

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА
ЕКАТЕРИНБУРГА**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 178
с углубленным изучением отдельных предметов**

Принято
Решением Педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

Утверждаю
«31» августа 2022 г.
Директор школы
(П. А. Григорьева)
Приказ № 122 от «31» августа 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Волейбол»

**направленность физкультурно-спортивная
2022/2023 учебный год**

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации: 1 год
Составитель: Старикова Светлана
Николаевна, учитель физической культуры
МАОУ СОШ № 178 с углубленным
изучением отдельных предметов

Екатеринбург, 2022

Пояснительная записка

На уроках физической культуры обучающиеся получают определенные навыки игры в волейбол, но в учебной программе для этого отведено небольшое количество часов. Этого недостаточно для того чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Данные занятия позволяют совершенствовать определенные навыки игры в волейбол. Программа **актуальна**, так как 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. Занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий волейболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (далее - СанПиН).
4. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
5. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

6. Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Устав МАОУ СОШ № 178 с углубленным изучением отдельных предметов.

Программа «стартовая» «стартовый» уровень предполагает освоение техники и тактики игры, овладение игрой. Начальное изучение различных техник владения мячом.

Цель программы: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди обучающихся школы, пропаганда ЗОЖ.

Задача программы:

Предметные (образовательные)

- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;

Метапредметные (развивающие)

- развивать у обучающихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;
- укрепить здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию;

Личностные (воспитательные)

- воспитывать у обучающихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность;
- организовать полезную занятость обучающихся школы с целью профилактики правонарушений несовершеннолетних.

Методы обучения

Словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчёт;

Наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий;

Практические методы – метод упражнений, игровой метод

При составлении программы использованы *принципы*:

- индивидуальности;

- доступности;
- преемственности;
- результативности

Формы проведения занятий:

1. Практические занятия;
2. Эстафеты;
3. Подвижные игры;
4. Спортивные соревнования;
5. Физкультурные праздники;
6. Обучающие и двусторонние игры;
7. Товарищеские встречи.

Настоящая дополнительная общеразвивающая образовательная программа предназначена для обучающихся 8-11 классов. Для обучения набираются все желающие, не имеющие противопоказаний для занятий спортивными играми.

Учебная работа в секции осуществляется на основе данной программы, которая содержит материал теоретических и практических занятий. Теоретические занятия проводятся в форме бесед в процессе практических занятий. Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Занятия 2 раза в неделю по 2 академических часа, проводятся в спортивном зале.

Учебный план «стартовый уровень»

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2		Анкетирование
1	Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом	4	4		Беседа Тестирование
2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль,	4	4		Педагогическое наблюдение Самоконтроль

	предупреждение травматизма				
3	Подвижные игры с элементами волейбола	20		20	Педагогическое наблюдение Самоконтроль
4	Общая физическая подготовка	24		24	Педагогическое наблюдение Контрольный тест Взаимоконтроль
5	Специальная физическая подготовка	24		24	Педагогическое наблюдение Взаимоконтроль
6	Основы техники и тактики игры	40		40	Педагогическое наблюдение Самоконтроль Взаимоконтроль
7	Контрольные игры	10		10	Анализ деятельности
8	Соревнования	20		20	Взаимоконтроль
Итого:		148	10	138	

Содержание учебного плана

Раздел «Валеологический». Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

История возникновения волейбола (пионербола). Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол (пионербол). Личная гигиена. Режим питания спортсмена. Вред курения. Общий режим дня и его значение для юного спортсмена. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья спортсмена. Причины травм при занятиях по волейболу и их предупреждение. Оказание первой медицинской помощи. Психологическая подготовка к игре.

Раздел «Обучающий». «Тактическая подготовка»

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

Практика:

Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Командные действия. Прием нижней подачи и первая подача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Раздел ОФП – Общая физическая подготовка (на каждом занятии)

В разделе «общая физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения:

Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого отдела. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатыми голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднимание ног с мячом. Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

Тема ОРУ – Общеразвивающие упражнения (на каждом занятии)

Раздел «Обучающая». Специальная подготовка техническая

«Техника игры» СФП – Специальные физические упражнения (для определенного вида спорта)

Практика:

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений. Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении)

приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе. Технические действия при подаче. Взаимодействие игроков первой линии. Взаимодействие игроков второй линии. Тактические действия при выполнении второй передачи, после приема мяча с подачи. Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая. Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу). Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача на расстоянии 3-6 м от сетки. Прием мяча, отраженного сеткой.

Тема «Соревнования». Практика

Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Формы и методы контроля

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Занятия по волейболу должны носить учебно-тренировочную направленность. В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры,

Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей урока.

Для контроля качества обучения и стимуляции деятельности обучающихся проводятся спортивные соревнования. Достижения обучающихся отмечаются вручением грамот и дипломов.

Из числа наиболее подготовленных обучающихся формируется команда для участия в районных и городских соревнованиях по волейболу. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях, кроме того контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Планируемые результаты

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- Достижения высокого уровня физического развития у обучающихся по данной программе;
- Призовые места на соревнованиях областного уровня;
- Устойчивое овладение умениями и навыками игры;
- Развитие у обучающихся потребности в продолжении занятий спортом как самостоятельно так и в спортивной секции после окончания школы;
- Укрепление здоровья обучающихся, повышение функционального состояния всех систем организма;
- Умение контролировать психическое состояние.
-

Требования к уровню подготовки обучающихся

ЗНАТЬ:

- влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;
- правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- основы методики обучения и тренировки по волейболу.
- правила игры;
- технику и тактику игры в волейбол; строевые команды;
- методику судейства учебно-тренировочных игр; общие рекомендации к созданию презентаций;

УМЕТЬ:

- выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите;
- выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
- осуществлять судейство соревнований по волейболу;
- работать с книгой спортивной направленности;
- самостоятельно составлять выступления и презентацию к ним;

Материально-техническое обеспечение

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

Спортивный инвентарь:

- волейбольные мячи 30 шт;
- перекладины для подтягивания в висе 8 шт;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося 15 шт;

- волейбольная сетка 2 шт;
- гимнастические маты 20 шт;
- баскетбольные и теннисные мячи 20 шт;

Спортивные снаряды:

- Гимнастические скамейки 9 шт;
- Гимнастическая стенка 7 шт.

Список литературы

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 2016. 111с.
3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 61с.
4. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 2004.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.
7. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Раздел 3. X-XI классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы). Волейбол (юноши и девушки). Часть111. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).

**Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Волейбол»**

№	Сроки проведения занятий	Форма занятия	Часы	Тема	Форма контроля
1	1 неделя сентября	Лекция	2	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм	Беседа
2	1 неделя сентября	Лекция	2	История возникновения волейбола. Развитие волейбола.	Беседа
3	2 неделя сентября	Объяснение нового материала	2	Правила игры в мини-волейбол	Педагогическое наблюдение
4	2 неделя сентября	Самостоятельная работа	2	Личная гигиена. Режим питания спортсмена.	Тестирование
5	3 неделя сентября	Объяснение нового материала	2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом.	Беседа
6	3 неделя сентября	Самостоятельная работа	2	ОФП. Передача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения. Подвижные игры и эстафеты.	Тестирование
7	4 неделя сентября	Объяснение нового материала	2	Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений. Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	Педагогическое наблюдение Самоконтроль
8	4 неделя сентября	Объяснение нового материала	2	Прием и передача мяча двумя руками снизу. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.	Педагогическое наблюдение Контрольный тест Взаимоконтроль
9	1 неделя октября	Практическая работа	2	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя	

				руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	
10	1 неделя октября	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.	
11	2 неделя октября	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Введение в начальные игровые ситуации.	Педагогическое наблюдение
12	2 неделя октября	Объяснение нового материала	2	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	Педагогическое наблюдение
13	3 неделя октября	Практическая работа	2	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	Самоконтроль
14	3 неделя октября	Самостоятельная работа	2	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	Самоконтроль
15	4 неделя октября	Самостоятельная работа	2	Нижняя прямая подача. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Введение в начальные игровые ситуации.	Самоконтроль
16	4 неделя октября	Самостоятельная работа	2	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Нижняя прямая подача. ОФП.	Самоконтроль
17	5 неделя октября	Объяснение нового материала	2	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. ОФП.	Педагогическое наблюдение

18	5неделя октября	Практическая работа	2	ОФП. Совершенствование навыков защитных действий. Учебная игра	Анализ деятельности
19	1неделя ноября	Практическая работа	2	Эстафеты с различными видами спортивных игр. Совершенствование прямого нападающего удара. Развитие прыгучести	Анализ деятельности
20	1неделя ноября	Самостоятельная работа	2	Развитие силовой выносливости. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Самоконтроль
21	2неделя ноября	Самостоятельная работа	2	Развитие скорости Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Самоконтроль
22	2неделя ноября	Объяснение нового материала	2	Подвижные игры и эстафеты.	Педагогическое наблюдение
23	3неделя ноября	Практическая работа	2	Развитие прыгучести. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.	Анализ деятельности
24	3неделя ноября	Практическая работа	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно – тренировочная игра	Анализ деятельности
25	4неделя ноября	Самостоятельная работа	2	Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Приемы и передачи мяча. Учебная игра	Самоконтроль
26	4неделя ноября	Самостоятельная работа	2	ОФП. Прием подачи. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Самоконтроль
27	1неделя декабря	Тестирование	2	Контрольное испытание по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.	Контрольный тест

28	1 неделя декабря	Объяснение нового материала	2	Специальная подготовка. Прием подачи. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	Педагогическое наблюдение Взаимоконтроль
29	2 неделя декабря	Практическая работа	2	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. Эстафеты.	Анализ деятельности
30	2 неделя декабря	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Введение в начальные игровые ситуации.	Взаимоконтроль
31	3 неделя декабря	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Взаимоконтроль
32	3 неделя декабря	Практическая работа	2	Передача мяча над собой. Передача мяча двумя сверху у стены. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Анализ деятельности
33	4 неделя декабря	Объяснение нового материала	2	Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	Педагогическое наблюдение
34	4 неделя декабря	Практическая работа	2	Развитие специальной ловкости. Упражнения для обучения блокированию.	Анализ деятельности
35	3 неделя января	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Учебно-тренировочная игра	Взаимоконтроль
36	3 неделя января	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Развитие силовых качеств.	Взаимоконтроль

37	4неделя января	Самостоятельная работа	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Самоконтроль
38	4неделя января	Самостоятельная работа	2	Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.	Самоконтроль
39	5неделя января	Объяснение нового материала	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных передач	Педагогическое наблюдение
40	5неделя января	Практическая работа	2	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней подачи. Учебная игра	Анализ деятельности
41	1неделя февраля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Защитные действия. Подводящие упражнения для нападающих действий. Учебная игра.	Взаимоконтроль
42	1неделя февраля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	Взаимоконтроль
43	2неделя февраля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Прямой нападающий удар. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	Взаимоконтроль
44	2неделя февраля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Прямой нападающий удар. Навыки приема и передачи мяча после перемещений и падения. Учебная игра	Взаимоконтроль
45	3неделя февраля	Объяснение нового материала	2	Нападающий удар по неподвижному мячу. Упражнения для обучения блокированию. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	Педагогическое наблюдение

46	3неделя февраля	Практическая работа	2	Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование. Учебно – тренировочная игра.	Анализ деятельности
47	4неделя февраля	Практическая работа	2	Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Одиночное блокирование. Двухсторонняя игра.	Анализ деятельности
48	4неделя февраля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Совершенствование навыков блокирования. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.	Взаимоконтроль
49	1неделя марта	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. Круговая тренировка на развитие силовых качеств	Взаимоконтроль
50	1неделя марта	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники нижней прямой подачи. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	Взаимоконтроль
51	2неделя марта	Объяснение нового материала	2	Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	Педагогическое наблюдение
52	2неделя марта	Объяснение нового материала	2	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных	Педагогическое наблюдение

				тактических действий в защите.	
53	3неделя марта	Самостоятельная работа	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно – тренировочная игра	Самоконтроль
54	3неделя марта	Самостоятельная работа	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра	Самоконтроль
55	4неделя марта	Объяснение нового материала	2	Групповые тактические действия в нападении. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Педагогическое наблюдение
56	4неделя марта	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии.	Взаимоконтроль
57	1неделя апреля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Прямой нападающий удар. Групповое блокирование.	Взаимоконтроль
58	1неделя апреля	Объяснение нового материала	2	Групповые тактические действия в нападении. Верхний прием подачи по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча в сторону соперника.	Педагогическое наблюдение
59	2неделя апреля	Практическая работа	2	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра	Анализ деятельности
60	2неделя апреля	Объяснение нового материала	2	Тестирование по правилам	Педагогическое наблюдение
61	3неделя апреля	Объяснение нового материала	2	Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Педагогическое наблюдение
62	3неделя апреля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Взаимоконтроль

63	4неделя апреля	Объяснение нового материала	2	Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Педагогическое наблюдение
64	4неделя апреля	Самостоятельная работа.	2	Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Самоконтроль
65	5 неделя апреля	Самостоятельная работа.	2	Круговая тренировка. Учебная игра. волейбола.	Самоконтроль
66	5 неделя апреля	Самостоятельная работа. Игры в парах	2	Эстафеты.	Взаимоконтроль
67	1неделя мая	Объяснение нового материала	2	Игра в мини-волейбол.	Педагогическое наблюдение
68	1неделя мая	Практическая работа	2	Соревнования по волейболу	Анализ деятельности
69	2 неделя мая	Тренировочная игра	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение
70	2 неделя мая	Тренировочная игра	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение
71	3неделя мая	Соревнование	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение
72	3неделя мая	Соревнование	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение
73	4неделя мая	Соревнование	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение
74	4неделя мая	Соревнование	2	Соревнования по волейболу	Педагогическое наблюдение