****

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая модульная программа **«Волейбол»** имеет физкультурно - спортивную направленность, профиль - физкультурно-оздоровительный. Разработана на основе требований:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
3. [Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](http://dopedu.ru/attachments/article/87/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%B7%20%D0%94%D0%9E%D0%9F.pdf) (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008).
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).
5. Общих требований к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодежной политики, применяемых при расчете объема субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.092015 № 1040).
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
7. О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 № 09-3564).
8. Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерства образования и науки РФ от 11.12. 2006 №06-1844).
9. Об учете результатов внеучебных достижений обучающихся (Приказ Министерства образования Московской области от 27.11.2009 № 2499).
10. Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 26.08.2013 № 10825

***ВОЛЕЙБОЛ***-это всенародно любимая командная игра с мячом, в которую играют и взрослые, и дети. В переводе с английского ***volleyball*** можно перевести как «ударить мяч на лету». Играют в эту игру двумя командами на специальной площадке.

Волейбол - один из способов физического развития детей и подростков. Они позволяют снять физическую усталость с мышц, достичь эмоционального переключения с одного вида деятельности на другой. Волейбол - важный источник радостных эмоций. Эта спортивная игра стимулируют активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, совершенствованию всех психических и физиологических процессов. Волейбол формируют положительные нравственные качества у обучающихся. Доброта, взаимопомощь, поддержка, смелость, внимательность, взаимовыручка, «командный дух» высоко ценятся среди играющих. Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, внимания, восприятия, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание).

***НОВИЗНА*** данной программы состоит в том, что центр тяжести обучения смещен в сторону ценностных ориентаций оздоровления и повышения уровня физической подготовленности юношей и девушек. Для этого программа разделена на отдельные модули: «Основы знаний», «Техника игры», «Тактика игры», «Учебные и контрольные игры».

***АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ*** (направленность - физкультурно-спортивная)

Волейбол занимает одно из приоритетных мест в физическом воспитании школьников, благодаря своей воспитательной, оздоровительной и образовательной направленности среди других видов спортивной деятельности. Исследования, проведенные в последние годы, убедительно показали его большое значение, как оздоровительной функции, обеспечивающей эффективное развитие основных двигательных и координационных способностей, доступной формы реализации физической активности, индивидуально приемлемой для каждого человека. В связи с этим представляется важным и необходимым целенаправленное и интенсивное освоение волейбола детьми и подростками, актуализированного в здоровом стиле их жизни, во всех регионах Российской Федерации.

***ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ*** программы объясняется успешным формированием физических навыков, развитием интеллекта подростка через спортивные игры. Целый ряд специальных заданий на наблюдение, сравнение, домысливание, моментальное принятие решения служат для достижения этого. Программа направлена на то, чтобы через спортивную игру и физическую культуру приобщить обучающихся к здоровому образу жизни.

***ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ОСОБЕННОСТЬ*** данной образовательной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что занятия в кружке «Волейбол»– это не просто занятия физической культурой, это свободное творческое самовыражение. Нет «правильного и неправильного» выполнения, хотя и решаются образовательные задачи – это возможность свободно выразить свои мысли, чувства, идеи, фантазии, переживания, снять эмоциональное и физическое напряжение различными способами, в различных видах двигательной деятельности. Миссия педагога показать, познакомить подростка с различными техническими приемами игры. А обучающийся самостоятельно определяет замысел, форму, двигательное решение, а также самостоятельно контролируют последовательность действий в соответствии с игрой. Заметно отличаются стиль общения, методы и приемы взаимодействия учеников и педагога, детей друг с другом, родителей и педагога, т.к. педагог - равноправный партнер, а за каждым участником кружка остается право выбирать меру участия в групповом взаимодействии.

 Именно такой подход педагога к организации занятий отличает работу данного кружка.

***АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ*.** Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 13 - 15 лет, желающих заниматься спортивными играми, имеющими навыки спортивных игр на уровне общеобразовательной школьной программы, соответствующей возрасту, и входящими в 1-2 группы здоровья.

***ФОРМА ОБУЧЕНИЯ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ.*** Программа кружка «Волейбол» предполагает групповую форму обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Итого 72 часа в год. Срок реализации программы – 1 год.

***ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ*:** удовлетворить потребность школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества; содействовать всестороннему развитию личности; приобщать обучающихся к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

***ОСНОВНЫМИ ЗАДАЧАМИ*** данного курса являются:

Образовательные:

1.Обучить теоретическим основам волейбола.

2.Обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча.

3.Обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям.

4.Сформировать систему навыков соревновательной деятельности по волейболу.

Развивающие:

1.Развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.

2.Развитие и укрепление опорно-двигательного и суставно-связочного аппарата.

3. Развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости. скоростно-силовых качеств) для успешного овладения навыками игры в волейбол.

Воспитательные:

1.Привлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом (волейболом).

2.Формирование здорового образа жизни.

3.Воспитание умения действовать в команде.

4.Формирование стойкого интереса к занятиям, трудолюбия.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

*В ходе занятий учащиеся смогут:*

1. Развить природные данные для быстрого роста мастерства;

2. Овладеть теоретическими и практическими основами игры в волейбол,

3. Участвовать в спартакиаде школы по волейболу и формировании сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников по волейболу;

4. Выполнять нормы начальных спортивных разрядов;

5. Приобрести необходимые волевые, психологические качества для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях;

6. Решать проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечет подростков от правонарушений и положительно повлияет на обстановку в городе.

***ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

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

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

*Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий*

Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

 ***ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

*Иметь представление*об истории развития волейбола в России, о правилах личной гигиены, профилактики травматизма. Технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе. Играть в волейбол по упрощенным правилам.

 ***МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

*Учащиеся научатся:*

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя. Понимать цель выполняемых действий. Различать спортивные игры.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

Принимать решения, связанные с игровыми действиями; взаимодействовать друг с другом на площадке. Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

***ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ*.** Форма итоговой аттестации программы –спортивные соревнования в конце года. Два раза в год (декабрь, май) в учебно-тренировочных группах проводятся контрольные испытания по общей, специальной физической и технической подготовке.

Так же участие обучающихся в соревнованиях, турнирах в школьном спортивном клубе «Олимпиец», в Спартакиаде образовательных учреждений Одинцовского муниципального района в течение учебного года.

***КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ****.* Реализацию программы обеспечивает учитель физической культуры, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении дополнительной образовательной деятельности.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа кружка «Волейбол» рассчитана на 72 часа (2 раза в неделю). Продолжительность занятия по данной программе составляет 45 минут.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Всего часов | Формы аттестации/ контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Основы знаний | 10 |  | 4 |  | 6 |  | Текущий |
| 2 | Техника игры | 28 |  |  2 |  | 28 |  | Текущий |
| 3 | Тактика игры | 22 |  | 9 |  | 14 |  | Текущий |
| 4 | Учебные и контрольные игры | 12 |  |  |  | 15 |  | Соревнования |
|  | Всего: | 72 |  | 15 |  | 63 |  |  |

Примерное распределение времени в отдельном занятии по технической, тактической и физической подготовке представлено в таблице№ 2. Распределение времени осуществлено с учетом продолжительности секционного занятия. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Виды подготовки** | **Время (мин.)** |
| **1** | **Техническая подготовка** | 30 |
|  | 1.1Имитационные упражнения без мяча | 3 |
|  | 1.2Прием и передача мяча сверху | 7 |
|  | 1.3Прием и передача мяча снизу. | 8 |
|  | 1.4Подачи мяча. | 12 |
| **2** | **Тактическая подготовка** | 15 |
|  | 2.1Действия игрока в защите | 7 |
|  | 2.2Действия игрока в нападении | 8 |
| **3** | **Физическая подготовка** | 25 |
|  | 3.1Общая | 15 |
|  | 3.2Специальная | 10 |
| **4** | **Игра в волейбол.** | 20 |

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

 Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности подростка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

 В процессе игры подростки учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

***Весь материал разделяется на модули:***

**Модуль №1. «Основы знаний»**

***Теоретическая подготовка.***

1. Развитие волейбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка волейболиста.
4. Техническая подготовка волейболиста.
5. Тактическая подготовка волейболиста.
6. Психологическая подготовка волейболиста.
7. Соревновательная деятельность волейболиста.
8. Организация и проведение соревнований по волейболу.
9. Правила судейства соревнований по волейболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий волейболу.

***Физическая подготовка.***

**1. Общая физическая подготовка.**

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (опорный прыжок, стенка, скамейка,).
1.2. Подвижные игры.
1.3. Эстафеты.
1.4. Полосы препятствий.
1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

**2. Специальная физическая подготовка.**

2.1. Упражнения для развития быстроты движений волейболиста.
2.2. Упражнения для развития специальной выносливости волейболиста.
2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.
2.4. Упражнения для развития ловкости волейболиста.

**Модуль №2. «Техника игры»**

**1. Упражнения без мяча.**

1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на две ноги.
1.2. Передвижение пригибными шагами правым (левым) боком:

с разной скоростью;

в одном и в разных направлениях.

1.3. Передвижение правым – левым боком приставными и с крестными шагами.
1.4. Передвижение в стойке волейболиста.
1.5. Остановка скачком после ускорения.
1.6. Имитация стоек волейболиста.
1.7. Имитация переходов (смены зон) в волейболе.

**2. Передача и приём мяча.**

2.1. Передача двумя руками сверху.

2.2. Передача одной рукой сверху.
2.3. Передача двумя руками снизу.
2.4. Приём в падении вперёд.
2.5. Приём в падении.
2.6. Приём одной рукой в падении.
2.7. Приём в падении в сторону.
2.8. Возврат мяча.
2.9. Приём удара «в игрока».

**3. Подачи мяча.**

3.1. Нижняя прямая подача.
3.2. Нижняя боковая подача.
3.3. Верхняя прямая подача.
3.4. Верхняя боковая подача.
3.5. Верхняя прямая подача в прыжке с разбега.

**4. Нападающий удар и блокирование.**

4.1. Прямой нападающий удар.
4.2. Боковой нападающий удар.

4.3. Одиночный блок.

4.4. Двойной блок.

4.5. Тройной блок.

**Модуль №3. «Тактика игры»**

Индивидуальная тактика подач.
2. Индивидуальная тактика передач мяча.
3. Индивидуальная тактика применения нападающего удара.
4. Индивидуальная тактика приёма мяча.
6. Индивидуальная тактика блока.
7. Групповые тактические действия в нападении.
8. Групповые тактические действия в защите.

**Модуль №4. «Учебные и контрольные игры»**

1. Игра в волейбол 3х3.

2. Игра в волейбол 4х4.

3. Игра в волейбол 6х6.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов. Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2015.-77с.: ил.-(Работаем по новым стандартам).
2. Железняк Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура». – М. Издательский центр Академия, 2004 г.
3. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: : Учитель, 2015.- 251с
4. Муратиди И.К.; Физическая подготовка волейболистов.-Старый Оскол, Б.И.,2007.

[Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2006](http://2dip.su/%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA_%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B/7629)

 ***Оборудование и инвентарь:***

1. Волейбольная сетка- 1 шт.

2. Гимнастическая стенка -6 пролетов

3. Гимнастические скамейки -4 шт.

4. Гимнастические маты - 12 шт.

5. Скакалки - 30 шт.

6. Мячи набивные (1 кг) - 15 шт.

7. Мячи волейбольные - 15 шт.

8. Фитболы – 5 шт.

9. «Козел» для выполнения опорного прыжка.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ

Одинцовской СОШ №12

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В. Холина

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ВОЛЕЙБОЛ»

(стартовый уровень)

год обучения: 1

группа: 1,2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Месяц  | Число  | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| **Модуль №1. «Основы знаний»** |
| 1 | сентябрь | 3 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Инструктаж по ОТ. Физическая культура и спорт в России; развитие волейбола в России и за рубежом.  | Спортивный зал | текущий |
| 2 | сентябрь | 4 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Развитие волейбола в России и за рубежом. | Спортивный зал | текущий |
| 3 | сентябрь | 10 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Правила игры и соревнований. Техника передач. | Спортивный зал | текущий |
| 4 | сентябрь | 11 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Правила игры и соревнований. Техника передач. | Спортивный зал | текущий |
| 5 | сентябрь | 17 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Техника передач. | Спортивный зал | текущий |
| 6 | сентябрь | 18 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Техника передач | Спортивный зал | текущий |
| 7 | сентябрь | 24 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка перемещения игроков по площадке | Спортивный зал | текущий |
| 8 | сентябрь | 25 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка перемещения игроков по площадке | Спортивный зал | текущий |
| 9 | октябрь | 1 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка перемещения игроков по площадке | Спортивный зал | текущий |
| 10 | октябрь | 2 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка перемещения игроков по площадке | Спортивный зал | текущий |
| **Модуль №2. «Техника игры»** |
| 11 | октябрь | 8 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка приема мяча снизу двумя руками, после подачи игроком | Спортивный зал | текущий |
| 12 | октябрь | 9 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка приема мяча снизу двумя руками, после подачи игроком | Спортивный зал | текущий |
| 13 | октябрь | 15 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка приема мяча снизу двумя руками, после подачи игроком | Спортивный зал | текущий |
| 14 | октябрь | 16 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка приема мяча снизу двумя руками, после подачи игроком | Спортивный зал | текущий |
| 15 | октябрь | 22 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача через сетку. Прием мяча | Спортивный зал | текущий |
| 16 | октябрь | 23 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача через сетку. Прием мяча | Спортивный зал | текущий |
| 17 | ноябрь | 5 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача мяча из 1 зоны в 6,5, 2 зоны | Спортивный зал | текущий |
| 18 | ноябрь | 6 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача мяча из 1 зоны в 6,5, 2 зоны | Спортивный зал | текущий |
| 19 | ноябрь | 12 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача мяча из 1 зоны в 6,5, 2 зоны | Спортивный зал | текущий |
| 20 | ноябрь | 13 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая подача мяча из 1 зоны в 6,5, 2 зоны | Спортивный зал | текущий |
| 21 | ноябрь | 19 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Верхняя прямая подача мяча | Спортивный зал | текущий |
| 22 | ноябрь | 20 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Верхняя прямая подача мяча | Спортивный зал | текущий |
| 23 | ноябрь | 26 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Подвижные игры и эстафеты | Спортивный зал | текущий |
| 24 | ноябрь | 27 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Подвижные игры и эстафеты | Спортивный зал | текущий |
| 25 | декабрь | 3 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 26 | декабрь | 4 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 27 | декабрь | 10 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 28 | декабрь | 11 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 29 | декабрь | 17 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча стоя спиной к партнеру. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 30 | декабрь | 18 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 31 | декабрь | 24 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча стоя спиной к партнеру. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 32 | декабрь | 25 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 33 | январь | 1 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 34 | январь | 7 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 35 | январь | 8 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 36 | январь | 14 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Игра в нападении через игрока передней линии | Спортивный зал | текущий |
| 37 | январь | 15 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Игра в нападении через игрока передней линии | Спортивный зал | текущий |
| **Модуль №3. «Тактика игры»** |
| 38 | январь | 21 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Тактика нападающих ударов (силовые, переводящие, обманные передачи) | Спортивный зал | текущий |
| 39 | январь | 22 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Тактика нападающих ударов (силовые, переводящие, обманные передачи) | Спортивный зал | текущий |
| 40 | январь | 28 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Тактика нападающих ударов (силовые, переводящие, обманные передачи) | Спортивный зал | текущий |
| 41 | февраль | 4 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Подвижные игры и эстафеты | Спортивный зал | текущий |
| 42 | февраль | 5 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Подвижные игры и эстафеты | Спортивный зал | текущий |
| 43 | февраль | 11 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Верхняя передача мяча с падением и перекатом на бедро, спину | Спортивный зал | текущий |
| 44 | февраль | 12 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Подвижные игры и эстафеты | Спортивный зал | текущий |
| 45 | февраль | 18 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Верхняя передача мяча с падением и перекатом на бедро, спину | Спортивный зал | текущий |
| 46 | февраль | 19 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Верхняя передача мяча с падением и перекатом на бедро, спину | Спортивный зал | текущий |
| 47 | февраль | 25 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка передачи мяча друг другу снизу. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 48 | февраль | 26 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Отработка передачи мяча друг другу снизу. Учебная игра в волейбол | Спортивный зал | текущий |
| 49 | март | 4 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая и боковая подачи через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 50 | март | 5 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя прямая и боковая подачи через сетку. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 51 | март | 11 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя боковая подача из зоны 1 в 4,5,2 зоны. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 52 | март | 12 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Нижняя боковая подача из зоны 1 в 4,5,2 зоны. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 53 | март | 18 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Прямая верхняя подача, отбивание мяча кулаком. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 54 | март | 19 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Прямая верхняя подача, отбивание мяча кулаком. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| **Модуль №4. «Учебные и контрольные игры»** |
| 55 | март | 25 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку | Спортивный зал | текущий |
| 56 | март | 26 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча в прыжке через сетку | Спортивный зал | текущий |
| 57 | апрель | 1 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Учебная игра. Передача мяча в прыжке через сетку | Спортивный зал | текущий |
| 58 | апрель | 2 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 59 | апрель | 8 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 60 | апрель | 9 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 61 | апрель | 15 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 62 | апрель | 16 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Сочетание способов перемещений. Прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 63 | апрель | 22 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра | Спортивный зал | текущий |
| 64 | апрель | 23 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Передача мяча снизу двумя руками. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 65 | май | 6 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 66 | май | 7 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 67 | май | 13 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 68 | май | 14 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 69 | май | 20 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 70 | май | 21 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 71 | май | 27 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| 72 | май | 28 | 17.00-17.45 | групповая | 1 | Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | текущий |
| ***ИТОГО:*** *72 часа* |  |  |  |  |  |  |  |  |