

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 21 Василеостровского района
Санкт-Петербурга имени Э.П.Шаффе

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического совета
протокол № 13
От 31.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ средней школы
№ 21 Э.П.Шаффе
Ю.И. Ачкасова
Приказ №80-ОД от 31.08.2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЕ «ВолейболПРО»**

Возраст обучающихся: 14-17 лет

2022-2023 учебный год

1 год обучения

72 часов в год

Разработчик:
Шиповский П.С,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Цель: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом через обучение игре в волейбол

Задачи:

Обучающие:

1. Сформировать начальные теоретические знания основ игры в волейбол;
2. Освоить игры на базе игры в волейбол;
3. Изучить историю развития волейбола;
4. Овладение техническими навыками игры в волейбол

Развивающие:

1. Развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту, координацию;
2. Развить тактическое мышление, способность предугадывать игровую ситуацию;

Воспитательные:

1. Воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость, организованность, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические силы;
2. Воспитывать у учащихся психологические качества: смелость, решительность, настойчивость, воля к победе.

Содержание Программы

Тема: «Вводное занятие»

Теория.

Знакомство с правилами игры в волейбол. Привитие навыков гигиены и самоконтроля, питание, режим сна. Внушение ученикам уверенности в свои силы для дальнейшего спортивного роста. Проведение инструктажа по технике безопасности при занятиях волейболом, а также по поведению на занятиях, играх, матчевых, встречах.

Тема: «Общая физическая подготовка (ОФП)»

Теория

Показ правильного выполнения комплексов ОРУ на развитие физических качеств учащихся для воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости, координация.

ОФП включает в себя:

- утреннюю гимнастику
- общеразвивающие упражнения
- легкоатлетические упражнения
- подвижные игры, эстафеты
- специальные упражнения для развития быстроты, ловкости и силы.

Практика

Выполнение упражнений и комплексов:

- ОРУ
- легкоатлетические упражнения,
- подвижные игры
- эстафеты
- бег
- прыжки
- отжимания

Тема: «Подвижные игры на основе волейбола»

Теория

Правила подвижных игр:

- пионербол
- не урони мяч
- перестрелбол

Практика

эстафеты

- подвижные игры

Тема: «Техника игры в волейбол»

Теория

Показ упражнений с мячом. Инструктаж правильного выполнения упражнений.

Практика

Выполнение упражнений с мячом:

- передача мяча сверху и снизу
- передача мяча левой, правой рукой
- нападающие удары
- передача мяча партнеру

Тема: «Тактика игры в волейбол»

Теория

Рассказ и показ упражнений и игровых комбинаций.

Практика

Выполнение следующие упражнения для полевых игроков:

- обучение умению играть в защите и нападении
- обучение умению бороться за мяч
- обучение умению своевременно передать мяч партнеру.

Тема: «Судейство»

Теория

Изучение основных жестов судьи главного судьи

Изучение жестов помощников судьи

Практика

Помощь в судействе

Тема: «Итоговое занятие»

Практика: проведение товарищеской встречи

Планируемые результаты

Предметные

- Овладение тактическими знаниями в процессе игры в волейбол;

- Умение технически верно координировать свои действия в процессе игры в волейбол и при выполнении упражнений;
- Знание волейбольных терминов и истории;

Метапредметные:

- Сформированное критическое мышление;
- Способность сопоставления собственных действий с планируемым результатом.
- Учиться исследовать свои качества и свои особенности
- Учиться наблюдать.

Личностные результаты:

- Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни;
- Сформированное целеполагание, аутомотивация, тайм-менеджмент и стрессоустойчивость в процессе игры;
- Сформированные коммуникативные навыки, принятие собственной командной роли.

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия.	Кол-во часов	Даты занятий	
			План	Факт
СЕНТЯБРЬ				
1.	Инструктаж по ТБ на занятиях спортивными играми (волейбол).. Знакомство с основными понятиями игры в волейбол. ОРУ. бег с изменением направления и скорости; челночный бег; ускорения. Учебная игра по упрощённым правилам	1	1.09	
2.	ОРУ. Совершенствование техники ходьбы, бега,(выполнение упражнений по сигналу). ОРУ, бег с изменением направления и скорости; челночный бег; ускорения. двумя руками сверху; на месте. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	03.09	
3.	Обучение комбинаций из освоенных элементов ОРУ. Учебная игра по упрощённым правилам. Повторение техники бега с изменением направления и скорости; челночный бег; ускорения. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	08.09	
4.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	10.09	

5.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	1	15.09	
6.	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие выносливости: бег 5 мин. Подвижные игры на основе волейбола. Развитие скоростно-силовых качеств	1	17.09	
7.	Обучение приему мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	22.09	
8.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Техника приема мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	24.09	
9.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Техника передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	28.09	
ОКТАБРЬ				
10.	ОРУ. Совершенствование техники бега с изменением направления и скорости. Подвижные игры на основе волейбола. Развитие прыжков в высоту, игра по упрощённым правилам	1	01.10	
11.	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие скоростно-силовых качеств, взрывная сила . Подвижные игры на основе волейбола. Развитие ловкости	1	06.10	
12.	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие ловкости: жонглирование . Подвижные игры на основе волейбола. Развитие эластичности мышечно-связочного аппарата, игра по упрощённым правилам	1	08.10	
13.	Подвижные игры на основе волейбола. Комплекс упражнений на 8 счетов. Ознакомление с тактикой игры 2х2 в трёх метровой зоне. Учебная игра.	1	13.10	
14.	СФП. Тактикой игры 2х2 в трёх метровой зоне. Учебная игра.	1	15.10	
15.	Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	20.10	
16.	Игра в мини-волейбол 3х3, совершенствование навыков перемещения.	1	22.10	
17.	Игра в мини-волейбол 4х4, совершенствование навыков.	1	27.10	
18.	Игра в мини-волейбол 5х5, совершенствование навыков.	1	29.10	
НОЯБРЬ				
19.	Тактика игры «углом вперед». Учебная игра. Тактика игры углом назад. Учебная игра	1	03.11	
20.	Ознакомление с тактикой игры 3х3 в трёх метровой зоне. Учебная игра. Тактика игры 4х4 Учебная игра.	1	05.11	
21.	Ознакомление с тактикой игры 5х5 Учебная игра. Тактика игры 6х6 Учебная игра.	1	10.11	

22.	Ознакомление с техникой нападающего удара. Учебная игра.	1	12.11	
23.	Нападающий удар с собственного подбрасывания мяча.	1	17.11	
24.	Техника разбега для нападающего удара. Учебная игра	1	19.11	
25.	Совершенствование навыков. Учебная игра	1	24.11	
26.	Нападающий удар с связующим	1	26.11	
ДЕКАБРЬ				
27.	Ознакомление с тактикой игры 2 нападающих 1 связующий Учебная игра. Игра по упрощённым правилам мини – волейбол	1	01.12	
28.	Тактика игры в защите без мяча. Учебная игра.	1	03.12	
29.	Тактика игры в защите (1 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	08.12	
30.	Тактика игры в защите (6 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	10.12	
31.	Тактика игры в защите (5 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	15.12	
32.	Совершенствование игры в защите углом назад	1	17.12	
33.	Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.	1	22.12	
34.	Ознакомление с техникой подачи	1	24.12	
35.	Техника верхней подачи. Учебная игра	1	29.12	
36.	Техника нижней подачи. Учебная игра	1	31.12	
ЯНВАРЬ				
37.	Совершенствование подачи. Учебная игра	1	05.01	
38.	Расположение игроков при приёме подачи.	1	07.01	
39.	Тактика игры «углом вперед»	1	12.01	
40.	Совершенствование игры «углом вперед»	1	14.01	
41.	Тактика игры при одинарном блоке Игра по упрощённым правилам мини – волейбол. Тактика игры при двойном блоке .Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	19.01	
42.	Тактика игры при тройном блоке. Тактика игры при 6х5, Учебная игра. Тактика игры при 6х4, Учебная игра. Тактика игры при 5х4, Учебная игра.	1	21.01	
43.	Совершенствование техники верхней прямой передачи двумя руками. Учебная игра. Техника	1	25.01	

	длинной передачи мяча.			
44.	Передачи мяча на точность. Учебная игра.	1	28.01	
	ФЕВРАЛЬ			
45.	Техника нижней прямой передачи в 1 метр и в 9 метр. Игра по упрощённым правилам мини– волейбол.	1	02.02	
46.	Техника верхней подачи в прыжке. Учебная игра. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху. Игра по упрощённым правилам мини– волейбол.	1	04.02	
47.	Совершенствование техники передачи-приёма снизу. Игра по упрощённым правилам мини– волейбол.	1	09.02	
48.	Совершенствование техники приема мяча «жестко». Совершенствование нападающего удар. Игра по упрощённым правилам мини– волейбол.	1	11.02	
49.	Совершенствование нападающего удара из 2 зоны, Учебная игра	1	16.02	
50.	Совершенствование нападающего удара из 4 зоны, Учебная игра	1	18.02	
51.	Техника кувырка через плечо	1	23.02	
52.	Техника кувырка через плечо с приемом	1	25.02	
	МАРТ			
53.	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 2.	1	02.03	
54.	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 4.	1	04.03	
55.	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 2.	1	09.03	
56.	Техническая игра «Теннис». Учебная игра	1	11.03	
57.	ОФП. Тактический выбор места для выполнения подачи.	1	16.03	
58.	Тактический выбор места для второй передачи в зоне 3. Учебная игра.	1	18.03	
59.	Техника передачи мяча через сетку (скидка)	1	23.03	
60.	Техника скидки одной рукой	1	25.03	
61.	Техника скидки двумя руками в разные зоны	1	30.03	
	АПРЕЛЬ			
62.	Техника передачи мяча на точность. Игра по упрощённым правилам мини– волейбол.	1	01.04	
63.	Техника «жесткого приема». Учебная игра по упрощённым правилам.	1	6.04	
64.	Передачи в парах на точность. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	08.04	

65.	Повторение: нижняя прямая подача мяча на точность, верхней подачи. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	13.04	
66.	Помощь в судействе (роль главного судьи). Учебная игра	1	15.04	
67.	Помощь в судействе (роль бокового судьи). Учебная игра	1	20.04	
68.	Судейство(исполнение роли главного судьи)	1	22.04	
69.	Судейство(исполнение роли бокового судьи)	1	27.04	
70.	Судейство и разбор ошибок Учебная игра. Помощь в судействе.	1	29.04	
МАЙ				
71.	Судья как участник игры. Учебная игра.	1	04.05	
72.	Совершенствование техники передачи, приема сверху. Учебная игра	1	06.05	
73.	Совершенствование техники передачи, приема снизу. Учебная игра	1	11.05	
74.	Совершенствование техники подачи. Учебная игра	1	13.05	
75.	ОФП. Совершенствование техники нападающего удара, блокирования. Учебная игра	1	18.05	
76.	ОФП. Совершенствования игры в защите. Учебная игра	1	20.05	
77.	Итоговое занятие.	1	25.05	
Итого 77 часов				

Календарно – тематическое планирование, дистанционная форма.

№	Тема занятия	Все го часов	Дата	Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
1.	Инструктаж по ТБ на занятиях спортивными играми (волейбол).. Знакомство с основными понятиями игры в волейбол. ОРУ. бег с изменением направления и скорости; челночный	1	1.09	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

	бег; ускорения. Учебная игра по упрощённым правилам					
2.	ОРУ. Совершенствование техники ходьбы, бега, (выполнение упражнений по сигналу). ОРУ, бег с изменением направления и скорости; челночный бег; ускорения. двумя руками сверху; на месте. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	03.09	Презентация	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
3.	Обучение комбинаций из освоенных элементов ОРУ. Учебная игра по упрощённым правилам. Повторение техники бега с изменением направления и скорости; челночный бег; ускорения. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	08.09	Фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов	Тестовые задания	Сеть VK https://vk.com/club193418665
4.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	10.09		Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
5.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	1	15.09		Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

6.	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие выносливости: бег 5 мин. Подвижные игры на основе волейбола. Развитие скоростно-силовых качеств	1	17.09		Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
7.	Обучение приему мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	22.09		Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
8.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Техника приема мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	24.09		Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
9.	ОРУ. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Техника передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	28.09	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
10	ОРУ. Совершенствование техники бега с изменением направления и скорости. Подвижные игры на основе волейбола. Развитие прыжков в высоту, игра по упрощённым правилам	1	01.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
11	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие скоростно-силовых качеств, взрывная сила. Подвижные игры на основе волейбола. Развитие ловкости	1	06.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

12	Подвижные игры на основе волейбола. Развитие ловкости: жонглирование . Подвижные игры на основе волейбола. Развитие эластичности мышечно-связочного аппарата, игра по упрощённым правилам	1	08.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
13	Подвижные игры на основе волейбола. Комплекс упражнений на 8 счетов. Ознакомление с тактикой игры 2х2 в трёх метровой зоне. Учебная игра.	1	13.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
14	СФП. Тактикой игры 2х2 в трёх метровой зоне. Учебная игра.	1	15.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
15	Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	1	20.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
16	Игра в мини-волейбол 3х3, совершенствование навыков перемещения.	1	22.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
17	Игра в мини-волейбол 4х4, совершенствование навыков.	1	27.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
18	Игра в мини-волейбол 5х5, совершенствование навыков.	1	29.10	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
19	Тактика игры «углом вперед». Учебная игра. Тактика игры углом назад. Учебная	1	03.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

	игра			мов		
20	Ознакомление с тактикой игры 3х3 в трёх метровой зоне. Учебная игра. Тактика игры 4х4 Учебная игра.	1	05.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
21	Ознакомление с тактикой игры 5х5 Учебная игра. Тактика игры 6х6 Учебная игра.	1	10.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
22	Ознакомление с техникой нападающего удара. Учебная игра.	1	12.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
23	Нападающий удар с собственного подбрасывания мяча.	1	17.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
24	Техника разбега для нападающего удара. Учебная игра	1	19.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
25	Совершенствование навыков. Учебная игра	1	24.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
26	Нападающий удар с связующим	1	26.11	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
27	Ознакомление с тактикой игры 2 нападающих 1 связующий Учебная игра. Игра по упрощённым правилам мини – волейбол	1	01.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
28	Тактика игры в защите без мяча. Учебная игра.	1	03.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
29	Тактика игры в	1	08.12	Просмотр	Электрон	Сеть VK

	защите (1 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.			учебных видеофильмов	Электронный опрос	https://vk.com/club193418665
30	Тактика игры в защите (6 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	10.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
31	Тактика игры в защите (5 зона). Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	15.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
32	Совершенствование игры в защите углом назад	1	17.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
33	Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.	1	22.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
34	Ознакомление с техникой подачи	1	24.12	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
35	Техника верхней подачи. Учебная игра	1	29.12	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
36	Техника нижней подачи. Учебная игра	1	31.12	Мини-лекция	Тест	Сеть VK https://vk.com/club193418665
37	Совершенствование подачи. Учебная игра	1	05.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
38	Расположение игроков при приёме подачи.	1	07.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

39	Тактика игры «углом вперед»	1	12.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
40	Совершенствование игры «углом вперед»	1	14.01	Мини-лекция	Тест	Сеть VK https://vk.com/club193418665
41	Тактика игры при одинарном блоке Игра по упрощённым правилам мини – волейбол. Тактика игры при двойном блоке .Игра по упрощённым правилам мини – волейбол.	1	19.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
42	Тактика игры при тройном блоке. Тактика игры при 6x5, Учебная игра. Тактика игры при 6x4, Учебная игра. Тактика игры при 5x4, Учебная игра.	1	21.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
43	Совершенствование техники верхней прямой передачи двумя руками. Учебная игра. Техника длинной передачи мяча.	1	25.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
44	Передачи мяча на точность. Учебная игра.	1	28.01	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
45	Техника нижней прямой передачи в 1 метр и в 9 метр. Игра по упрощённым правилам мини–волейбол.	1	02.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
46	Техника верхней подачи в прыжке. Учебная игра. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху. Игра по упрощённым правилам мини–волейбол.	1	04.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

47	Совершенствование техники передачи-приёма снизу. Игра по упрощённым правилам мини-волейбол.	1	09.02	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
48	Совершенствование техники приема мяча «жестко». Совершенствование нападающего удар. Игра по упрощённым правилам мини-волейбол.	1	11.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
49	Совершенствование нападающего удара из 2 зоны, Учебная игра	1	16.02	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
50	Совершенствование нападающего удара из 4 зоны, Учебная игра	1	18.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
51	Техника кувырка через плечо	1	23.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
52	Техника кувырка через плечо с приемом	1	25.02	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
53	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 2.	1	02.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
54	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 4.	1	04.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
55	Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 2.	1	09.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
56	Техническая игра «Теннис». Учебная игра	1	11.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
57	ОФП. Тактический выбор места для выполнения подачи.	1	16.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

58	Тактический выбор места для второй передачи в зоне 3. Учебная игра.	1	18.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
59	Техника передачи мяча через сетку (скидка)	1	23.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
60	Техника скидки одной рукой	1	25.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
61	Техника скидки двумя руками в разные зоны	1	30.03	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
62	Техника передачи мяча на точность. Игра по упрощённым правилам мини-волейбол.	1	01.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
63	Техника «жесткого приема». Учебная игра по упрощённым правилам.	1	6.04	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
64	Передачи в парах на точность. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	08.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
65	Повторение: нижняя прямая подача мяча на точность, верхней подачи. Учебная игра по упрощённым правилам.	1	13.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
66	Помощь в судействе (роль главного судьи). Учебная игра	1	15.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
67	Помощь в судействе (роль бокового судьи). Учебная игра	1	20.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
68	Судейство(исполнение роли главного судьи)	1	22.04	Просмотр материалов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
69	Судейство(исполнение роли бокового судьи)	1	27.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

	е роли бокового судьи)			лекция	ный опрос	https://vk.com/club193418665
70	Судейство и разбор ошибок Учебная игра. Помощь в судействе.	1	29.04	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
71	Судья как участник игры. Учебная игра.	1	04.05	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
72	Совершенствование техники передачи, приема сверху. Учебная игра	1	06.05	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
73	Совершенствование техники передачи, приема снизу. Учебная игра	1	11.05	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
74	Совершенствование техники подачи. Учебная игра	1	13.05	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
75	ОФП. Совершенствование техники нападающего удара, блокирования. Учебная игра	1	18.05	Просмотр учебных видеофильмов	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
76	ОФП. Совершенствования игры в защите. Учебная игра	1	20.05	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665
77	Итоговое занятие.	1	25.05	Мини-лекция	Электронный опрос	Сеть VK https://vk.com/club193418665

Методические и оценочные материалы

Учебно-методический комплекс программы «ВолейболПРО»

I Учебные и методические пособия для педагога и учащихся

Список литературы для учащихся:

1. Всероссийский волейбольный портал <http://volley4all.net>,
2. <https://www.youtube.com/channel/UC6SgzJXO3Pr783AtxYkXzow>
3. Волейбол: теория и методика тренировки; Беляев А. В., Булыкина Л. В. ТВТ Дивизион – «Москва», 2011.
4. Волейбол без компромиссов. 1 часть: [Брошюра].— Воронеж: Компиляция, верстка – Л.А.В., 2001.
5. «Подготовка юных волейболистов» Железняк Ю. Д., Клещев Ю. Н., Чехов О. С.
6. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка Кожухов Н. Н., Рыжкова Л. А., Горелова В. В. «Владос» 2008
7. Гигиена физического воспитания и спорта Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021.
8. Праздник. Который всегда со мной Россошик Л. «Спорт» 2017
9. <https://www.youtube.com/watch?v=k7GWUyxChbo>
10. А.В. Беляев Волейбол: теория и методика тренировки / А.В. Беляев. - М.: ТВТ Дивизион, 2017.
11. А.С. Эдельман Волейбол. Справочник / А.С. Эдельман. - М.: Книга по Требованию, 2018. -
12. В.А. Кунянский Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Кунянский. - М.: Дивизион, 2017.
13. В.А. Кунянский Волейбол. О судьях и судействе / В.А. Кунянский. - М.: СпортАкадемПресс, 2017.
14. Волейбол. - М.: АСТ, 2016.
15. Волейбол. Спортивная энциклопедия. - М.: Эксмо, 2018.
16. Волейбол. Спортивные термины на 5 языках / ред. Ю.С. Галаев. - М.: Русский язык, 2018.
17. Game Over. Волейбол продолжается Екатерина Гамова 2017
18. <https://www.youtube.com/channel/UCWgtDIc00V86agRCP96pkew/videos>
19. https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16068598042607558879&from=tabbar&parent_reqid=1629372224182483-1742408775711322312-vla1-1515-vla-17-balancer-prod-8080-BAL-1945&text=мультфильмы+про+волейбол+для+детей
20. Гигиена физической культуры и спорта. Учебник. Коллектив авторов, 2013

Список литературы для педагогов:

1. <https://volley.ru/documents/497/p1/3590/>
2. <https://volley.ru/documents/497/p1/2701/>
3. <http://elib.cspu.ru/xmlui/bitstream/handle/123456789/996/Каратаева%20Волейбол.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
4. Методическое руководство №16. Психолого-педагогические аспекты деятельности тренера по волейболу, работающего в ДЮСШ. Москва – 2014

5. Методический сборник №17. Процесс спортивной подготовки игроков. Фомин Е.В., Силаева Л.В., Булыкина Л.В., Белова Н.Ю. Москва - 2014.
6. Волейбол: теория и методика тренировки Беляев А. В., Булыкина Л. В.; ТВТ Дивизион - Москва, 2011.
7. Волейбол в школе. Пособие для учителя В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников.. М., «Просвещение», 1976 г., 111с.
8. Волейбол учебно-методическое пособие Астахова М.В. Стрельчанко В.Ф. , Крахмалев Д.П,
9. Правила игры http://www.fivb.org/EN/Refereeing-Rules/documents/FIVB-Volleyball_Rules_2017-2020-RU-v01.pdf
10. Волейбол". Сборник под редакцией Ю.Н.Клещёва - М.: Физкультура и спорт, 1983, Спортивные игры. (под ред. Г. Н.Николаева)
11. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2018г.
12. О судьях и судействе Кунянский В. А. Волейбол.; «СпортАкадемПресс» - Москва, 2013
13. «Основы волейбола» О.Чехов Москва. «Физическая культура и спорт» 2008г.
14. Общая физическая подготовка, Знать и уметь, Гришина Ю.И., 2014.
15. «Психология спорта» Е.П. Ильин, «Питер» 2008
16. «Волейбол в школе: пособие для учителя», Ю.Д.Железняк, Л.Н.Слупский — М.: Просвещение, 1989.- 128 с
17. http://www.cnopm.ru/other/volleyball/1985/june/volleyball_lessons_from_sumii_oinuma_art_pass
18. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка Кожухов Н. Н., Рыжкова Л. А., Горелова В. В. Владос 2008
19. Гигиена физического воспитания и спорта Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021.
20. Общая физическая подготовка, Знать и уметь, (Гришина Ю.И.,) 2014
21. Волейбол: теория и методика тренировки Беляев А. В., Булыкина Л.В. «Физкультура и спорт» 2007
22. <https://www.youtube.com/watch?v=k7GWUyxChbo>
23. <https://www.youtube.com/watch?v=A5bQpJACDd4>
24. <https://www.youtube.com/watch?v=KUiRIOw-Mo0>
25. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов Рыцаев В. В. «Физкультура и спорт» 2009
26. Волейбол Клещев Ю. «Физкультура и спорт» 2005
27. Автор: Губа Владимир Петрович, Пустошило Павел Викторович, Булыкина Лариса Владимировна Издательство: Спорт, 2019 г.
28. Функциональная подготовленность волейболистов. Диагностика, механизмы адаптации, коррекция симптомов дизаптации Книга, Ф. А. Иорданская 2016
29. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол Книга, Сборник 2016
30. А.В. Беляев Волейбол: теория и методика тренировки / А.В. Беляев. - М.: ТВТ Дивизион, 2017.
31. А.С. Эдельман Волейбол. Справочник / А.С. Эдельман. - М.: Книга по Требованию, 2018. -
32. В.А. Кунянский Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Кунянский. - М.: Дивизион, 2017.

33. В.А. Кунянский Волейбол. О судьях и судействе / В.А. Кунянский. - М.: СпортАкадемПресс, 2017.
34. В.А. Кунянский Волейбол. Практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2018.
35. В.А. Кунянский Волейбол. Профессиональная подготовка судей / В.А. Кунянский. - М.: Дивизион, 2016.
36. Волейбол. - М.: АСТ, 2016.
37. Волейбол. Спортивная энциклопедия. - М.: Эксмо, 2018.
38. Волейбол. Спортивные термины на 5 языках / ред. Ю.С. Галаев. - М.: Русский язык, 2018.

II Система средств контроля результативности

Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

- Текущая диагностика и контроль – декабрь
- Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Система контроля результативности обучения			
Периодичность контроля			Форма и средства контроля
Выявление результатов	<i>Начальная диагностика</i>	Начало учебного года (Сентябрь-ноябрь)	Наблюдение.
	<i>Промежуточная</i>	Середина учебного года (Декабрь-февраль)	Тестирование
	<i>Итоговая</i>	Конец учебного года (Март-май)	Соревнование
Фиксация результатов обучения	<i>Начальная диагностика</i>	Начало учебного года (Сентябрь-ноябрь)	Аналитическая справка по результатам входного мониторинга уровня освоения программы
	<i>Промежуточная</i>	Середина учебного года (Декабрь-февраль)	Сборник решенных кейсовых задач
	<i>Итоговая</i>	Конец учебного года (Март-май)	Грамоты, протоколы сдачи нормативов
Предъявление результатов обучения	Уровень мероприятия	Приблизительная дата мероприятия	Формат предъявления результатов в обучение
<i>Начальная диагностика</i>	Школьный	Октябрь-ноябрь	Отчет
<i>Промежуточная</i>	Школьные	Декабрь-февраль	Товарищеская встреча
<i>Итоговая</i>	Школьные	Март-май	Открытое занятие