

Департамент образования Мэрии г. Грозного
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 26» г. Грозного

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

Утверждена

Приказом № 85/01-19 от
«03» сентября 2024 г.

Директор МБОУ «СОШ № 26» г. Грозного
Р. А. Устаханова



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Волейбол»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: разноуровневый

Возрастная категория участников: 11 - 15 лет

Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:
Яхиев Ибрагим Александрович,
педагог дополнительного образования

Грозный, 2024 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ «СОШ № 26» г. Грозного

Экспертное заключение (рецензия) №5 от «03» сентября 2024 г.

Эксперт Ешуркаев Ибрагим Магомедович

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Нормативно-правовые основы разработки программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями, приказ Минпросвещения РФ от 2 февраля 2021 г. № 38, (изменения вступают в силу с 25 мая 2021 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.».

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» является программой физкультурно-спортивной направленности. Ее цель и задачи направлены на развитие физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков; воспитание волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества

1.3. Уровень освоения программы.

Содержание программы является разноуровневой:

- 1-й год – стартовый (начальный);
- 2-й год – базовый;
- 3-й год – продвинутый (углубленный).

Дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе характерно содействие освоению знаний в области физической культуры и спорта, формированию и совершенствованию технико-тактических умений и навыков в избранном виде спорта, комплексному развитию двигательных качеств и способностей, обусловленных содержанием учебного материала.

Спортивная деятельность, в частности занятия волейболом, приобщает обучающихся к здоровому образу жизни, физически совершенствует, мотивирует на достижение высокого спортивного результата, воспитывает волевые качества, формирует духовно-нравственные ценности.

1.4. Актуальность программы определяется её возможностями удовлетворять запросы учащихся, используя потенциал их свободного времени, опираясь на личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию. В настоящее время растёт спрос со стороны родителей и детей на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, так как дети, занимающиеся спортом, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников. Игра – основной вид деятельности, эффективное средство физического воспитания, подготовка к жизни и труду. Волейбол, как спортивная игра, имеет очень широкий спектр средств формирования личности ребенка, широко используется как средство укрепления его физического и психического здоровья.

Педагогическая целесообразность занятий в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, позволяет решить проблему рационального

использования свободного времени детей, формирования физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Основная функция профориентации как социально-педагогической системы – формирование готовности обучающихся в учреждениях дополнительного образования детей к профессиональному самоопределению в определенной сфере труда с учетом их интересов, склонностей, желаний, психофизических возможностей и потребностей рынка труда. Процесс профессиональной ориентации обучающихся в системе дополнительного образования включает в себя следующие компоненты: целевой; мотивационный; информационный; деятельностный; творческий; диагностический. Освоив данную программу, учащиеся имеют хорошую возможность стать тренерами, педагогами дополнительного образования физкультурно - спортивной направленности.

1.5. Отличительные особенности программы.

Данная программа составлена с использованием специальной литературы по обучению волейболу. Базовыми документами, использованными при компоновке содержания дополнительной программы, являются: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М: Советский спорт, 2009. – 112 с.: учебное пособие – Рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы. Лях В. И. Просвещение – М: 2020 – 104 с.

В программе задействованы методики обучения игре в волейбол, которые на данный момент являются наиболее современными и используются при подготовке волейболистов. Программа позволяет варьировать нагрузку ребёнка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации. Особенностью данной программы является подготовка детей к региональным соревнованиям и Всероссийской открытой Спартакиаде среди обучающихся организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности (по волейболу). Соревнования проводятся в соответствии с планом мероприятий образовательной организации.

Начальный уровень (Н)

На начальном этапе обучения – учащиеся знакомятся с содержанием игры, её правилами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовленности, как основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным для волейбола средствам физического воспитания.

Основные задачи этапа:

- формирование интереса к систематическим занятиям физической культурой и выбранным видом спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание черт спортивного характера;
- овладение основами техники игры и основами соревновательной деятельности.

Базовый уровень (Б)

На базовый уровень зачисляются дети, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача). На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выполнение контрольных нормативов для зачисления на следующий этап подготовки, участие в соревнованиях.

Основные задачи этапа:

- улучшение состояния здоровья и закаливание;

- устранение недостатков физического развития;
- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям волейболом, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни;
- обучение основам техники игры в волейбол и широкому кругу двигательных навыков;
- приобретение учащимися разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- формирование социально-значимых качеств личности;

Углубленный уровень (У)

Группы углубленного уровня формируются на конкурсной основе из учащихся, прошедших подготовку не менее одного года, выполнивших переводные нормативы по общефизической подготовке.

Основные задачи этапа:

- укрепление здоровья, закаливание;
- устранение недостатков в уровне физической подготовленности;
- освоение и совершенствование техники игры в волейбол;
- планомерное повышение уровня общей, специальной физической подготовленности, гармоничное совершенствование основных физических качеств;
- формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке, интеллектуальной, психологической и тактической подготовки;
- формирование профессионально ориентированной и адаптированной личности;
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
- профилактика вредных привычек.

Программы включает: методику и содержание работы по предметной области;

- методические материалы;
- требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы.

Образовательная деятельность осуществляется по следующим разделам:

Теоретическая подготовка;

Общефизическая подготовка;

Основные умения и навыки игры в волейбол;

Подвижные и спортивные игры;

Соревнования.

Основные методы работы: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Результатом образовательной деятельности детей по программе «Волейбол» являются показатели, характеризующие оздоровление и развитие воспитанников:

- улучшение физических кондиций;
- рост уровня развития физических качеств;
- освоение основных приёмов и навыков игры в волейбол;
- рост личностного развития ребёнка;
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни;
- умение оценивать свои достижения.

Для определения эффективности образовательного процесса применяются следующие **формы педагогического контроля:**

Теоретическая подготовка: опрос, собеседование, экзаменационные формы.

Общефизическая подготовка: тестирование.

Освоение программного материала: тестирование, наблюдения, контрольные задания.

1.6. Цель и задачи программы.

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию жизненно важных, а также специфических, присущих спортивным играм,

индивидуальных, групповых и командных технико-тактических двигательных умений и навыков, формированию духовно-нравственных и волевых качеств личности.

Цель программы – повышение уровня физической подготовки обучающихся, способствующее совершенствованию необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, посредством игры в волейбол.

Основными педагогическими задачами программы являются:

образовательные:

- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в области физической культуры и осваиваемой спортивной игры;
- изучить основы техники и тактики игры;
- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;

формировать здоровый образ жизни;

развивающие

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;
- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
- развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
- содействовать правильному физическому развитию;
- развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
- развивать специальные технические и тактические навыки игры;
- подготовить учащихся к соревновательной деятельности по волейболу;
- содействовать отбору лучших учащихся для занятий в системе дополнительного образования;

воспитательные

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, чувства дружбы, коллективизма и толерантности, дисциплинированности;
- способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
- способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет);
- воспитывать уважение к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентировать на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

1.7. Категория обучающихся

Зачисление в группы осуществляется по желанию ребенка и заявлению его родителей (законных представителей) на основании медицинского заключения об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий волейболом.

Возрастная категория обучающихся – учащиеся учреждений общего образования республики в возрасте 11 – 15 лет.

1.8. Сроки реализации и объем программы

Срок реализации программы – 3 года.

Объем программы – 432 часа.

Продолжительность занятий – 45 минут с 5-ти минутным перерывом.

Академический час длится 45 мин, 10 минут перерыв.

1.9. Формы, средства и методы образовательной деятельности, режим занятий

Формы организации занятий.

Основными формами обучения являются:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;

– игровая (командная) деятельность;

Виды занятий:

теоретические;

практические:

учебно-тренировочные;

инструкторско-методические;

соревнования;

аттестационные (контрольные тесты (нормативы), контрольные задания по технико-тактической подготовке).

Основными средствами обучения являются:

– физические упражнения общей и специальной физической подготовки;

– подводящие и подготовительные физические упражнения, направленные на качественное освоение двигательных действий;

– игровые упражнения, направленные на освоение технических приемов игры.

Методы организации занятий:

– **общепедагогические и специфические методы обучения:** словесные методы, методы наглядного восприятия, практические методы.

Практические методы:

– метод упражнений (методы строго и частично регламентированных упражнений);

– игровой;

– соревновательный;

– круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения структурных элементов или целостного двигательного действия.

Преимущественное использование той или иной группы методов зависит от решаемой педагогической задачи на конкретном этапе обучения.

Игровой и соревновательный метод применяются после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

Режим занятий.

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (144 часа в год)

2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (144 часа в год)

3 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (144 часа в год)

Академический час длится 45 минут.

Продолжительность занятий – 90 минут.

1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.

Освоение общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования предусматривает получение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;

– проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражает все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие и воспитание личности обучающихся.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение.

После окончания первого года обучения учащийся должен знать:

- расстановку игроков на поле;
- правила перехода игроков по номерам;
- правильность счёта по партиям;

уметь:

- выполнять перемещения и стойки;
- выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками;
- выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча;
- выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров;
- выполнять падения.

После окончания второго года обучения учащийся должен:

знать:

- расстановку игроков на поле при приёме и подаче соперника;
- классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе;
- ведение счёта по протоколу;

уметь:

- выполнять перемещения и стойки;
- выполнять приём мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3, 2;
- выполнять передачи мяча снизу над собой в круге;
- выполнять нижнюю прямую, боковую подачу на точность;
- выполнять нападающий удар из зоны 4 с передачи партнёра из зоны 3;
- выполнять обманные действия «скидки».

После окончания третьего года обучения учащийся должен:

знать:

- переход средней линии;
- положение о соревнованиях; способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный;
- обязанности судей;

уметь:

- выполнять передачи мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара;
- выполнять передачи мяча сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;
- выполнять передачу сверху двумя руками в прыжке;
- выполнять верхнюю прямую подачу;
- выполнять нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач;
- выполнять одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.

Проверка качества реализации программы осуществляется на основе анализа результатов выполнения контрольных нормативов и контрольных заданий, участия в соревнованиях и товарищеских играх.

1.6 Матрица дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностики	Методы и педагогические технологии	Результаты	Методическая копилка дифференцированных заданий
Начальный	В области познавательной культуры: личностные – владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; метапредметные – владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; предметные – владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности. В области нравственной культуры: личностные – способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями; метапредметные – способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности; предметные – способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении. В области трудовой культуры: личностные – умение обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; метапредметные – умение обеспечивать оптимальное	Наблюдение, опрос, оценка практической двигательной деятельности по освоению разделов программы; Тестирование, наблюдение, собеседование, педагогический анализ качества выполнения технических приемов игры	Наглядно-практический, словесный, уровневая дифференциация.	Предметные Владение: полученным и знаниями в области физической культуры; основами технических действий Метапредметные Формирование самостоятельного успешного усвоения учащимися новых знаний, познавательных, коммуникативных	Дифференцированными заданиями на этапах разноуровневой подготовки являются: тестирование по теоретическому разделу программы; исходные и заключительные контрольные тесты оценки уровня физической подготовленности; тестовые задания оценки уровней технической подготовленности обучающихся.

	сочетание нагрузки и отдыха; предметные – умение содержать в порядке спортивный инвентарь оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям. В области эстетической культуры: личностные – красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; метапредметные – формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; предметные – культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно. В области коммуникативной культуры: личностные – анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; метапредметные – находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время игровой деятельности; предметные – владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений. В области физической культуры: личностные – владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; метапредметные – владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; предметные – умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.			ивных действий. Личностные Способность к оценке своих поступков и действий других учащихся с точки зрения соблюдения	
--	--	--	--	--	--

Базовый	В области познавательной культуры: личностные – основы знаний о физической культуре; метапредметные – понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; предметные – знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации. В области нравственной культуры: личностные – сознательное отношение к занятиям физкультурно-спортивной направленности; метапредметные – ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности; предметные – умение оказывать помощь занимающимся, при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения. В области трудовой культуры: личностные – добросовестное выполнение учебных заданий; метапредметные – осознанное стремление к освоению новых знаний и умений; предметные – способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, В области эстетической культуры: личностные – красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; метапредметные – постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;	Целенаправленное наблюдение, опрос, оценка качества выполнения заданий по разделам программы, Тестирование, наблюдение, собеседование, педагогический анализ выполнения технических приемов игры	Технология оценивания, учебного труда	Предметные: Знание программного материала. Владение полученным и знаниями, навыками и умениями Метапредметные умение вып. работу в команде, умение выслушать друг друга, организация и планирование тренировочной работы соблюдения в процессе деятельность и правил безопасност и Личностные Развитие	

	предметные – умение подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития. В области коммуникативной культуры: личностные – находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время игровой деятельности; метапредметные – проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; предметные – грамотно пользоваться понятийным аппаратом. В области физической культуры: личностные – владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; метапредметные – владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; предметные – способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки.			доверия и способности к пониманию и сопереживанию чувствам других людей. Проявление стремления к самостоятельной работе. Самостоятельная подготовка к соревнованиям, стремление к получению высокого результата	
Углубленный	В области познавательной культуры: личностные – владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности; метапредметные – понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; предметные – знания о здоровом образе жизни, его связи с	Целенаправленное наблюдение, опрос, практическая работа по совершенствованию техники	Наглядно-практический, словесный, уровневая дифференциация	Предметные Углубленные знания, практически умения и навыки, предусмотренные	

	предметные – способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями. В области коммуникативной культуры: личностные – находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время игровой деятельности; метапредметные – владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; предметные – способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения. В области физической культуры: личностные – умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре; метапредметные – владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой; предметные – способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.			действий других людей с точки зрения соблюдения или нарушения моральной нормы; Развитая эмпатия.	
--	---	--	--	---	--

Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный (тематический) план
Учебно-тематический план, 1 год обучения

№№ п/п	Наименование разделов и тем	В том числе:			Формы аттестации
		Общее	Из них		
			теоретич	практ.	
I	Основы знаний	6	4	2	
1	Вводное занятие	2	2	-	Тестирование по основам знаний
2	История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу	2	2	-	
3	Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье	2	1	1	
II	Общая физическая подготовка	30	4	26	Тестирование уровня физической подготовлен.
1	Гимнастические упражнения	10	1	9	
2	Легкоатлетические упражнения	10	1	9	
3.	Подвижные игры	10	1	9	
III	Техническая подготовка	60	10	50	Тестирование уровня технической подготовлен.
1	Техника передвижения и стоек	8	1	7	
2	Техника приёма и передач мяча сверху	15	2	13	
3.	Техника приёма мяча снизу	15	2	13	
4.	Нижняя прямая подача	15	2	13	
5.	Нападающие удары	10	2	8	
IV	Тактическая подготовка	36	8	28	Тестирование уровня тактической подготовлен.
1.	Индивидуальные действия	12	2	10	
2.	Групповые действия	8	2	6	
3.	Командные действия	8	2	6	
4.	Тактика защиты	8	2	6	
V	Контрольные испытания и соревнования	8	-	8	Соревнования
	Итоговое занятие	4	-	4	Подв. итогов
Итого часов:		В течение года			
		144	26	118	

2.2. Содержание учебного плана

Содержание программы, 1 год обучения

I. Основы знаний (6 час)

Тема №1. Вводное занятие

Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома.

Тема №2. История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу. История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

Тема № 3. Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье. Развитая мышечная система – свидетельство хорошего состояния здоровья человека. Окружающая среда становится все более и более агрессивной по отношению к нам с вами. Увеличивается количество новых вирусов, ухудшается экология. Единственное, что может помочь в такой ситуации – закаливание организма.

II. Общая физическая подготовка (30 час)

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

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами – со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым 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. Метание теннисного мяча в цель, на дальность. Физическая подготовка.

Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты.

III. Техническая подготовка (60 час)

Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг 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 и 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 на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

Овладение техникой подачи: нижняя прямая; подача мяча, подвешенного на шнуре, установленного в держателе; 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 с 3-6 м. Нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Подвижные и спортивные игры.

IV. Тактическая подготовка (36 часов)

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

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

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

Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (С). Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С). Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (Н). Интегральная подготовка: система переключений (С).

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

Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С).

Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (С).

Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (С). Выбор места при приеме нижней и верхней подач (Н).

Прием мяча снизу двумя руками; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3 и 2 (С).

Выбор места: для выполнения второй передачи в зоне 3, стоя спиной по направлению передачи (Н). Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (Н).

V. Контрольные испытания и соревнования (8 часов)

Участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу. Контрольные испытания.

Итоговое занятие. Двусторонние игры. (4 часа.).

Учебно-тематический план, 2 год обучения

№№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации
		Общее	Из них		
			теоретич	практич	
I	Основы знаний	6	4	2	Тестирование по основам знаний
1	Вводное занятие	2	1	1	
2	Классификация упражнений	2	2	-	
3	Виды соревнований	2	1	1	
II	Общая физическая подготовка	26	4	22	Тестирование уровня общей и специальн.
1	Гимнастические упражнения	10	2	8	

2	Легкоатлетические упражнения	6	2	8	физической подготовлен.
3.	Подвижные игры	10	-	10	
III	Специальная физическая подготовка	42	12	30	
IV	Техническая подготовка	36	10	26	Тестирование уровня технической подготовлен.
1	Техника передвижения и стоек	8	2	6	
2	Техника приёма и передач мяча сверху	8	2	6	
3.	Техника приёма мяча снизу	8	2	6	
4.	Нижняя прямая, боковая подачи	6	2	4	
5.	Нападающие удары	6	2	4	
V	Тактическая подготовка	22	4	18	Тестирование уровня тактической подготовлен.
1.	Индивидуальные действия	6	2	4	
2.	Групповые действия	6	2	4	
3.	Командные действия	6	-	6	
4.	Тактика защиты	4	-	4	
VI	Контрольные испытания и соревнования	8	-	8	
	Итоговое занятие	4	-	4	Подв. итогов
Итого часов:		В течение года			
		144	34	110	

Содержание программы, 2 год обучения

I. Основы знаний (6 часов)

Вводное занятие. Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой.

Тема 1. Понятие об обучении и тренировке в волейболе.

Тема 2. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.

Тема 3. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

II. Общая физическая подготовка (26 часов)

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, броски, ловля; в парах держась за мяч – упражнения в сопротивлении. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы). Упражнения с набивными мячами - лежа на спине и лицом вниз,

сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах. Упражнения для мышц ног и таза. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами – приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания. Упражнения на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка). Упражнения со скакалкой. Прыжки в высоту, с прямого разбега (с мостика), согнув ноги через планку (веревочку). Высоко-далекие прыжки с разбега через препятствия без мостика и с мостиком.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 20 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Повторный бег 3 x 20 м, 3 x 30 м. Бег 60 м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 40 м. Бег в чередовании с ходьбой (до 300 м). Бег или кросс (до 1000 м).

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната».

III. Специальная физическая подготовка (42 часа)

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойки волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии) – сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.

Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5 и Юм (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно – спиной и т. д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (массой от 1 до 2 кг), с поясом-отягощением или в куртке с весом. Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки.

Подвижные игры: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салки». Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).

Упражнения с отягощением, штанга – вес штанги устанавливается в процентном отношении от массы тела занимающегося в зависимости от характера упражнения: приседание – до 80 %, выпрыгивание – 20-40 %, выпрыгивание из приседа – 20-30 %, пояс, манжеты на запястья, у голеностопных суставов. Приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, полуприседа вперед, прыжки на обеих ногах.

Многократные броски набивного мяча (массой 1-2 кг) над собой и прыжки и ловля после приземления. Стоя на расстоянии 1-1,5 м от стены (щита) с набивным мячом в руках, в прыжке бросить мяч вверх о стенку, приземлиться, снова прыгнуть и поймать мяч, приземлиться и снова в прыжке бросить и т. д.

Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. То же с отягощением. Напрыгивание на сложенные гимнастические маты (высота постепенно увеличивается), количество прыжков подряд также увеличивается постепенно. Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий (набивные мячи и т. п.). Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Бег по крутым склонам. Прыжки через рвы, канавы. Бег по песку без обуви. Бег по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча. Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Упражнения с резиновыми амортизаторами, Упражнения с набивным мячом. Упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд). Совершенствование ударного

движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Подачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку). Подачи мяча слабейшей рукой.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча массой 1 кг в прыжке из-за головы двумя руками через сетку. Броски набивного мяча массой 1 кг «крюком» в прыжке - в парах и через сетку. Имитация прямого и бокового нападающих ударов, держа в руках мешочки с песком (до 1 кг).

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжковые упражнения, описанные ранее, в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного мяча. То же с касанием волейбольного мяча на резиновых амортизаторах: с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений (различные сочетания), после прыжка в глубину (спрыгивания).

IV. Техническая подготовка (36 часов)

Подача мяча: нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность.

Нападающие удары по ходу сильнейшей рукой с разбега (1, 2, 3 шага) по мячу: подвешенному на амортизаторах; установленному в держателе; через сетку по мячу, брошенному партнером; нападающий удар из зоны 4 с передачи партнера из зоны 3.

Техника защиты. Действия без мяча.

Перемещения и стойки: стартовая стойка (исходные положения) в сочетании с перемещениями. Ходьба, бег, перемещаясь скрестным шагом вправо, спиной вперед. Перемещения приставными шагами, спиной вперед. Скачок назад, вправо, влево.

Действия с мячом. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3, 2.

Блокирование: одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,2, стоя на подставке.

Тактика нападения. Индивидуальные действия. Выбор места: для выполнения второй передачи в зонах 3, 2; для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2).

Действия с мячом. Чередование способов подач на точность, в ближнюю, дальнюю половины площадки. Выбор способа отбивания мяча через сетку: передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке); снизу (в положении лицом, боком, спиной к сетке). Подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.

V. Тактическая подготовка (22 часа)

Тактика нападения. Групповые действия в нападении. Взаимодействия игроков передней линии. При первой подаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4. При второй подаче: игрока зоны 3 с игроком зон 2 и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3. Игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3 (в условиях чередования подач в зоны).

Командные действия. Прием нижних подач и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2, стоя лицом в сторону передачи. Прием нижних подач и первая передача в зону 2, вторая передача в зону 3.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор места: при приеме нижних подач; при страховке партнера, принимающего мяч от подачи и обманной передачи.

При действиях с мячом: выбор способа приема мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).

Групповые действия. Взаимодействия игроков при приеме от подачи передачи: игрока зоны 1 с игроком зон 6 и 2; игрока зоны 6 с игроками зон 1, 5, 3; игрока зоны 5 с игроками зон 6 и 4.

Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме нижних подач, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2, игрок зоны 3 находится сзади.

Система игры. Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий.

VI. Контрольные испытания и соревнования (8 часов)

Участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу. Контрольные испытания.

Итоговое занятие. Двусторонние игры. (4 часа.).

Учебно-тематический план, 3 год обучения

№№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации
		Общее	Из них		
			теоретич.	практич.	
I	Основы знаний	6	4	2	Тестирование по основам знаний
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Классификация упражнений	2	2	-	
3	Виды соревнований	2	-	2	
II	Общая физическая подготовка	26	2	24	Тестирование уровня общей и специальн. физической подготовлен.
1	Гимнастические упражнения	8	1	7	
2	Легкоатлетические упражнения	10	1	9	
3.	Подвижные игры	8	-	8	
III	Специальная физическая подготовка	44	4	40	Тестирование уровня технической подготовлен.
IV	Техническая подготовка	26	2	24	
1	Техника нападения. Техника передвижения и стоек	8	2	6	
2	Действия с мячом	8	-	8	
3.	Техника защиты. Действия без мяча	6	-	6	
4.	Подачи	4	-	4	
V	Тактическая подготовка	30	2	28	Тестирование уровня тактической подготовлен.
1.	Тактика нападения. Индивидуальные действия	4	-	4	
2.	Групповые действия	10	-	10	
3.	Командные действия	8	2	6	
4.	Тактика защиты	8	-	8	
VI	Контрольные испытания и	8	2	6	

	соревнования				
	Итоговое занятие	4	-	4	Подв. итогов
Итого часов:		В течение года			
		144	16	128	

Содержание программы, 3-й год обучения

I. Основы знаний (6 часов)

Вводное занятие. Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой.

Тема 1. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подачи. Перемена подачи. Удары по мячу. Игра двоих. Переход средней линии. Выход мяча из игры. Проигрыш очка или подачи. Счет и результат игры.

Тема 2. Правила волейбола. Положение о соревнованиях.

Тема 3. Способы проведения соревнований: круговой, с выбиванием, смешанный. Подготовка мест для соревнований. Обязанности судей. Обучение и тренировка как единый процесс формирования и совершенствования двигательных навыков, физических и волевых качеств.

II. Общая физическая подготовка (26 часов)

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую, броски, ловля. В парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами, на гимнастической стенке массового типа.

Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы). Упражнения с набивными мячами – лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.

Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями - бег, прыжки, приседания.

Легкоатлетические упражнения. Бег. Бег с ускорением до 40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Повторный бег 3 x 20-30 м, 3 x 30-40 м, 4 x 50-60 м. Бег 60 м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 40 м и до 50-60 м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Кросс до 7 км.

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната».

III. Специальная физическая подготовка (44 часа)

Подвижные игры: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй, унеси!», различные варианты игры «Салочки», специальные эстафеты с выполнением заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).

Упражнения с отягощением. Приседания, выпрыгивания вверх из приседа, полуприседа, прыжки на обеих ногах. Многократные броски набивного мяча (массой 1-2 кг) над собой в прыжке и ловля после приземления. Прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком, спиной вперед. То же с отягощением.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой.

Упражнения с резиновыми амортизаторами. Упражнения с набивным мячом. Броски мяча: двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием при замахе, снизу одной и двумя руками, одной рукой над головой, «крюком» через сетку. Упражнения с партнером. Упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд). Совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Поддачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку). Поддачи мяча слабейшей рукой.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте и в прыжке, в прыжке через сетку двумя руками из-за головы, «крюком» в прыжке – в парах и через сетку. Имитация прямого нападающего удара, держа в руках мешочки с песком (до 1 кг).

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжковые упражнения, описанные ранее, в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного мяча. То же с касанием волейбольного мяча на резиновых амортизаторах: с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений (различные сочетания), после прыжка в глубину (спрыгивания). Передвижения вдоль сетки лицом к ней приставными шагами правым, левым боком вперед, остановка и принятие исходного положения для блокирования.

Нападающий с набивным мячом перемещается вдоль сетки, выполняет остановки и в прыжке бросает мяч над собой; блокирующий должен своевременно занять исходное положение и прыгнуть на блок так, чтобы ладони были над сеткой в момент выпуска мяча из рук нападающего.

Нападающие выполняют броски и ловлю набивного мяча в рамках групповых тактических действий в нападении, блокирующий выбирает место и блокирует.

IV. Техническая подготовка (26 часов)

Техника нападения. Действия без мяча.

Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.

Действия с мячом: передача сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара; передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению; передача сверху двумя руками в прыжке (вперед-вверх). Подача мяча – верхняя прямая.

Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.

Техника защиты. Действия без мяча. Остановка прыжком. Падения и перекаты после падений. Сочетание способов перемещений с остановками и стойками. Сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами игры в защите.

Действия с мячом. Прием мяча: снизу двумя руками; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4, 3, 2; прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.

Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.

V. Тактическая подготовка (30 часов)

Физическая подготовка. Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (Н).

Интегральная подготовка. Физическая подготовка. Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).

Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).

Верхняя прямая подача в заданную зону площадки (С). Прием мяча снизу двумя руками:

Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).

Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).

Верхняя прямая подача в заданную зону площадки (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).

Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).

Прямой удар по ходу из зон 4, 3, 2 (с высоких и средних по расстоянию передач) (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).

Система игры со второй передачи через игрока передней линии (после приема верхних подач): вторая передача через игрока зоны 3 (Н).

Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С). Взаимодействие игроков передней линии при второй передаче игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3, игрока зоны 2, с игроками зон 3 и 4, игроков зон 4 и 3 с игроком зоны 2 (С).

Теоретическая подготовка. Физическая подготовка. Взаимодействие игроков передней линии при второй передаче игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3, игрока зоны 2, с игроками зон 3 и 4, игроков зон 4 и 3 с игроком зоны 2 (С). Расположение игроков при приеме верхних подач, при второй передаче через игроков зон 3 и 2 (С).

Система игры со второй передачи через игрока передней линии (после приема верхних подач): вторая передача через игрока зоны 2 (Н). Взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от подач, нападающих ударов, обманных действий (страховка партнера) (С).

Блокирование: одиночное: ударов из зон 4, 2, 3 по диагонали с высоких и низких передач (Н). Взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от подач, нападающих ударов, обманных действий (страховка партнера) (С).

Блокирование: одиночное: ударов из зон 4, 2, 3 по диагонали с высоких и низких передач (Н). Вторая передача из зоны 3 игрокам зоны 2 и 4 (чередование) (С). Выбор места при блокировании (Н).

VI. Контрольные испытания и соревнования (8 часов)

Принять участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок. Установка на предстоящую игру (на макете). Технический план игры команды и задания отдельным игрокам. Характеристика команды противника. Общая оценка игры и действий отдельных игроков.

Итоговое занятие (4 часа).

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

3.1. Контрольные испытания

1. Общая физическая подготовленность.

1. Бег 1000 м.
2. Прыжок в длину с места.
3. Подъем туловища в сед за 30 сек.
4. Бросок набивного мяча 1 кг

Методика выполнение упражнений по ОФП.

1. *Бег 1000 метров* – для определения общей и скоростной выносливости. Проводится на стадионе или ровной грунтовой дорожке после предварительной разминки. Рекомендуются проводить забеги по 4-5 человек. Дается одна попытка.

2. *Прыжок в длину с места* для измерения динамической силы мышц нижних конечностей. Из исходного положения, стоя стопы слегка врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой, выполнить прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние. Участник предварительно сгибает ноги, отводит руки назад, наклоняет вперед туловище, смещая вперед центр тяжести тела, и махом рук вперед и толчком двух ног выполнить прыжок. Дается три попытки, засчитывается лучшая попытка.

3. *Подъем туловища из положения, лежа за 30 секунд* – определяется скоростно-силовая выносливость мышц сгибателей туловища. Из исходного положения, лежа на спине, ноги согнуты в коленных суставах строго под углом 90 градусов, стопы на ширине плеч, руки за головой, локти разведены в стороны, касаются пола, партнер прижимает ступни к полу. Необходимо выполнить максимально возможное число подъемов туловища за 30 сек., сгибаясь до касания локтями бедер и возвращаясь обратным движением в И.П., разводя локти в стороны до касания пола лопатками, локтями и затылком. Упражнение выполняется на гимнастическом мате или ковре. Дается одна попытка.

4. *Бросок набивного мяча 1кг. из положения сидя* – оценивается сила рук, плечевого пояса и спины. Из исходного положения, сидя на полу, ноги врозь, руки с набивным мячом над головой. Броски мяча из-за головы двумя руками. Оценивается лучший результат из трех попыток.

2. Специальная физическая подготовленность.

1. Прыжок вверх с места

2. Бег 20м

3. Передвижения 5 х 6м

Методика выполнения упражнений по СФП.

1. *Прыжок вверх с места (скоростно-силовые качества).*

К щиту прикрепляется планка с сантиметровой шкалой. На площадке под щитом чертится мелом квадрат 50 х 50см. Измеряется рост испытуемого стоя с вытянутой вверх рукой. Затем испытуемый выполняет прыжок вверх с места, стараясь как можно выше сделать на планке отметку намеленными пальцами правой или левой руки. При выполнении прыжка и приземлении испытуемый должен находиться в пределах начерченного квадрата. Фиксируется высота сделанной испытуемым отметки над уровнем площадки, а высота подскока оценивается разностью В см – Р см. Учитывается лучший результат по трем пометкам.

Вариант: Для измерения высоты прыжка используют приспособление В.М. Абалакова (пояс с сантиметровой лентой). Сдающий предварительно сгибает ноги, отводит руки назад, наклоняет туловище чуть вперед, махом рук вперед и толчком двух ног выполняет прыжок вверх. Отталкиваясь и приземляясь, учащийся не должен выходить за пределы квадрата 50 х 50 см (точка отсчета при положении стоя на всей ступне). Дается три попытки.

2. *Бег 20м (скоростные качества).* Испытуемый выполняет прямолинейный рывок с высокого старта. Время пробегания фиксируется с точностью до 0,01 сек. Учитывается лучший результат по двум попыткам.

3. *Передвижения 5х6м (оценивается быстрота передвижения различными способами с изменением направления движения).* На площадке чертится квадрат со стороной 5 м. Одна из сторон удлиняется на 50 см с обоих концов. Один из этих отрезков является стартом и финишем, другой отметкой, от которой движение начинается в обратном направлении. Передвижение выполняется с наружной стороны ограничительных линии. По сигналу учащиеся передвигаются лицом вперед (5м), затем по другой стороне квадрата левым боком в защитной стойке (5м) и спиной вперед (5м), заступает одной ногой за ограничительную линию и выполняет упражнение в обратном направлении: лицом вперед, правым боком, спиной

вперед. В момент пересечения игроком линии финиша секундомер останавливается. Выполняются 2 попытки, учитывается лучший результат.

Контрольные испытания по ОФП (общая физическая подготовка)

1	2	3	4
возраст (лет)	Уровень подготовленности		
	Мальчики		
	высокий	средний	низкий
Прыжок в длину с места (см)			
11	144	135-143	134-128
12	155	154-144	143-135
13	166	164-155	154-148
14	175	174-168	166-160
15	186	180-175	174-168
Бросок набивного мяча 1кг. из положения сидя на полу (см)			
11	300	290-200	190
12	320	310-250	240
13	350	340-290	280
14	380	370-300	290
15	400	390-320	300
Подъем туловища из положения лежа (кол-во раз) за 30сек.			
11	16	14-15	12-13
12	18	17-16	15-14
13	19	18	17-16
14	21	20-19	18
15	22	21-20	19-20
Бег 1000м. (мин, сек)			
11	6,00	6,01-6,25	6,30
12	5,35	5,36-6,00	6,01-6,34
13	5,20	5,21-5,35	5,40-5,54
14	5,05	5,06-5,22	5,28-5,34
15	4,50	4,51-5,03	5,24-5,30

Контрольные испытания по СФП (специальная физическая подготовка)

1	2	3	4
возраст (лет)	Уровень подготовленности		
	Мальчики		
	высокий	средний	низкий
Бег 20 м (с).			
11	4,4	4,5-4,6	4,7-4,8
12	4,3	4,4-4,5	4,6-4,7
13	4,2	4,3-4,4	4,5-4,6
14	4,1	4,2-4,3	4,4-4,7
15	3,9	4,0-4,1	4,2-4,3
Прыжок в высоту с места (см.)			
11	22	18-21	15-18
12	25	22-24	18-20
13	30	30-33	21-25
14	33	27-33	22-26

15	38	33-37	28-32
	Бег 5х6м (с)		
11	5,6	5,7-6,1	6,2-6,7
12	5,4	5,5-5,8	5,9-6,3
13	5,1	5,2-5,6	5,7-6,1
14	9,9	10,0-10,4	10,5-11,0
15	9,5	9,6-10,0	10,1-10,6

Контрольные испытания по ТП (техническая подготовка)

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка		
			мальчики		
			высокий	средний	низкий
I. Передача мяча	1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).	11	4	2	1
		12	7	3	1
		13	9	4	2
		14	12	5	3
	2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)	11	3	1	0
		12	5	2	1
	3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	11	4	2	1
		12	6	3	2
	4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток)	13	4	2	1
		14	6	3	2
		15	6	3	2
	5. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	13	5	3	2
		14	6	3	2
	6. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6	15	4	2	1

	(10 попыток)				
	7. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4 через сетку в прямоугольник 2х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	15	5	3	2
II. Подача мяча	1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	11	7	3	1
		12	8	4	2
	2. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	11	4	2	1
		12	6	3	2
	3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	13	8	3	2
		14	9	5	3
	4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	13	5	2	1
		14	6	3	2
	5. Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	15	6	3	2
	6. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)	15	5	2	1

**Тестирование по теоретическим основам
спортивной игры «Волейбол»**

1. В каком году волейбол входит в программу Олимпийских игр:

- а) 1964;**
- б) 1991;
- в) 1997;
- г) 1995.

2. Какая страна стала Родиной волейбола:

- а) Россия;
- б) Франция;
- в) США;**
- г) Япония.

3. Кто придумал волейбол как игру:

- а) Джордж Майкен;
- б) Д.Фрейзер;
- в) Джордж Магреган;
- г) Уильям Дж. Морган.**

4. Что означает слово «волейбол»:

- а) удар с лёта и мяч;**
- б) удар с лёта;
- в) мяч;
- г) летающий мяч.

5. Размеры волейбольной площадки (м):

- а) 18×15;
- б) 18х9 ;**
- в) 17×16;
- г) 14×16.

6. Высота волейбольной сетки для женщин (см):

- а) 199;
- б) 2,24 м;**
- в) 2,00;
- г) 2,37.

7. Вес волейбольного мяча (г):

- а) 280-300;
- б) 350;
- в) 260-280;**
- г) 245-300.

8. Нарушение правил в волейболе.

- а) фол;**
- б) касание рукой соперника;
- в) касание рукой пола;
- г) касание ногой мяча.

9. Сколько игроков во время игры может находиться на площадке:

- а) 4;
- б) 6;**
- в) 5;
- г) 7.

10. Где выполняется подача мяча?

- а) с площадки;
- б) из-за лицевой линии;**
- в) со штрафной линии;
- в) из-за боковой линии.

11. Сколько раз можно подбросить мяч для подачи?

- а) 1;**
- б) 2 ;

в) 3;

г) 4.

12. Сколько времени дается на перерыв между партиями (мин.):

а) 2;

б) 5;

в) 4;

г) 3.

13 Как выполняется переход команды на площадке?

а) против часовой;

б) по часовой;

в) по горизонтали;

г) по кругу.

14. Либеро – это...

а) судья;

б) игрок;

в) тренер;

г) помощник тренера.

15. Из 1 зоны игрок переходит в...

а) 7;

б) 4;

в) 6;

г) 5.

16. Что такое «Пайп»?

а) вариант атаки;

б) подача мяча;

в) замена игроков;

г) перерыв.

17. Высота волейбольной сетки для мужчин (см):

а) 2,45 м;

б) 2,43 м;

в) 2,42 м;

г) 2,41 м.

18. Сколько времени даётся на подачу?

а) 7 секунд;

б) 4 секунд;

в) 8 секунд;

г) время не ограничено.

19. Игроки каких зон считаются игроками 1 линии.

а) 1,4,5;

б) 2,6,4;

в) 2,3,4;

г) 2,5,4.

20. Игроки каких зон считаются игроками 2 линии.

а) 2,3,1;

б) 2,6,5;

в) 1,3,4;

г) 1,6,5.

Таблица оценки результатов в приложении №2

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

4.1. Материально-технические условия реализации программы.

Для качественной реализации программы необходимы организационно-педагогических условий. Одними из них являются материально-технические условия.

Для прохождения данной программы необходимо оборудование и спортивный инвентарь.

N п/п	Наименование. Единица измерения	Количество изделий
Основное оборудование		
1.	Сетка волейбольная со стойками комплект	2
2.	Мяч волейбольный штук	10
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь		
3.	Мяч теннисный штук	10
4.	Мяч футбольный	5
5.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	1
6.	Скакалка гимнастическая	20

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Теоретические и практические занятия проводятся педагогом дополнительного образования, имеющим педагогическое базовое физкультурное образование соответствующее Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и соответствующий уровень технико-тактической подготовленности.

4.3. Учебно-методическое обеспечение

Методическое обеспечение образовательной программы

Раздел	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	беседы	литература по теме	наглядные пособия	
2. Общая физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медицинболы.	контрольные нормативы по ОФП
3. Специальная физическая подготовка	Практикум: - занятие круговая тренировка; - занятие фронтальным	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая	контрольные нормативы по СФП

	методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование		стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медицинболы.	
4. Техническая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир.	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- волейбольные мячи; - волейбольная сетка; - медицинболы; - резиновая лента	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в су действе.
5. Тактическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир.	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- волейбольные мячи; - волейбольная сетка; - резиновая лента	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра;
6. Контрольные испытания	Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	- карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - перекладины; - мячи; - медицинболы	- контрольные нормативы; - помощь в су действе.

Ресурсы сети Интернет

В помощь к самоподготовке http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/index.htm

Электронные учебники <http://www.iqlib.ru/>

Периодика

1. Теория и практика физической культуры
2. Физическая культура в школе
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
4. Физкультура и спорт

Литература для педагога

1. Волейбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко, Е. Ю. Ковыршина. – Электрон. текстовые данные. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 136 с. – 2227-8397. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65000.html>

2. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учеб.пособие / Л.П. Матвеев. – Киев: Книга, 1999. – 317с.

3. Основы обучения технике игры в волейбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.А. Гераськин, И.А. Рогов, Б.П. Сокур, Т.А. Колупаева. – Электрон. текстовые данные. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 280 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65006.html>

4. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.

5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол [Электронный ресурс] / – Электрон. текстовые данные. – М. : Издательство «Спорт», 2016. – 24 с. – 978-5-906839-00-8. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65586.html>

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям

1. Дорохов, С.И. Системы проведения соревнований по спортивным играм (методология, моделирование) [Текст]: учеб. пособие / С.И. Дорохов; М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б. и.], – 2010. – 98 с. – Гриф УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры.

2. Кудашова, Л.Т. Подвижные игры, эстафеты и игровые задания с использованием основных средств гимнастики [Текст]: учебно-методическое пособие / Л.Т. Кудашова, Л.В. Люйк; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б. и.], – 2008. – 42 с.

3. Твой олимпийский учебник [Текст] : учебное пособие для олимпийского образования / Олимпийский комитет России ; Родиченко и др. – 24-е изд., перераб. и доп. – Москва : Советский спорт, – 2012. – 149 с. : ил.

4. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. – М.: Юнити, 2017. – 288 с.

5. Фомин, Е. В. Волейбол. Начальное обучение [Электронный ресурс] / Е. В. Фомин, Л. В. Булыкина, Издательство «Спорт», издание, – 2015

Приложение №1

Календарный учебный график 1- года обучения

№ п/п	Дата проведения (планируемая)	Дата проведения (фактическая)	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Основное содержание занятия (тема занятия)	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теорет.	2	Вводное занятие. Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома. История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу. История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.	класс (спортзал)	собесед., опрос
2				Теорет.	2	История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу. История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.	класс (спортзал)	собесед., опрос
3				Теорет.	2	Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье. Развитая мышечная система – свидетельство хорошего состояния здоровья человека. Окружающая среда становится все более и более агрессивной по отношению к нам с вами. Увеличивается количество новых вирусов, ухудшается экология. Единственное, что может помочь в такой ситуации – закаливание организма.	класс (спортзал)	собесед., опрос
4				Практ.	2	Общая физическая подготовка (30 ч.). Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.	спортзал	
5				Практ.	2	Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов:	спортзал	

						для мышц рук и плечевого пояса.		
6				Практ.	2	Гимнастические упражнения. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.	спортзал	оценка уровня физподго т техники выполн. двиг деят.
7				Практ.	2	Гимнастические упражнения. Упражнения с предметами – со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений.	спортзал	
8				Практ.	2	Гимнастические упражнения. Упражнения с предметами – со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений.	спортзал	
9	Октябрь			Практ.	2	Гимнастические упражнения. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатый голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.	спортзал	
10				Практ.	2	Гимнастические упражнения. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатый голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.	спортзал	
11					2	Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м.	спортзал	
12				Практ.	2	Легкоатлетические упражнения. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.	спортзал	оценка уровня физподго т
13				Практ.	2	Легкоатлетические упражнения. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.	спортзал	
14				Практ.	2	Легкоатлетические упражнения. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.	спортзал	
15				Практ.	2	Физическая подготовка.	спортзал	оценка техники двиг деят
16				Практ.	2	Подвижные и спортивные игры. «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука».	спортзал	оценка уровня физподго т
17	Ноябрь			Практ.	2	Подвижные и спортивные игры. «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка».	спортзал	оценка
18				Практ.	2	Подвижные и спортивные игры. «Круговая эстафета»,	спортзал	

						комбинированные эстафеты.		двиг деят
19				Практ.	2	Техническая подготовка (60 ч.). Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения).	спортзал	
20				Практ.	2	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещений.	спортзал	
21				Практ.	2	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещений.	спортзал	оценка физподгот т техники двигат. деят.
22				Практ.	2	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещений.	спортзал	
23				Практ.	2	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания.	спортзал	
24				Практ.	2	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания.	спортзал	
25	Декабрь			Практ.	2	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания.	спортзал	
26				Практ.	2	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания.	спортзал	оценка двигат. деят.
27				Практ.	2	Передача мяча с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте и после перемещения.	спортзал	оценка физподг. техники двигат. деят.

28				Практ.	2	Передача мяча с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте и после перемещения.	спортзал	оценка физподг. г.
29				Практ.	2	Передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.	спортзал	
30				Практ.	2	Передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
31				Практ.	2	Передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.	спортзал	оценка двигат. деят.
32				Практ.	2	Передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
33	Январь			Практ.	2	Передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.	спортзал	
34				Практ.	2	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).	спортзал	
35				Практ.	2	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).	спортзал	
36				Практ.	2	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.	спортзал	
37				Практ.	2	Прием мяча на задней линии.	спортзал	оценка
38				Практ.	2	Передача двумя руками сверху на месте.	спортзал	

								физподгот техники двигат. деят
39				Практ.	2	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	спортзал	оценка физподгот
40				Практ.	2	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	спортзал	техники
41	Февраль			Практ.	2	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	спортзал	двигат. деят
42				Практ.	2	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
43				Практ.	2	Интегральная подготовка: система переключений Прием мяча снизу в группе.	спортзал	
44				Практ.	2	Интегральная подготовка: система переключений Прием мяча снизу в группе.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
45				Практ.		Овладение техникой подачи: нижняя прямая; подача мяча, подвешенного на шнуре, установленного в держателе; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.	спортзал	
46				Практ.	2	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).	спортзал	
47				Практ.	2	Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием	спортзал	

						мяча, отраженного сеткой.		
48	Март			Практ.	2	Подвижные и спортивные игры.	спортзал	
49				Практ.	2	Тактическая подготовка (36 ч.). Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	спортзал	
50				Практ.	2	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	спортзал	оценка физподг. техники двигат. деят
51				Практ.	2	Групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
52				Практ.	2	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	спортзал	физподг.
53				Практ.	2	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	спортзал	
54				Практ.	2	Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (С). Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С). Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (Н).	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
55				Практ.	2	Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (С). Взаимодействия игроков	спортзал	оценка физподгот

						передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С). Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (Н).		техники двигат. деят
56				Практ.	2	Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (С). Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С). Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (Н).	спортзал	
57	Апрель			Практ.	2	Интегральная подготовка: система переключений (С).	спортзал	оценка технич. действ.
58				Практ.	2	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	спортзал	оценка физподго технич. действ.
59				Практ.	2	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	спортзал	физпод г.
60				Практ.	2	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	спортзал	оценка физподго
61				Практ.	2	Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 (С).	спортзал	т технич. действ.
62				Практ.	2	Взаимодействия игроков передней линии: при первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2 (С). Взаимодействие игрока зоны 3 с	спортзал	оценка технич. действ.

						игроком зоны 4 (С).		
63				Практ.	2	Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (С).		
64				Практ.	2	Взаимодействие при второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2. и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (С). Выбор места при приеме нижней и верхней подач (Н).		
65	Май			Практ.	2	Прием мяча снизу двумя руками; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3 и 2 (С).		
66				Практ.	2	Выбор места: для выполнения второй передачи в зоне 3, стоя спиной по направлению передачи (Н). Передача сверху двумя руками; передача на точность; передача с перемещениями в парах; встречная передача, передача в треугольнике (Н).		
67				Практ.	2	Контрольные испытания и соревнования (8 ч.). Участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.		
68				Практ.	2	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	оценка физподг, техн ч. действ, тестиров
69				Практ.	4	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	
70				Практ.	2	Контрольные испытания.	спортзал	
71				Практ.	2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	
72				Практ.	2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	

Календарный учебный график 2-года обучения

№ п/ п	Дата пров-я (планируе мая)	Дата пров-я (фактиче ская)	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Основное содержание занятия (тема занятия)	Место про- ведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теорет.	2	Вводное занятие. Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Понятие об обучении и тренировке в волейболе.	класс (спорт-зал)	собесед., опрос
2.				Теорет.	2	Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.	класс (спорт-зал)	собесед., опрос
3.				Теорет.	2	Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.	спортзал	оценка уровня физподгот техники выполн. двиг деят.
4.				Практ.	2	Общая физическая подготовка (26 ч.). Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	спортзал	
5.				Практ.	2	Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, броски, ловля; в парах держась за мяч – упражнения в сопротивлении.	спортзал	
6.				Практ.	2	Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы).	спортзал	
7.				Практ.	2	Упражнения с набивными мячами - лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.	спортзал	тестиров.
8.				Практ.	2	Упражнения для мышц ног и таза. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в	спортзал	оценка техники

						различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег).		двиг деят
9.	Октябрь			Практ.	2	Упражнения с набивными мячами – приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями – бег, прыжки, приседания.	спортзал	
10.				Практ.	2	Упражнения на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка). Упражнения со скакалкой.	спортзал	
11.				Практ.	2	Прыжки в высоту, с прямого разбега (с мостика), согнув ноги через планку (веревочку). Высоко-далекие прыжки с разбега через препятствия без мостика и с мостиком.	спортзал	оценка техники
12.				Практ.	2	Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 20 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м.	спортзал	
13.				Практ.	2	Повторный бег 3 х 20 м, 3 х 30 м. Бег 60 м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 40 м.	спортзал	оценка физподгот
14.				Практ.	2	Бег в чередовании с ходьбой (до 300 м). Бег или кросс (до 1000 м).	спортзал	техники двигат. деят.
15.				Практ.	2	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета с прыжками чехардой».	спортзал	оценка двигат. деят.
16.				Практ.	2	Подвижные игры: «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната».	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят.
17.	Ноябрь			Практ.	2	Специальная физическая подготовка (58 ч.). Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойки	спортзал	оценка физподгот техники двигат.

						волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии) – сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.		деят
18.				Практ.	2	Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5 и Юм (общий пробег за одну попытку 20-30 м).	спортзал	оценка двигат. деят.
19.				Практ.	2	Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно – спиной и т. д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (массой от 1 до 2 кг), с поясом-отягощением или в куртке с весом.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
20.				Практ.	2	Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки.	спортзал	
21.				Практ.	2	Подвижные игры: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салки».	спортзал	
22.				Практ.	2	Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.	спортзал	
23.				Практ.	2	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх, то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).	спортзал	
24.				Практ.	2	Упражнения с отягощением, штанга – вес штанги устанавливается в процентном отношении от массы тела занимающегося в зависимости от характера упражнения: приседание – до 80 %, выпрыгивание – 20-40 %, выпрыгивание из приседа – 20-30 %, пояс, манжеты на запястья, у голеностопных суставов.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
25.	Декабрь			Практ.	2	Упражнения с отягощением, штанга – вес штанги устанавливается в процентном отношении от массы	спортзал	оценка физподгот

						тела занимающегося в зависимости от характера упражнения: приседание – до 80 %, выпрыгивание – 20-40 %, выпрыгивание из приседа – 20-30 %, пояс, манжеты на запястья, у голеностопных суставов.		техники двигат. деят
26.				Практ.	2	Приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, полуприседа вперед, прыжки на обеих ногах.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
27.				Практ.	2	Многократные броски набивного мяча (массой 1-2 кг) над собой и прыжки и ловля после приземления. Стоя на расстоянии 1-1,5 м от стены (щита) с набивным мячом в руках, в прыжке бросить мяч вверх о стенку, приземлиться, снова прыгнуть и поймать мяч, приземлиться и снова в прыжке бросить и т. д.	спортзал	
28.				Практ.	2	Многократные броски набивного мяча (массой 1-2 кг) над собой и прыжки и ловля после приземления. Стоя на расстоянии 1-1,5 м от стены (щита) с набивным мячом в руках, в прыжке бросить мяч вверх о стенку, приземлиться, снова прыгнуть и поймать мяч, приземлиться и снова в прыжке бросить и т. д.	спортзал	
29.				Практ.	2	Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. То же с отягощением. Напрыгивание на сложенные гимнастические маты (высота постепенно увеличивается), количество прыжков подряд также увеличивается постепенно. Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий (набивные мячи и т. п.).	спортзал	
30.				Практ.	2	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Бег по крутым склонам. Прыжки через рвы, канавы. Бег по песку без обуви. Бег по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.	спортзал	

31.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча. Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой.	спортзал	
32.				Практ.	2	Упражнения с резиновыми амортизаторами, Упражнения с набивным мячом. Упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд).	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
33.	Январь			Практ.	2	Совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Подачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку). Подачи мяча слабейшей рукой.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
34.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча массой 1 кг в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.	спортзал	физподг.
35.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча массой 1 кг в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.	спортзал	
36.				Практ.	2	Броски набивного мяча массой 1 кг «крюком» в прыжке – в парах и через сетку. Имитация прямого и бокового нападающих ударов, держа в руках мешочки с песком (до 1 кг).	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят
37.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при	спортзал	деят

						блокировании. Прыжковые упражнения, описанные ранее, в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного мяча. То же с касанием волейбольного мяча на резиновых амортизаторах: с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений (различные сочетания), после прыжка в глубину (спрыгивания).		
38.				Практ.	2	Техническая подготовка (36 ч.). Подача мяча: нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность.	спортзал	оценка технич. действ.
39.				Практ.	2	Нападающие удары по ходу сильнейшей рукой с разбега (1, 2, 3 шага) по мячу: подвешенному на амортизаторах; установленному в держателе; через сетку по мячу, наброшенному партнером; нападающий удар из зоны 4 с передачи партнера из зоны 3.	спортзал	оценка физподгот технич. действ.
40.				Практ.	2	Нападающие удары по ходу сильнейшей рукой с разбега (1, 2, 3 шага) по мячу: подвешенному на амортизаторах; установленному в держателе; через сетку по мячу, наброшенному партнером; нападающий удар из зоны 4 с передачи партнера из зоны 3.	спортзал	
41.	Февраль			Практ.	2	Техника защиты. Действия без мяча.	спортзал	оценка технич. действ.
42.				Практ.	2	Перемещения и стойки: стартовая стойка (исходные положения) в сочетании с перемещениями. Ходьба, бег, перемещаясь скрестным шагом вправо, спиной вперед.	спортзал	оценка физподгот технич. действ.
43.				Практ.	2	Перемещения и стойки: стартовая стойка (исходные положения) в сочетании с перемещениями. Ходьба, бег, перемещаясь скрестным шагом вправо, спиной вперед.	спортзал	
44.				Практ.	2	Перемещения и стойки: стартовая стойка (исходные	спортзал	

						положения) в сочетании с перемещениями. Ходьба, бег, перемещаясь скрестным шагом вправо, спиной вперед.		
45.				Практ.	2	Перемещения приставными шагами, спиной вперед. Скачок назад, вправо, влево.	спортзал	
46.				Практ.	2	Перемещения приставными шагами, спиной вперед. Скачок назад, вправо, влево.	спортзал	оценка качеств ав ыполн технич. приемов игры
47.				Практ.	2	Действия с мячом. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3, 2.	спортзал	
48.				Практ.	2	Действия с мячом. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 3, 2.	спортзал	
49.	Март			Практ.	2	Блокирование: одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 2, стоя на подставке.	спортзал	
50.				Практ.	2	Блокирование: одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 2, стоя на подставке.	спортзал	
51.				Практ.	2	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Выбор места: для выполнения второй передачи в зонах 3, 2; для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2).	спортзал	оценка качеств ав ыполн технич. приемов игры
52.					2	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Выбор места: для выполнения второй передачи в зонах 3, 2; для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2).	спортзал	
53.				Практ.	2	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Выбор места: для выполнения второй передачи в зонах 3, 2; для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2).	спортзал	
54.				Практ.	2	Действия с мячом. Чередование способов подач на точность, в ближнюю, дальнюю половины площадки.	спортзал	

55.				Практ.	2	Выбор способа отбивания мяча через сетку: передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке); снизу (в положении лицом, боком, спиной к сетке). Подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.	спортзал	
56.				Практ.	2	Тактическая подготовка (22 ч.). Тактика нападения. Групповые действия в нападении. Взаимодействия игроков передней линии. При первой подаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4. При второй подаче: игрока зоны 3 с игроком зон 2 и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3. Игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3 (в условиях чередования подач в зоны).	спортзал	
57.	Апрель			Практ.	2	Тактика нападения. Групповые действия в нападении. Взаимодействия игроков передней линии. При первой подаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4. При второй подаче: игрока зоны 3 с игроком зон 2 и 4, игрока зоны 2 с игроком зоны 3. Игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3 (в условиях чередования подач в зоны).	спортзал	
58.				Практ.	2	Командные действия. Прием нижних подач и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2, стоя лицом в сторону передачи. Прием нижних подач и первая передача в зону 2, вторая передача в зону 3.	спортзал	
59.				Практ.	2	Командные действия. Прием нижних подач и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2, стоя лицом в сторону передачи. Прием нижних подач и первая передача в зону 2, вторая передача в зону 3.	спортзал	
60.				Практ.	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор места: при приеме нижних подач; при страховке партнера, принимающего мяч от подачи и обманной передачи.	спортзал	

61.				Практ.	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор места: при приеме нижних подач; при страховке партнера, принимающего мяч от подачи и обманной передачи.	спортзал	
62.				Практ.	2	При действиях с мячом: выбор способа приема мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).	спортзал	оценка физподг,к ачествавы полн технич. приемов игры
63.				Практ.	2	Групповые действия. Взаимодействия игроков при приеме от подачи передачи: игрока зоны 1 с игроком зон 6 и 2; игрока зоны 6 с игроками зон 1, 5, 3; игрока зоны 5 с игроками зон 6 и 4.	спортзал	
64.				Практ.	2	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме нижних подач, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2, игрок зоны 3 находится сзади.	спортзал	
65.	Май			Практ.	2	Система игры. Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий.	спортзал	оценка физподг,к ачествавы полн технич. приемов игры
66.				Практ.	2	Система игры. Расположение игроков при приеме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий.	спортзал	
67.				Практ.	2	Контрольные испытания и соревнования (8 ч.). Участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	спортзал	
68.				Практ.	2	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	
69.				Практ.	2	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	оценка физподг,к ачествавы полн
70.				Практ.	2	Контрольные испытания.	спортзал	

71.				Практ.	2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	технич. приемов игры
72.					2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	

Календарный учебный график 3-года обучения

№ п/ п	Дата пров-я (планируе мая)	Дата пров-я (фактиче ская)	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Основное содержание занятия (тема занятия)	Место про- ведения	Форма контроля
1.	Сентябрь			Теорет.	2	Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой.	класс (спорт- зал)	собесед., опрос
2.				Теорет.	2	Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подачи. Перемена подачи. Удары по мячу. Игра двоих. Переход средней линии. Выход мяча из игры. Проигрыш очка или подачи. Счет и результат игры.	класс (спорт- зал)	собесед., опрос
3.				Теорет.	2	Правила волейбола. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбиванием, смешанный. Подготовка мест для соревнований. Обязанности судей. Обучение и тренировка как единый процесс формирования и совершенствования двигательных навыков, физических и волевых качеств.	класс (спорт- зал)	собесед., опрос
4.				Практ.	2	Общая физическая подготовка (26 ч.). Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую, броски, ловля. В парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении.	спортзал	оценка физподгот
5.				Практ.	2	Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами, на гимнастической стенке	спортзал	оценка уровня

						массового типа.		физподгот техники выполн. двиг деят.
6.				Практ.	2	Легкоатлетические упражнения. Бег. Бег с ускорением до 40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м.	спортзал	
7.				Практ.	2	Упражнения с набивными мячами – лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.	спортзал	
8.				Практ.	2	Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы.	спортзал	
9.	Октябрь			Практ.	2	Упражнения с набивными мячами: приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями - бег, прыжки, приседания.	спортзал	оценка уровня физподгот техники выполн. двиг деят
10.				Практ.	2	Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы).	спортзал	
11.				Практ.	2	Повторный бег 3 x 20-30 м, 3 x 30-40 м, 4 x 50-60 м. Бег 60 м с низкого старта. Эстафетный бег с этапами до 40 м и до 50-60 м.	спортзал	
12.				Практ.	2	Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег).	спортзал	оценка физподг. техники выполн технич приемов игры
13.				Практ.	2	Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Кросс до 7 км.	спортзал	
14.				Практ.	2	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками».	спортзал	
15.				Практ.	2	Подвижные игры: «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов».	спортзал	
16.				Практ.	2	Подвижные игры: «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната».	спортзал	
17.	Ноябрь			Практ.	2	Специальная физическая подготовка (44 ч.).	спортзал	

						Подвижные игры: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров».		
18.				Практ.	2	Подвижные игры: «Попробуй, унеси!», различные варианты игры «Салочки», специальные эстафеты с выполнением заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.	спортзал	оценка физподгот техники двигат. деят.
19.				Практ.	2	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).	спортзал	
20.				Практ.	2	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).	спортзал	
21				Практ.	2	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (или двумя) в руках (до 2 кг).	спортзал	
22.				Практ.	2	Упражнения с отягощением. Приседания, выпрыгивания вверх из приседа, полуприседа, прыжки на обеих ногах.	спортзал	
23.				Практ.	2	Многократные броски набивного мяча (массой 1-2 кг) над собой в прыжке и ловля после приземления.	спортзал	
24.				Практ.	2	Прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком, спиной вперед. То же с отягощением.	спортзал	оценка физподгот техники выполн. игровых приемов
25.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи. Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой.	спортзал	
26.	Декабрь			Практ.	2	Упражнения с резиновыми амортизаторами. Упражнения с набивным мячом. Броски мяча: двумя руками из-за	спортзал	

						головы с максимальным прогибанием при замахе, снизу одной и двумя руками, одной рукой над головой, «крюком» через сетку. Упражнения с партнером.		
27.				Практ.	2	Упражнения с резиновыми амортизаторами. Упражнения с набивным мячом. Броски мяча: двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием при замахе, снизу одной и двумя руками, одной рукой над головой, «крюком» через сетку. Упражнения с партнером.	спортзал	
28.				Практ.	2	Упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд). Совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Поддачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку). Поддачи мяча слабейшей рукой.	спортзал	
29.				Практ.	2	Упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд). Совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Поддачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку). Поддачи мяча слабейшей рукой.	спортзал	
30.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте и в прыжке, в прыжке через сетку двумя руками из-за головы, «крюком» в прыжке – в парах и через сетку. Имитация прямого нападающего удара, держа в руках мешочек с песком (до 1 кг).	спортзал	
31.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте и в прыжке, в прыжке через сетку двумя руками из-за головы, «крюком» в прыжке – в парах и через сетку. Имитация прямого нападающего удара, держа в руках мешочек с песком (до 1 кг).	спортзал	
32.				Практ.	2	Упражнения для развития качеств, необходимых при	спортзал	

						блокировании. Прыжковые упражнения, описанные ранее, в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного мяча. То же с касанием волейбольного мяча на резиновых амортизаторах: с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений (различные сочетания), после прыжка в глубину (спрыгивания).		
33.				Практ.		Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжковые упражнения, описанные ранее, в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного мяча. То же с касанием волейбольного мяча на резиновых амортизаторах: с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений (различные сочетания), после прыжка в глубину (спрыгивания).	спортзал	
34.	Январь			Практ.	2	Передвижения вдоль сетки лицом к ней приставными шагами правым, левым боком вперед, остановка и принятие исходного положения для блокирования.	спортзал	
35.				Практ.	2	Нападающий с набивным мячом перемещается вдоль сетки, выполняет остановки и в прыжке бросает мяч над собой; блокирующий должен своевременно занять исходное положение и прыгнуть на блок так, чтобы ладони были над сеткой в момент выпуска мяча из рук нападающего.	спортзал	
36.				Практ.	2	Нападающий с набивным мячом перемещается вдоль сетки, выполняет остановки и в прыжке бросает мяч над собой; блокирующий должен своевременно занять исходное положение и прыгнуть на блок так, чтобы ладони были над сеткой в момент выпуска мяча из рук нападающего.	спортзал	оценка физподгот техники выполн. игровых приемов
37.				Практ.	2	Нападающие выполняют броски и ловлю набивного мяча в рамках групповых тактических действий в нападении, блокирующий выбирает место и блокирует.	спортзал	

38				Практ.	2	Нападающие выполняют броски и ловлю набивного мяча в рамках групповых тактических действий в нападении, блокирующий выбирает место и блокирует.	спортзал	
39				Практ.	2	Техническая подготовка (26 ч.). Техника нападения. Действия без мяча.	спортзал	
40				Практ.	2	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.	спортзал	
41				Практ.	2	Действия с мячом: передача сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара; передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению; передача сверху двумя руками в прыжке (вперед-вверх). Подача мяча – верхняя прямая.	спортзал	оценка физподгот техники выполн. игровых приемов
42	Февраль			Практ.	2	Действия с мячом: передача сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара; передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению; передача сверху двумя руками в прыжке (вперед-вверх). Подача мяча – верхняя прямая.	спортзал	
43				Практ.	2	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.	спортзал	
44				Практ.	2	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач.	спортзал	оценка физподгот техники выполн. игровых приемов
45				Практ.	2	Техника защиты. Действия без мяча. Остановка прыжком. Падения и перекаты после падений.	спортзал	
46				Практ.	2	Сочетание способов перемещений с остановками и стойками. Сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами игры в защите.	спортзал	
47				Практ.	2	Действия с мячом. Прием мяча: снизу двумя руками; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4, 3, 2; прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	спортзал	оценка физподг, технич. действ.
48				Практ.	2	Действия с мячом. Прием мяча: снизу двумя руками;	спортзал	

						нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4, 3, 2; прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.		
49				Практ.	2	Действия с мячом. Прием мяча: снизу двумя руками; нижняя передача на точность, прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4, 3, 2; прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	спортзал	
50	Март			Практ.	2	Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.	спортзал	оценка физподг
51				Практ.	2	Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.	спортзал	
52				Практ.	2	Тактическая подготовка (30 ч.). Физическая подготовка. Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (Н).	спортзал	
53				Практ.	2	Интегральная подготовка. Физическая подготовка. Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).	спортзал	оценка качества выполн технич. приемов игры
54				Практ.	2	Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).	спортзал	
55				Практ.	2	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки (С). Прием мяча снизу двумя руками:	спортзал	
56				Практ.	2	Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).	спортзал	
57				Практ.	2	Передача сверху из зоны нападения через сетку на заднюю линию (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).	спортзал	

58	Апрель			Практ.	2	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).	спортзал	оценка качества выполн технич. приемов игры
59				Практ.	2	Расположение игроков при приеме подачи, при второй передаче выходящих игроков зоны 2 в зону 3 и нападающего удара в зоны 2 и 4 (Н).	спортзал	
60				Практ.	2	Прямой удар по ходу из зон 4, 3, 2 (с высоких и средних по расстоянию передач) (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С).	спортзал	
61				Практ.	2	Система игры со второй передачи через игрока передней линии (после приема верхних подач): вторая передача через игрока зоны 3 (Н).	спортзал	
62				Практ.	2	Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С). Прием мяча снизу двумя руками: верхней прямой подачи (С). Взаимодействие игроков передней линии при второй передаче игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3, игрока зоны 2, с игроками зон 3 и 4, игроков зон 4 и 3 с игроком зоны 2 (С).	спортзал	
63				Практ.	2	Теоретическая подготовка. Физическая подготовка. Взаимодействие игроков передней линии при второй передаче игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3, игрока зоны 2, с игроками зон 3 и 4, игроков зон 4 и 3 с игроком зоны 2 (С). Расположение игроков при приеме верхних подач, при второй передаче через игроков зон 3 и 2 (С).	спортзал	оценка физподг,
64				Практ.	2	Система игры со второй передачи через игрока передней линии (после приема верхних подач): вторая передача через игрока зоны 2 (Н). Взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от подач, нападающих ударов, обманных действий (страховка партнера) (С).	спортзал	
65				Практ.	2	Блокирование: одиночное: ударов из зон 4, 2, 3 по диагонали с высоких и низких передач (Н). Взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от подач, нападающих ударов, обманных действий	спортзал	

						(страховка партнера) (С).		
66	Май			Практ.	2	Блокирование: одиночное: ударов из зон 4, 2, 3 по диагонали с высоких и низких передач (Н). Вторая передача из зоны 3 игрокам зоны 2 и 4 (чередование) (С). Выбор места при блокировании (Н).	спортзал	оценка технич. приемов игры
67				Практ.	2	Контрольные испытания и соревнования (8 ч.). Участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	спортзал	оценка физподг, качества выполн технич. приемов игры
68				Практ.	2	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	
69				Практ.	2	Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.	спортзал	
70				Практ.	2	Контрольные испытания.	спортзал	
71				Практ.	2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	
72					2	Итоговое занятие. Двусторонние игры.	спортзал	

ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ
Итоговой аттестации обучающихся
МБОУ «СОШ № 26» г. Грозного
за 2024-2025 учебный год.

Название объединения: «Волейбол»

ФИО педагога: Яхиев И.А.

Группа № ; год обучения _____

Дата проведения итоговой аттестации:

Количество обучающихся в группе: 15

Форма проведения: Практическая работа

№	Ф.И. обучающегося	Уровень усвоения программного материала					
		Теория			Практика		
		Выс.	Сред.	Низ.	Выс.	Сред.	Низ.
1.							
2.							
3.							
4.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							

Качество усвоения обучающимися содержания образовательной программы:

Всего аттестовано: ____ обучающихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень: по теории ____ % ; практике ____ %

средний уровень: по теории ____ % ; практике ____ %

низкий уровень: по теории ____ % ; практике ____ %

Члены аттестационной комиссии :

Подпись педагога: _____

Приложение №3

**Таблица оценки результатов обучающихся по волейболу
МБОУ «СОШ № 26» г. Грозного за 2024-2025 учебный год**

[illegible]

Педагог _____

**Методические рекомендации по организации промежуточной
(после каждого периода обучения) и итоговой (после освоения Программы)
аттестации учащихся**

Для оценки уровня освоения Программы проводятся промежуточная (ежегодно, после каждого периода обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация учащихся.

Основные требования к контролю:

1. Контроль подготовки учащихся предусматривает регистрацию и анализ основных количественных характеристик учебно-тренировочного процесса – учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, а также тех необходимых дополнительных параметров, которые своей информативной значимостью отражают специфику подготовки в баскетболе.

2. Контрольные тесты и нормативы подготовленности учащихся определяются задачами этапа их подготовки и устанавливаются для оценки динамики физического развития, адекватности влияния учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок возможностям организма, разрабатываются в соответствии с видами подготовки и оцениваются на основе результатов комплекса измерений, необходимых и достаточных для обоснованной коррекции подготовки.

3. Этапные нормативы физической подготовленности, предъявляют обязательные требования к общей физической подготовленности и специальной спортивной подготовленности учащихся, являются основанием для перевода обучающихся на следующий этап многолетней подготовки и приоритетными на всех этапах обучения.

4. Контроль подготовки на этапах годичного цикла проводится не реже 2-3 раз в год с целью выявления динамики физического развития, оценки общей и специальной подготовленности учащихся, определения степени соответствия приростов этих показателей индивидуальным темпам и нормам биологического развития. Значимость этапного контроля одинакова для всех групп занимающихся баскетболом.

5. Все виды контроля подготовленности учащихся осуществляются, исходя из имеющихся возможностей и аппаратно-приборного оснащения учреждения образования, где учащиеся проходят подготовку.

Ежегодно приказом утверждаются сроки сдачи аттестации по предметной области (в течение месяца в конце учебного года) и члены аттестационной комиссии.

Явка на прохождение аттестации обязательна для всех обучающихся. Отсутствие на аттестации по предметной области без уважительной причины может являться поводом для отчисления учащегося.

Для учащихся, не явившихся на аттестацию по уважительной причине, аттестация назначается на другое время.

В случае неудачной сдачи требований аттестации учащийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза.

На следующий уровень подготовки переходят только учащиеся успешно прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметным областям Программы. Учащиеся, не справившиеся с промежуточной аттестацией на следующий этап (период) подготовки, не переводятся, для них возможно повторное прохождение данного периода подготовки (но не более одного раза на данном этапе): либо данный учащийся отчисляется за невыполнение программных требований.

Для досрочного перехода на этап (период) подготовки необходимо успешно сдать требования итоговой аттестации предшествующего данному этапу (периоду) периода подготовки.