защитники должны уметь

предсказывать направление и силу удара, чтобы эффективно его блокировать или принимать. Быстрая реакция на изменение положения мяча и действий соперника - необходимое условие успешной защиты. Защитники должны тесно взаимодействовать друг с другом, обеспечивая покрытие площадки и координацию своих действий.

Тема 11. Взаимодействие блокирующих

Теория: Взаимодействие блокирующих в волейболе - это командный элемент, где два или более игроков работают вместе, чтобы предотвратить атаку соперника. Теоретически, успешный блок требует четкой координации и своевременности действий, а на практике - это сложная ситуация, где нужно быстро адаптироваться к действиям соперника.

Практика: Блокирующий должен прыгать в правильное время, чтобы преградить путь мячу, что зависит от типа удара (высокая или низкая передача, удар на взлете). Положение блокирующего, его работа руками, положение рук атакующего игрока, направление и скорость передачи - все это влияет на выбор места блокировки.

Тема 12. Итоговое занятие. Соревнование в группах.

Теория: Итоговое занятие, включающее соревнование в группах, позволит учащимся применить полученные теоретические знания о волейболе на практике.

Практика: В рамках занятия будут проведены игры, позволяющие группам продемонстрировать свои навыки, стратегии и командную работу.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Форма входной аттестации и критерии оценивания:

- беседа
- педагогическое наблюдение
- выполнение практических заданий педагога

Критерии оценивания:

Оценка	Результат
Высокий уровень	**По технической подготовке** Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования). Подача нижняя прямая на точность. Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3. **По физической подготовке** Бег 30 м. Бег с изменением направления (5х6 м). Прыжок в длину с места. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками. Бег 92 м с изменением направления («елочка»). Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами.
Средний уровень	**По технической подготовке** Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 3. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования). Подача нижняя прямая на точность.

	Первая передача (прием) на точность из зоны 5 в зону 2. **По физической подготовке** Бег 25 м. Бег с изменением направления (5х6 м). Прыжок в длину с места. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками. Бег 82 м с изменением направления («елочка»). Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами.
Низкий уровень	**По технической подготовке** Вторая передача на точность из зоны 1 в зону 2. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования). Подача нижняя прямая на точность. Первая передача (прием) на точность из зоны 4 в зону 1. **По физической подготовке** Бег 15м. Бег с изменением направления (5х6 м). Прыжок в длину с места. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками. Бег 72 м с изменением направления («елочка»). Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами.

Форма промежуточной аттестации - соревнование

Оценка	Результат
Высокий уровень	**Стойка и перемещения игрока** действие выполнено уверенно, легко. **Передача мяча сверху в парах, в высокой стойке.** упражнение выполнено без ошибок. **Прием мяча снизу.** упражнение выполнено без ошибок. **Серийные передачи мяча снизу над собой.** 15 передач без ошибок с первой попытки. **Передача мяча снизу в парах.** упражнение выполнено без ошибок. **Прием мяча снизу с подачи (нижней прямой).** из 7 подач, 5 приемов без ошибок. **Передачи снизу двумя руками через сетку в парах.** 10 передач без ошибок. **Прямая нижняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.** из 7 подач, 5 подач в поле. **Прямая верхняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.**

	из 7 подач, 5 подач в поле.
Средний уровень	**Стойка и перемещения игрока** допущены 1-2 мелкие ошибки. **Передача мяча сверху в парах, в высокой стойке.** упражнение выполнено с незначительными ошибками. **Прием мяча снизу.** упражнение выполнено правильно, но допущена незначительная ошибка. **Серийные передачи мяча снизу над собой.** 15-10 передач с 1-2 ошибками. **Передача мяча снизу в парах.** упражнение выполнено с незначительными ошибками. **Прием мяча снизу с подачи (нижней прямой).** из 7 подач, 4 приема, мяч оставлен на своей площадке. **Передачи снизу двумя руками через сетку в парах.** 8 передач, 1-2 ошибки. **Прямая нижняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.** из 7 подач, 3-4 подачи в поле. **Прямая верхняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.** из 7 подач, 3-4 подачи в поле.
Низкий уровень	**Стойка и перемещения игрока** допущены 2-3 существенные ошибки. **Передача мяча сверху в парах, в высокой стойке.** допущена одна ошибка, что привело к неуверенному выполнению контрольного упражнения. **Прием мяча снизу.** допущено 2-3 ошибки, что привело к неуверенному выполнению контрольного упражнения. **Серийные передачи мяча снизу над собой.** 10-8 передач с 2-3 ошибками. **Передача мяча снизу в парах.** допущена одна ошибка, что привело к неуверенному выполнению контрольного упражнения. **Прием мяча снизу с подачи (нижней прямой).** из 7 подач, 3 приема. **Прямая нижняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.**

	из 7 подач, 1-2 подачи в поле. **Прямая верхняя подача: девочки с 4м, мальчики с 6м.** из 7 подач, 1-2 подачи в поле.

Форма итоговой аттестации- тестирование.

При проведении тестирования **по физической подготовке** следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

Уровень развития специальных физических качеств можно оценить по показателям быстроты передвижения, динамической силы и прыгучести.

Быстрота передвижения оценивается по времени **пробегания «елочкой» к 6 набивным мячам**, расположенным на волейбольной площадке. Местом старта служит набивной мяч «А», расположенный за серединой лицевой линии. В исходном положении высокого старта ступни ног за линией по команде «Марш!» обучающийся касается рукой стартового мяча и начинает движение к мячу 1. Коснувшись рукой мяча, он возвращается к мячу «А» и после касания его направляется к мячу 2 и т. д. *Учитывается лучший результат из двух попыток.*

Динамическую силу оценивается посредством броска набивного мяча двумя руками из-за головы в прыжке с места. В исходном положении набивной мяч удерживается двумя руками на уровне пояса. По команде «Можно!», учащийся из полуприседа взмахом рук с мячом выпрыгивает и заносит мяч за голову, после чего выполняет бросок. *Учитывается лучший результат, показанный обучающимися, из трех попыток.*

Для оценки **прыгучести** следует использовать «Экран прыгучести» конструкции В. М. Абалакова. Достоинство этого приспособления заключается в том, что, с одной стороны, оно позволяет оценивать прыгучесть в условиях, специфических для волейбола, а с другой — вызывает живой интерес учащихся к систематической тренировке. Оценка определяется по разности доставания отметок на ленте— поднятой рукой стоя на месте и в прыжке после разбега в один-два шага. В случае отсутствия приспособления его легко смоделировать. Для этого на стене в определенном месте зала делают метрическую разметку высотой 250—270 см для определения высоты поднятой руки, а к баскетбольному щиту прикрепляют маркированный лист картона, на котором отмерено расстояние от пола. *Учитывается лучший результат из трех попыток.*

Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).И.П. – скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. *Критерием служит максимальное количество прыжков.*

Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей) Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу.

Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. *Критерием, служит минимальное время.*

Оценивание уровня технической подготовки.

Оценка уровня технико-тактической подготовленности обучающихся характеризуется качеством освоения основных приемов игры (уровень сформированных навыков).

Для оценки **техники владения мячом** при передачах двумя руками сверху и приеме двумя руками снизу используют мишень с концентрическими окружностями. При передачах сверху расстояние до стены 2,5 м, при приеме снизу—3 м. Учитывается количество очков из 10 передач и потери мяча.

Технико-тактические **навыки в подачах** должны характеризоваться сочетанием точности и скорости полета мяча. Для их оценки на площадке выделяются зоны 1, 6, 5. Подача выполняется на точность по 6 попыток в каждую зону с места подачи.

Для **оценки навыка в атакующем ударе** используется непосредственно атакующий удар из зоны 4 с передачи из зоны 3. На первом этапе обучения оценивается техника удара в пределы площадки. При необходимости (по мере роста техники) можно оценивать и точность удара по зонам площадки, которая делится, как и при подачах мяча. Важно, чтобы передача для удара были стабильной траектории.

Баллы по физической подготовке и технической подготовке суммируются для получения итогового балла по практической подготовке.

Оценка уровня знаний по практической подготовке включает в себя тестирование по физической подготовке, технической подготовке и сдачу контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке в конце учебного года.

Тестовые задания по физической подготовке и критерии фиксирования результатовки заключаются в системе подсчета результатов выполненных заданий (упражнений), в зависимости от упражнений, результат может выражаться в единицах (количество раз, см., м) либо во времени. Обучающимся необходимо выполнить 2 тестовых упражнения на выбор из прилагаемого перечня.

Итоговая оценка в результате тестирования по физической подготовке производится по 3-балльной системе. Так, 3 балла получает тот, кто улучшил свой предыдущий результат. Два балла - если предыдущий результат не изменился; один балл – если зафиксирован результат хуже предыдущего.

Критерии оценивания:

3 балла - **высокий уровень**

2 балла – если предыдущий результат не изменился - **средний уровень**

1 балл – если зафиксирован результат хуже предыдущего - **низкий уровень**

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

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

Спортивный инвентарь:

- волейбольные мячи
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- волейбольная сетка;

Спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки
- гимнастическая стенка

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее профстандарту педагога дополнительного образования детей и взрослых

4.3. Учебно-методическое обеспечение

Название учебной темы	**Форма занятий**	**Название методического материала**	**Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса**
Введение.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.
Общефизическая подготовка	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки
Техническая подготовка и Тактическая подготовка (ТГП)	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.
Практика	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Словесный, объяснение, беседа, практические

	Практическая работа.	Терминология, жестикуляция.	занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.
Специальная физическая подготовка (СФП)	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.
Практика	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция.	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.
Контрольно-оценочные и переводные испытания	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.

Список используемой литературы:

Литература, используемая педагогом для разработки программы.

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2018.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 2017 (ГНП), 2018 (УТТ), 2018 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2018.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 2018.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 2018.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 2017.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 2016.

Литература для учащихся и родителей:

1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2017.144 с.
2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 2017.
3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 2016.

Интернет-ресурсы:

1. http://www.volley4all.net/
2. http://www.volley.ru/

3. http://www.volley4all.net/xmap.html
4. http://files.sportsovetnik.ru/do_sports/standards/woleibo

16

Приложение №1

к программе «Волейбол»

Календарный учебный график

№ п/п	Фактическая дата проведения занятия	Плановая дата проведения занятия	Тема занятия	Всего	Теория	Практика	Место проведения	Форма контроля
1		08.06.2026	Введение	3	3	-	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Анализ восприятия материала
2		09.06.2026	Упражнения с набивными мячами.	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Наблюдение
3		10.06.2026	Беговые упражнения, ускорения, прыжки, многоскоки.	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
4		11.06.2026	Верхняя прямая подача, передача мяча прыжке	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
5		13.06.2026	Прямой нападающий удар.	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
6		15.06.2026	Прием мяча снизу двумя руками	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
7		16.06.2026	Блокирование. Командные действия.	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
8		17.06.2026	Тактика передачи	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3	Выполнение

							Алхан-Кала»	нормативов
9		18.06.2026	Тактика игры в защите	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Опрос Наблюдение
10		19.06.2026	Взаимодействие защитников	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
11		20.06.2026	Взаимодействие блокирующих	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов
12		22.06.2026	Итоговое занятие. Соревнование в группах.	3	-	3	МБОУ «СОШ № 3 Алхан-Кала»	Выполнение нормативов Соревновательный процесс
Итого:				**36**	**3**	**33**		