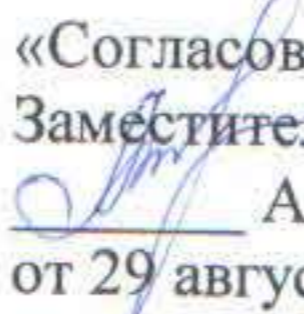



Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №13»

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от 28.08.2019

«Согласовано»  
Заместитель директора по ВР  
 А.Ш.Аджиныязова  
от 29 августа 2019г.

«Утверждаю»  
Директор МКОУ СОШ № 13  
 Ф.К.Муслимова  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от 30 августа 2019г.



**Программа**  
**секции «Волейбол»**  
**руководитель: Дусенбиев С.М-А.**  
**2019 -2024 учебный год**

## **Секция спортивных игр: «волейбол»**

**Программа секции «волейбол» адресована:** детям – подросткам, обучающимся в 5-11<sup>ом</sup> классе.

В состав кружка необходимо включать учащихся основной и подготовительной медицинских групп, прошедших медицинский осмотр, и по результатам осмотра, имеющих допуск к занятиям в секции спортивных игр «Волейбол».

### **Цель занятий:**

-формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школ города, пропаганда ЗОЖ.

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- теоретическое и практическое обучение игре в волейбол;
- обучение учащихся жизненно- важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование сборной, приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на городских соревнованиях,

### **Задача занятий:**

- выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства;
- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- участвовать в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость.
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы,
- воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь.

### **Место и время проведения занятий:**

Занятия секции спортивных игр «волейбол» проводятся в спортивном зале МКОУ СОШ №13 и в сельском спортивном зале: 2 раза в неделю по 3 часа(астрономический час 40 мин)

### **Методическое обеспечение реализации программы**

#### **секции спортивных игр: «волейбол»:**

1.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов

Раздел 3.

*Часть 1.* п.1.4.2. Спортивные игры.

Программный материал по спортивным играм

Волейбол (юноши и девушки)

*Часть 111.* Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол.

Данная Программа составлена на основе авторской Программы доктора педагогических наук В.И.Лях и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, допущенной Министерством образования Российской Федерации. (2018г).

2. Тематическое планирование уроков физической культуры по разделу учебной программы: «Волейбол» для учащихся 5 -11 класса МОКУ СОШ № 13 на 2019 -2024 учебный год, учитель физической культуры Дусенбиев С.М-А.

3. Тематическое планирование секции спортивных игр: «волейбол» для учащихся 5-11 класса МКОУ СОШ №13 на 2020-2024 учебный год, руководитель спортивной секции Дусенбиев С.М-А.

#### **Механизм реализации программы секции спортивных игр «волейбол»:**

Деятельность по реализации программы осуществляет учитель физической культуры МКОУ «СОШ №13 Дусенбиев С.М-А.,

Общий контроль исполнения программы осуществляет директор МКОУ СОШ №13, Текущий контроль- заместитель директора по ВР Аджиньязова А.Ш.

#### **Условия реализации программы секции спортивных игр «волейбол»:**

#### Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, пополнение материальной базы волейбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

#### Педагогические условия:

-учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;  
-соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;  
-создание условий для развития личности подростка и его способностей.

#### Методические условия:

- наличие необходимой документации;  
- программы деятельности спортивной секции;  
- тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

#### **Ожидаемые результаты работы**

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол,
3. Участие в спартакиаде школы по волейболу, формирование сборной команды для участия в районе
4. Выполнение начальных спортивных разрядов.
5. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях.
6. Решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечёт молодёжь от правонарушений и положительно повлияет на обстановку в городе.
7. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию молодёжи.

### **Программа секции спортивной игры: «Волейбол» Пояснительная записка.**

Программа секции предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на два года обучения.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу занимающимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Задачи секции заключаются в содействии физическому развитию детей и подростков, воспитанию гармонично развитых активных членов общества, стойких защитников Родины.

Непосредственными условиями выполнения этих задач является многолетняя, целенаправленная подготовка учащихся: привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка общественных физкультурных организаторов (инструкторов и судей) по волейболу для школьного коллектива физической культуры, по месту жительства и активных помощников в летних лагерях отдыха.

Основной принцип работы секции по волейболу - выполнение программных требований по физической, технической, тактической теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях.

Основной целью занятий, работы в группах начальной подготовки является:

- дальнейшая технико-тактическая подготовка юных волейболистов, а также
- знакомство с игровой специализацией по функциям игроков.

В процессе занятий в группах начальной подготовки решаются задачи: укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;

- содействие правильному физическому развитию детей и подростков;
- повышение общей физической подготовленности;
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- дальнейшее изучение и совершенствование основ техники и тактики игры;
- приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- подготовка и выполнение нормативных требований по видам подготовки.

### **Цель занятий:**

- формирование интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ.
- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- обучение учащихся жизненно- важным двигательным навыкам и умениям;
- теоретическое и практическое обучение игре в волейбол;
- воспитание гармонично развитых активных членов общества, стойких защитников Родины;
- подготовка общественных физкультурных организаторов (инструкторов и судей) по волейболу для школьного коллектива физической культуры.
- формирование сборной, приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на городских соревнованиях,

### **Задача занятий:**

- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость.
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы,
- воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь.
- участвовать в спартакиаде школ и в городских соревнованиях по волейболу;

В годичном цикле учебно тренировочных занятий в группах начальной подготовки уменьшается объём общей физической подготовки и увеличивается объём тактической подготовки.

Учебные группы секции комплектуются вместе для мальчиков и девочек. Занятия в секции проводятся 2 раза в неделю по 3 часа.(астрономический час 40 мин)

Для успешного овладения программным материалом необходимо сочетать занятия в секции с самостоятельной работой, которая предлагается учащимся в виде заданий, разработанных руководителям секции совместно с занимающимися.

В секцию принимаются дети, имеющие разрешение родителей и допущенные школьным врачом к занятиям физической культурой. В дальнейшем они проходят медицинский контроль 2 раза в год.

Два раза в год (октябрь, июль) в группах начальной подготовки проводятся контрольные испытания по общей, специальной физической и технической подготовке.

### **Условия реализации программы секции спортивных игр «Волейбол»:**

Для более успешной и квалифицированной работы секции рекомендуется на основе распределения объёмов компонентов тренировки в годичном цикле составлять распределение объёмов компонентов учебно-тренировочных занятий по недельным циклам : 36 недель (216ч. в год).

### **Материально-технические условия:**

Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

- |                            |                   |
|----------------------------|-------------------|
| 1. Сетка волейбольная      | - 1 штуки.        |
| 2. Стойки волейбольные     | - 2 штуки.        |
| 3. Гимнастическая стенка   | - 6 – 8 пролётов. |
| 4. Гимнастические скамейки | - 3 - 4 штуки     |
| 5. Гимнастические маты     | - 10 штуки.       |
| 6. Скакалки                | - 20 штук.        |
| 7. Мячи набивные малые     | - 30 штук.        |
| 8. Обручи                  | - 20 штук.        |
| 9. Мячи волейбольные       | - 10 штук.        |
| 10. Медболы                | - 3 штуки         |
| 11. Рулетка                | - 1 штуки.        |

### **Педагогические условия:**

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «Волейбол»;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

#### **Методические условия:**

Для более успешного решения задач необходимо иметь чёткое планирование учебно-тренировочной работы, которое предусматривает следующую документацию:

- программа спортивной секции «Волейбол»;
- годовой план - график прохождения материала;
- журнал учёта работы, посещаемости.

Занятия по волейболу должны носить учебно-тренировочную направленность. В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры и навыки инструктора-общественника.

С этой целью в учебно-тренировочных группах, на занятиях назначать помощников тренера и давать им задания по проведению упражнений по общей физической подготовке, по обучению и совершенствованию техники и тактики игры

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

Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства.

Необходимо научить занимающихся организовывать соревнования в группе, в школе, в летнем лагере отдыха. Каждый член секции должен уметь вести технический протокол игры, уметь по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов.

Руководитель секции должен систематически следить за успеваемостью своих воспитанников в общеобразовательной школе, поддерживать контакт с родителями, учителями, классными руководителями. Он должен прививать навыки к общественно полезному труду, сознательному отношению к занятиям. Воспитывать такие качества, как чувство товарищества, смелость, воля к победе.

Вся воспитательная работа в секции волейбола осуществляется в соответствии с планом воспитательной работы МКОУ «СОШ № 13

#### **Методическое обеспечение реализации программы секции «волейбол»:**

1. Программа для внешкольных учреждений Министерства просвещения, М. 1986г.

2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2018г.

Раздел 3. X-XI классы. *Часть 1.* п.1.4.2. Спортивные игры.

Программный материал по спортивным играм (X-XI классы) Волейбол (юноши и девушки)

*Часть 111.* Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол.

(Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2018г).

3. Железняк Ю.Д. «К мастерству в волейболе», М., «Физкультура и спорт», 1978г.

4. Фурманов А.Г. «Волейбол в школе», 1987г.

5. Фурманов А.Г. «Волейбол на лужайке, в парке, во дворе» - Изд. 2-е, испр., доп., М., «Физкультура и спорт», 1982г.

**Программа секции «Волейбол» адресована:** детям – подросткам в возрасте от 11 до 17 лет .

#### **Место и время проведения занятий:**

Занятия секции спортивных игр «волейбол» проводятся в спортивном зале МКОУ СОШ №13 и в сельском спортивном зале: 2 раза в неделю, по 3 час (астрономический час 40 мин).

#### **Контроль за деятельностью по реализации программы секции «Волейбол»:**

- Деятельность по реализации программы осуществляет учитель физической культуры :

МКОУ СОШ №13

- Общий контроль исполнения программы осуществляет директор МКОУ СОШ №13

- Текущий контроль- заместитель директора по ВР МКОУ СОШ №13 Адиньязова А.Ш.

### Ожидаемые результаты работы:

- учащиеся овладевают техникой и тактикой игры в волейбол;
- овладевают строевыми командами и подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки);
- учащиеся приобретают навыки инструктора-общественника;
- самостоятельно осуществляют практическое судейство игры волейбол;
- могут организовывать соревнования в группе, в школе, в лагере отдыха;
- умеют вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов;
- комплектование сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников Нефтекумского городского округа по волейболу,
- выполнение начальных спортивных разрядов.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний		9	-	Беседа, рассказ
2.	Освоение техники передвижений	9	-	9	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
3.	Освоение техники приемов и передач мяча	60	-	60	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
4.	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	78	-	78	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5.	Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	33	-	33	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
6.	Овладение тактикой игры в нападении.	9	-		Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
7.	Овладение тактикой игры в защите	3	-		Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
8.	Овладение организаторскими способностями	15	3	12	Учебно-тренировочные игры Соревнования
	ИТОГО:	216	12	204	

### Календарно-тематическое планирование.

№	Раздел	Кол-во часов		Дата		Форма контроля
		теория	практика	по	по	

п/п	Тема занятий			плану	факту	
	<b>1 Основы знаний</b>	<b>9</b>				
1	Комплектование группы (только 1 год)  Вводный инструктаж по ТБ Правила игры в волейбол Основные понятия об игре в волейбол.	3	-			Беседа, рассказ
2	Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикауляция судей.	3	-			Беседа, рассказ
3	Технико-тактические действия в защите и в нападении.	3	-			Беседа, рассказ
	<b>2 Освоение техники передвижений</b>		<b>9</b>			
4	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча.  Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
6	Перемещения. Прыжки на месте, у сетки, после перемещений и остановки; сочетание способов перемещений с остановками, прыжками, техническими приемами.		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>3 Освоение техники приемов и передач мяча</b>		<b>60</b>			
7-8	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Передача мяча сверху двумя руками; над собой и после перемещения различными способами; в парах; в треугольнике; Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
9-10	Развитие физических качеств: силы, быстроты,		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

	прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. передачи в стену; на точность с собственного подбрасывания и партнёра. Учебная игра					группах. Учебная игра
11-12	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Командные действия. Система игры со второй передачи игроком передней линии: приём подачи и первая передача в зону 3 (2) Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
13-14	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Командные действия. Система игры со второй передачи игроком передней линии: приём подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
15-16	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4 и 2; Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17-18	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при второй передаче игроков зон 3, 4, 2; Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
19-20	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Групповые действия волейболистов. Взаимодействие при первой передаче игроков зон 6, 5, 1		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра



	и 3, 4, 2 при приёме подачи. Учебная игра					
21- 22	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча. Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
23- 24	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
25- 26	Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Перемещение игроков при приёме мяча: сочетание стоек и перемещений, способов перемещений Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>4 Освоение техники подачи мяча и приема подач.</b>		78			
27- 28	Приём подачи.  Подающие поочередно подают мяч. На противоположной стороне площадки игроки принимают мяч к сетке в зону 3. В зоне 3 игрок отбивает мяч через сетку. Выполнив предварительно передачу над собой. После 3-4 подач принимающие смещаются по кругу. Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29- 30	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.  Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; Нижняя прямая (боковая); в стену - расстояние 6-9м,		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

	отметка на высоте 2м. Учебная игра					
31-32	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.  Стойки основная, низкая; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом. Нижняя прямая (боковая); через сетку — расстояние 6м, 9м;  Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
33-34	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.  Стойки основная, низкая; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений. Нижняя прямая (боковая); из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую половины площадки.  Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
35-36	Приём подачи  Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
37-38	Приём подачи  Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
39-40	Приём подачи  Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
41-42	Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
43-	Верхняя прямая подача с		6			Показ. Тренировочные

44	вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра					упражнения. Работа в группах. Учебная игра
45-46	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
47-48	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
49-50	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
51-52	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий</b>		<b>33</b>			
53-54	Атакующие удары. Прямой нападающий удар; ритм разбега в три шага; ударное движение кистью по мячу: стоя у стены; удар через сетку, подброшенному партнером; удар с передачи.  Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
55-56	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
57	Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
58	Нападающий удар без поворота туловища (с		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

	переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра					группах. Учебная игра
59-60	Упражнения на развитие прыгучести.  Прыжковые упражнения с отягощениями и без них.  Прыжки с места, с разбега, доставая баскетбольный щит, кольцо. Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра		6			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
61	Упражнения на развитие прыгучести. Прыжки из глубокого приседа.  Прыжки со скакалкой на двух ногах (варианты: с ноги на ногу; с продвижением вперед; на одной ноге; в приседе; высоко поднимая бедра). Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
62	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
63	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>6 Овладение тактикой игры в нападении.</b>		<b>9</b>			

64	Нижняя прямая, верхняя прямая подачи по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
65	Групповые тактические действия в нападении: взаимодействие игрока зоны 6 с игроком зоны 3. Учебно – тренировочная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	Групповые тактические действия в нападении: взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>7 Овладение тактикой игры в защите</b>		<b>3</b>			
67	Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями. Учебная игра		3			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	<b>8 Овладение организаторскими способностями</b>	<b>3</b>	<b>12</b>			
68	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.	3				Учебно-тренировочные игры Соревнования
69	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 6-7кл.		3			Учебно-тренировочные игры Соревнования
70	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 8-9 кл.		3			Учебно-тренировочные игры Соревнования
71	Организация и проведение соревнований на первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 10-11кл.		3			Учебно-тренировочные игры Соревнования
72	Товарищеские встречи между командами близлежащих школ		3			Учебно-тренировочные игры Соревнования
	<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>204</b>			

**Примечание:** 4 часа теоретических занятий проводятся в течение всего курса практических

