

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 537
Московского района Санкт-Петербурга**

СОГЛАСОВАНО
на педагогическом
совете

Протокол № 1 от
26.08.2025 г.

**УТВЕРЖДЕНО**
Директор
Ефремова Е.А.
Приказ № 151 от
26.08.2025 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
Спортивной направленности

«Волейбол»

Срок реализации: 1 год
Возраст учащихся: 10-14 лет

Разработчик - Белокопытов Даниил Владимирович
педагог дополнительного образования

Санкт- Петербург

2025 г.

Пояснительная записка

Настоящая программа направлена на повышение эффективности физического воспитания. Предметом обучения является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью и начальное обучение игре в волейбол.

В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Направленность программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет спортивную направленность.

Адресат программы: Дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на детей в возрасте 10-14 лет.

Актуальность программы: данная программа ориентирована на удовлетворение потребностей детей и родителей, а также соответствует современным запросам в вопросах повышения занятости детей в свободное время, физического воспитания и оздоровления детей.

Волейбол является одним из наиболее популярных видов спорта среди подрастающего поколения. Основой данной программы является не только техническая подготовка юных волейболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников.

Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, вызывает активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Занятия в кружке по пионерболу во внеурочной деятельности для начальной школы разработаны для наиболее заинтересованных и физически подготовленных детей. Пионербол (по правилам волейбола) - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в начальной школе.

Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся. Волейбол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки и постепенно готовит детей к более сложной игре в волейбол.

Круглогодичные занятия волейболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности.

При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия.

Отличительные особенности программы:

Курс обучения игре в волейбол способствует формированию двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся.

Игра в волейбол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется отбор учащихся, имеющих задатки к дальнейшей спортивной профессиональной деятельности.

Программа рассчитана на количество часов, отводимые образовательной программой.

Она разделена по классам и реализуется поэтапно с учетом возрастных особенностей учащихся и в соответствии с учебным планом.

Во пятом классе учащиеся знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны освоить технику верхней и нижней передачи и боковой подачи и выполнения..

В шестом классе продолжается совершенствование верхней передачи над собой и в паре, нижней передачи над собой и в паре, совершенствование боковой подачи. Выполнение боковой подачи с конца волейбольной площадки.

Уровень освоения – Программа имеет физкультурно-спортивный уровень освоения

Объем и срок освоения:

Программа рассчитана на 1 год (144 часа). Занятия по программе проводятся в течение года, по 2 академических часа 2 раза в неделю.

Цель программы :

Обучение техническим и тактическим приемам игры в волейбол с дальнейшим применением их в игровой деятельности. Обучение верхней и нижней передачи мяча на месте и в движении, прием мяча с удара, обучение и совершенствование боковой подачи.

Для достижения поставленной цели требуется выполнение следующих задач для обучающихся:

- Формирование общих представлений о спортивной игре в волейбол, ее значение в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

- Обучение специальным упражнениям в ловли и передачи мяча.

- Обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям.

Развивающие:

Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, координации движений.

Развитие интереса к спортивной игре волейбол, к самостоятельным физическим упражнениям, подвижным и спортивным играм.

Воспитательные:

Воспитывать силу воли, настойчивость, трудолюбие, чувства товарищеской взаимопомощи, ответственность за свои действия перед коллективом.

Воспитать доброту, взаимопонимание, терпимость по отношению к людям, культуру общения.

Данная программа характеризуется направленностью:

- На реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирования учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса.
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности.
- На усиление оздоровительного эффекта тренировочного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений.

Язык реализации программы. Программа реализуется на русском языке.

Форма занятий по программе. Обучение по программе проводится в очном формате

Условия приема на обучение. На добровольной основе и без определённой подготовки.

Условия формирования групп. В группу принимаются подростки 10-14 лет. Занятия могут проводиться как в одновозрастных, так и в разновозрастных группах. Наполняемость группы 15 человек. Для занятий волейболом принимаются учащиеся с основной группой здоровья. Занятия проводятся в спортивном зале. Критериями обучения детей служат зачеты, соревнования, выполнение нормативов, тесты, медицинская диагностика.

Формы организации и проведения занятий.

Формы организации учащихся на занятиях: беседа, демонстрация, практическое занятие.

фронтальная и работа (беседа, показ, объяснение, обсуждение);

групповая и индивидуальная (демонстрация, практическое занятие);

Форма проведения занятий: рассказ, беседа, практическая работа.

Основной принцип обучения: коллективный

Материально-техническое оснащение:

- спортивный школьный зал 12х24
- спортивный инвентарь и оборудование:
- теннисные мячи на каждого обучающегося
- набивные мячи
- перекладины для подтягивания в висе – 5-7 штук
- скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- секундомер
- гимнастические скамейки – 5-7 штук
- сетка волейбольная – 1 штука
- гимнастические маты – 8 штук
- гимнастическая стенка
- табло для подсчёта очков
- волейбольный, футбольный, баскетбольный мяч

Кадровое обеспечение программы: Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам.

Планируемые результаты обучения.

Дети должны знать и понимать:

- овладеть понятием "Техникой и тактикой игры" в волейбол.
- знать правила игры
- овладеть основными техническими приемами игры
- применять полученные знания в игре
- сформировать первичные навыки судейства

Уметь:

- Уметь и выполнять боковую подачу мячом.
- Уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачу мяча
- Выполнять нападающий удар с собственного подбрасывания мяча
- Выполнять прием мяча с удара и подачи.

Планируемые результаты обучения:

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

• **личностные результаты** – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

• **метапредметные результаты** – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

• **предметные результаты** – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

• определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

• в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД): Регулятивные УУД:

• определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

• проговаривать последовательность действий;

- уметь высказывать свое предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды; Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания. Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах. Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром. Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы курса внеурочной деятельности.

В итоге реализации программы по спортивному направлению «Волейбол» учащиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; и должны уметь:
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать свое поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств:

отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Учебный план

Наименование разделов и дисциплин	Всего	Теория	Практика
Олимпийские игры.	2	2	0
Правильное дыхание во время выполнения упражнений.	2	2	0
Физические качества и общие правила определения их развития.	2	2	0
Общая физическая подготовка.	42		42
Специальная физическая подготовка.	30		30
Технико-тактическое мастерство.	20		20
Интегральная подготовка	26		26
Участие в соревнованиях.	20		20
Итого:	144	6	138

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2025	26.05.2026	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория – Знакомство, беседа об охране труда и правилах поведения в спортивном зале. Беседа - Физическая культура и спорт в России.

История развития волейбола в России.

Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.

Тема 2 – Правила игры в волейбол

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу. Правила игры в волейбол. Расстановка игроков по зонам, переход игроков.

Практика – Разминка. Упражнения на развитие физических качеств. Эстафеты.

Тема 3 - Общая физическая подготовка. Ознакомление с различными видами спорта.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Разминка. Упражнения на развитие физических качеств. Круговая тренировка. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.

Тема 4 – Нападающий удар.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – ОФП. Передача двумя руками сверху и снизу на месте, после перемещений. Верхняя и нижняя прямая подача. Подвижные игры с элементами волейбола. Нападающий удар, с переводом влево.

Тема 5 – Одиночное блокирование мяча.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Общая физическая подготовка. Передача двумя руками сверху и снизу на месте, после перемещений. Верхняя и нижняя прямая подача. Одиночное блокирование мяча. Подвижные игры с элементами волейбола.

Тема 6 – Групповое блокирование мяча.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Общая физическая подготовка. Передача двумя руками сверху и снизу на месте, после перемещений. Верхняя и нижняя прямая подача. Одиночное блокирование мяча. Подвижные игры с элементами волейбола. Групповое блокирование мяча.

Тема 7 – Групповые тактические действия в защите.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Общая физическая подготовка. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху и снизу на месте, после перемещений. Передачи мяча назад, за голову. Верхняя и нижняя прямая подача. Подвижные игры с элементами волейбола. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.

Тема 8 – Групповые тактические действия в нападении.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Общая физическая подготовка. Передача двумя руками сверху и снизу на месте, после перемещений. Передачи мяча назад, за голову. Верхняя и нижняя прямая подача. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.

Тема 9 - Судейство игр и соревнований по волейболу

Теория – Правильность заполнения технических протоколов. Жестикуляция судей.

Практика – судейство игр и соревнований по волейболу.

Тема 10 – Контрольные игры и соревнования.

Теория – Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу.

Практика – Общая физическая подготовка. Учебно – тренировочная игра в волейбол.

Тема 11 – Контрольные испытания.

Теория – Инструктаж по технике безопасности при выполнении тестовых заданий.

Практика – Разминка. Выполнение тестовых и контрольных испытаний.

Тема 12 – Экскурсии и посещение соревнований.

Теория – Инструктаж по технике безопасности при посещении соревнований и экскурсий.

Практика – Просмотр и разбор соревнований сборных команд по волейболу.

Тема 13. Итоговое занятие.

Теория – Подведение итогов – результаты технической, тактической и физической подготовки обучающихся. Перевод занимающихся по результатам тестирования в группу следующего уровня.

Оценочные и методические материалы

Занятия по волейболу носят учебно-тренировочную методическую направленность.

В процессе учебно-тренировочных: занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на *теоретических занятиях* - учащиеся приобретают теоретические и практические навыки судейства игры и навыки инструктора. С этой целью в учебно-тренировочных группах, на занятиях назначаются помощники тренера и даются задания по проведению упражнений по общей физической подготовке, по обучению и совершенствованию техники и тактики игры.

Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы.

«Волейбол»

№ п/п	Тема	Форма занятий	Методическое обеспечение	Формы Подведение итогов	Матер. обеспечен ие
1.	Основы знаний. 1.История пионербола, правила игры по волейболу 2. Техника безопасности	Лекция	Методическая литература, иллюстрации, фотографии.	- -	Хорошо освещенное, проветриваемое помещение
2.	1.Освоение техники стоек, передвижений, остановок, поворотов.	Практические занятия	Методическая литература, иллюстрированные книги, фотографии, журналы, методические пособия по ФК, спортивным и подвижным играм.	Анализ полученных данных в результате тестирования. Соревнования по пионерболу.	Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки, спортивный инвентарь.
3.	Освоение техники приема и передач мяча сверху и снизу.	Практические занятия	Методические пособия по ФК	Анализ техники	Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки, спортивный инвентарь.
4.	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей				Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки, спортивный инвентарь.
5.	Освоение техники боковой подачи.	Практические занятия	Методические пособия по ФК	Анализ техники	Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки, спортивный инвентарь.
6.	Освоение техники прямого броска мяча.	Практические занятия	Методические пособия по ФК	Анализ техники	Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки,

					спортивный инвентарь.
7.	Освоение техники тактики игры в пионербол.	Практические занятия	Методические пособия по ФК	Анализ техники	Хорошо освещенный, проветриваемый спортивный зал, мячи, скакалки, спортивный инвентарь.
8.	Развитие физических качеств	Тестирование	Сводная таблица уровня ФП	Анализ полученных результатов	Спортивный зал, игровые площадки
9.	Игра в пионербол.	Игровая форма	-	Показательные выступления	

Календарно-тематическое планирование дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол»

ПДО Белокопытова Д.В. на 2025-2026 г.

№ п/п	Форма занятия	Основные элементы содержания	Всего часов	Вид контроля	Дата проведения	
					План	Факт
1	Учебно-тренировочное. Теория.	Техника безопасности. Передвижения в волейболе. Игра в волейбол.	2	Входной		
2	Учебно-тренировочное. Теория.	Олимпийские игры. Поддача мяча. Прием с подачи. Развитие силы. Учебная игра.	2	Текущий		
3	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча. Развитие ловкости. Учебная игра.	2	Текущий		
4	Учебно-тренировочное	Передвижения в волейболе. Развитие прыжковой ловкости. Учебная игра.	2	Текущий		
5	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча. Подвижная игра "Снайперы". Развитие выносливости. Прием мяча с подачи. Учебная игра.	2	Текущий		
6	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча на различную высоту. Развитие выносливости. Учебная игра.	2	Текущий		
7	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча на различную высоту в паре. Развитие быстроты перемещений.	2	Текущий		
8	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча в движении на различную высоту в паре. Учебная игра с заданием. Развитие силы.	2	Текущий		
9	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча в движении с изменением направления и длины полета. Учебная игра с заданием. Развитие ловкости.	2	Текущий		
10	Учебно-тренировочное	Нападающий удар. Учебная игра с заданием. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
11	Учебно-тренировочное	Верхняя передача мяча с изменением направления и длины полета. Учебная игра с заданием. Развитие выносливости.	2	Текущий		

12	Учебно-тренировочное. Теория.	Правила игры в волейбол. Нападающий удар. Учебная игра. Развитие быстроты перемещений.	2	Текущий		
13	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча в парах с изменением направления и длины полета. Учебная игра. Развитие силы.	2	Текущий		
14	Учебно-тренировочное. Теория.	Физические качества и общие правила определения их развития. Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие ловкости.	2	Текущий		
15	Учебно-тренировочное	Нижняя и верхняя передача мяча. Учебная игра. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
16	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие выносливости.	2	Текущий		
17	Учебно-тренировочное	Совершенствование нижней и верхней передачи мяча. Нападающий удар. Учебная игра с заданием. Развитие быстроты перемещений.	2	Текущий		
18	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие силы.	2	Текущий		
19	Учебно-тренировочное	Нижняя и верхняя передача мяча. Совершенствование. Учебная игра. Развитие ловкости.	2	Текущий		
20	Учебно-тренировочное	Нижняя боковая подача. Учебная игра. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
21	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра с заданием. Развитие выносливости.	2	Текущий		
22	Учебно-тренировочное	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Развитие быстроты.	2	Текущий		
23	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча. Учебная игра. Развитие силы.	2	Текущий		
24	Учебно-тренировочное	Верхняя прямая подача мяча. Развитие ловкости. Учебная игра.	2	Текущий		
25	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие выносливости.	2	Текущий		
26	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие быстроты перемещений.	2	Текущий		
27	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча в движении. Учебная игра. Развитие силы.	2	Текущий		

28	Учебно-тренировочное	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Развитие ловкости.	2	Текущий		
29	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча. Учебная игра. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
30	Учебно-тренировочное	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Развитие гибкости.	2	Текущий		
31	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие выносливости..	2	Текущий		
32	Учебно-тренировочное	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Развитие быстроты.	2	Текущий		
33	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Учебная игра. Развитие силы.	2	Текущий		
34	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча в движении. Учебная игра. Развитие ловкости.	2	Текущий		
35	Учебно-тренировочное	Игра в волейбол с заданием. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
36	Учебно-тренировочное	Игра в волейбол с заданием. Развитие выносливости.	2	Текущий		
37	Учебно-тренировочное	Сочетание верхней и нижней передач мяча. Игра в волейбол с заданием. Развитие силы.	2	Текущий		
38	Учебно-тренировочное	Сочетание верхней и нижней передач мяча. Игра в волейбол с заданием. Развитие ловкости.	2	Текущий		
39	Учебно-тренировочное	Игра в волейбол с заданием. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
40	Учебно-тренировочное	Игра в волейбол. Развитие быстроты реакции и ответных действий.	2	Текущий		
41	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
42	Учебно-тренировочное. Теория.	Игра в волейбол. Развитие игровой ловкости. Олимпийские игры.	2	Текущий		
43	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Игра в волейбол. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
44	Учебно-тренировочное	Парные и групповые упражнения. Игра в волейбол. Развитие выносливости.	2	Текущий		
45	Учебно-тренировочное	Верхняя и нижняя передача мяча в парах с изменением направления и длины траектории полета мяча. Игра в волейбол. Развитие быстроты ответной реакции.	2	Текущий		

46	Учебно-тренировочное	Тактические действия в нападении. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
47	Учебно-тренировочное	Нападающий удар. Игра в волейбол. Развитие гибкости.	2	Текущий		
48	Учебно-тренировочное	Нападающий удар. Игра в волейбол. Развитие ловкости.	2	Текущий		
49	Учебно-тренировочное. Зачетное.	Сочетание верхней и нижней передач мяча в парах через сетку. Игра в волейбол. Развитие прыжковой ловкости. Тест: верхняя передача мяча в движении.	2	Текущий. Индивидуальный		
50	Учебно-тренировочное. Зачетное.	Игра в волейбол. Развитие прыжковой ловкости. Тест: верхняя передача мяча в паре.	2	Текущий. Индивидуальный		
51	Учебно-тренировочное. Зачетное.	Сочетание верхней и нижней передач мяча в парах. Игра в волейбол. Развитие быстроты. Тест: "челночный бег" 3х10м.	2	Текущий. Индивидуальный		
52	Учебно-тренировочное. Теория.	Правила предупреждения травматизма. Правильное дыхание во время выполнения упражнений. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
53	Учебно-тренировочное. Теория.	Физические качества и общие правила определения их развития. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
54	Учебно-тренировочное.	Игра в волейбол. Развитие быстроты ответной реакции.	2	Текущий		
55	Учебно-тренировочное.	Многократные передачи мяча над собой. Нападающий удар. Игра в волейбол. Развитие выносливости.	2	Текущий		
56	Учебно-тренировочное.	Многократные передачи мяча над собой. Игра в волейбол. Развитие быстроты.	2	Текущий		
57	Учебно-тренировочное.	Многократные передачи мяча над собой. Игра в волейбол. Тактические действия в нападении. Развитие силы.	2	Текущий		
58	Учебно-тренировочное.	Игра в волейбол. Тактические действия в нападении. Развитие ловкости.	2	Текущий		
59	Учебно-тренировочное.	Нападающий удар. Игра в волейбол. Развитие выносливости.	2	Текущий		
60	Учебно-тренировочное.	Верхняя прямая подача мяча. Игра в волейбол. Тактические действия в защите. Развитие быстроты.	2	Текущий		

61	Учебно-тренировочное.	Верхняя передача мяча после перемещения. Прием мяча с подачи. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
62	Учебно-тренировочное.	Прием мяча с подачи. Игра в волейбол. Тактические действия в нападении. Развитие ловкости.	2	Текущий		
63	Учебно-тренировочное.	Прием мяча с подачи. Игра в волейбол. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
64	Учебно-тренировочное.	Прием мяча с подачи. Нападающий удар. Игра в волейбол. Развитие выносливости.	2	Текущий		
65	Учебно-тренировочное.	Прием мяча с подачи. Игра в волейбол по упрощенным правилам. Развитие быстроты.	2	Текущий		
66	Учебно-тренировочное.	Игра в волейбол по упрощенным правилам. Развитие силы.	2	Текущий		
67	Учебно-тренировочное.	Нижняя передача мяча после перемещения. Игра в волейбол. Развитие ловкости.	2	Текущий		
68	Учебно-тренировочное.	Тактические действия в нападении. Игра в волейбол. Развитие прыжковой ловкости.	2	Текущий		
69	Учебно-тренировочное.	Игра в волейбол. Развитие выносливости.	2	Текущий		
70	Учебно-тренировочное.	Игра в волейбол. Развитие быстроты.	2	Текущий		
71	Учебно-тренировочное.	Верхняя прямая подача мяча. Прием мяча с подачи. Игра в волейбол. Развитие силы.	2	Текущий		
72	Учебно-тренировочное.	Нижняя передача мяча после перемещения. Прием мяча с подачи. Игра в волейбол. Развитие ловкости.	2	Итоговый		
	Всего:		144			

Перечень нормативно-правовых документов

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1403030/2022-30338(1) 2 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
13. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).
14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»

Список литературы для педагога:

1. Волейбол. Пляжный волейбол: Правила соревнований /пер. с англ. – М.: Терра-Спорт, 2001 (Правила соревнований).
2. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002
3. Железняк Ю.Д., Скупский Л.Н. Волейбол в школе. Москва. «Просвещение».1989г.
4. Железняк Ю.Д., Шулятьев В.М., Вайнбаум Я.С. Волейбол: Учеб. программа для ДЮСШ и ДЮСШОР.– Омск: ОмГТУ, 1994.
5. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.Н., Чехов О.С. Подготовка юных волейболистов: Учеб. пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт, 1967
6. Мармор В.К. Специальные упражнения волейболиста. – Кишинев: «Карта Молдовеняскэ», 1975
7. Мерзляков В.В., Гордышев В.В. Игры, эстафеты, игровые упражнения волейболиста. – Волгоград, 1977.
8. Чехов О. Основы волейбола. Москва. «ФиС» 1979г.
9. Амалин М.Е. Тактика волейбола. – М.: Физкультура и спорт, 1962
10. Ахмеров Э.К., Канзас Э.Г. Волейбол в школе. – Минск: Нарасвета,1981
11. Железняк Ю.Д. Волейбол: методика обучения школьников 11-14 лет. – М.-1961.
12. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: Физкультура и спорт, 1978
13. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учеб. пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
14. Ивойлов А.В. Волейбол: Техника, тактика, тренировка. – Минск: Высшая школа, 1972
15. Клещев Ю.Н. Учебно-тренировочная работа с юными волейболистами (15-16 лет): Методич. материалы. – М., 1962.
16. Клещев Ю.Н., Тюрин В.А., Фураев Ю.П. Тактическая подготовка волейболистов. – М.: Физкультура и спорт, 1968

Список литературы для детей и родителей:

1. Клещёв Ю.Н., Фурманов Н.Г. Юный волейболист. Москва. «ФиС» 1979г.
2. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу: Учеб. пособие для начинающих. – М.: Физкультура и спорт, 1965.
3. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие – Нижневартовск, 2001.
4. Волейбол. Пляжный волейбол: Правила соревнований /пер. с англ. – М.: Терра-Спорт, 2001 (Правила соревнований)
5. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002