

Управление образования Администрации городского округа Сухой Лог
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»

Принято на заседании
координационно - методического совета
протокол № 1 от 29 августа 2022 г.



Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 10
О. А. Просвирякова
приказ № 182-од от 29 августа 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

Секция «Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Контингент обучающихся: 5 – 11 класс
Срок реализации: 1 год

Составитель: Артюшин П.А.,
учитель физической культуры.

с. Новопышминское

2022 г.

Управление образования Администрации городского округа Сухой Лог
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»

Принято на заседании
координационно - методического совета
протокол № 1 от 29 августа 2022 г.

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 10
_____ О. А. Просвирякова
приказ № 182-од от 29 августа 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

Секция «Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Контингент обучающихся: 5 – 11 класс
Срок реализации: 1 год

Составитель: Артюшин П.А.,
учитель физической культуры.

с. Новопышминское

2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Спорт является важной составляющей здоровья детей. Секция волейбола направлена на подготовку обучающихся к школьным и районным соревнованиям, формирование здорового образа жизни, физического совершенствования, а также на отказ от негативных проявлений, в том числе вредных привычек.

Внедрение новой игровой дисциплины поможет обучающимся без напряжения и с естественным любопытством приобщиться к легкодоступным формам оздоровления и разовьёт у них потребность в здоровом образе жизни, совершенствовании физических качеств человека, укреплении здоровья и формировании мотивации здорового образа жизни; достижения оздоровительно-корректирующего эффекта.

Актуальность программы волейбола начальной подготовки обусловлена проблемой развития функциональных и физических качеств школьников, а проблема обусловлена тем, что при существующих нагрузках в режиме дня двигательная активность неуклонно снижается, что чревато многими последствиями для здоровья растущего поколения.

Рабочая программа для спортивной секции по волейболу разработана на основе пособия А.И.Каинова «Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации» Волгоград: Учитель – 2013.

Цель программы – развитие физических качеств обучающихся через организацию практических и теоретических занятий по волейболу.

Основными **задачами** программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу.

Направленность: физкультурно-спортивная

Контингент учащихся: учащиеся 5-11 классов (11-18 лет).

Режим занятий: 2 академических часа в неделю (всего 68 часов в год)

Срок реализации: 1 год

Формы проведения занятий и виды деятельности:

Однонаправленные занятия посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому.

Комбинированные занятия включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

Целостно-игровые занятия построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия: приём нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся

Подобная реализация рабочей программы по «Волейболу» соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

- готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

Планируемые результаты

По завершению реализации программы по «Волейболу» учащиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила игры в волейбол;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

и должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

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

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся **смогут узнать:**

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;

и смогут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

Формы предъявления результатов: соревнования, дружеские встречи, турниры.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|-------|---|------------------|----------|-----------|---------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Основы знаний | 7 | 7 | 0 | опрос |
| 2 | Общая и специальная физическая подготовка | 14 | 0 | 14 | |
| 3 | Техника и тактика игры | 47 | 0 | 47 | Соревнования |
| | итого | 68 | 7 | 61 | |

Содержание учебного плана

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила игры, правила проведения соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка»:

развитие быстроты

Бег в переменном темпе с изменением направления, с включением ускорений, прыжков, старты из различных исходных положений. Бег 30м., бег 60м., бег 100м. Бег с высоким подниманием бедра, приставными и скрестными шагами, по малому кругу, семенящий, с ускорением, по отметкам, бег прыжками, бег эстафетный, бег по наклонной дорожке, бег за лидером.

развитие силы

Подтягивания, поднимание и опускание ног в вися, отжимания от пола, приседание на двух ногах. Лазанье на гимнастической стенке. Поднимание ног, лёжа на спине. Из вися прогнувшись на гимнастической стенке поднимать прямые или согнутые ноги до горизонтального положения. Подтягивание на низкой перекладине; хват сверху, снизу; туловище держать прямо. Лазание по канату с помощью рук в положении вися, из вися углом 90градусов ноги согнуты в коленях; прямые ноги. Запрыгивание на возвышение (гимнастическая скамейка, конь, козел). Прыжок в длину с места, прыжки на скакалке, количество в зависимости от возраста. Метание мячей. Упражнения с гантелями, прыжки на большой скакалке. Упражнения в паре, броски набивного мяча. Выпады. Прыжки с разбега в песок, прыжки через гимнастического козла. Приседание с гантелями.

развитие выносливости

Бег на длинные дистанции. Стойка на локтях (планка). Прыжки со скакалкой, прыжки на возвышенность. Приседания с выпрыгиванием, приседания с набивными

мячами. Выпады с гантелями – на каждую ногу. Поднимание туловища, лёжа на спине. Сгибание разгибание рук в упоре лежа. Бег прыжками вперед, пытаясь добиться максимальной длины шага. Бег вверх по наклонной дорожке с различным углом подъема. Полоса препятствий.

развитие ловкости

Кувырки вперед и назад. Падения назад и быстрое вставание. Гимнастическое «колесо» влево и вправо. Прыжки на месте с поворотом на 180°- 360°. Упражнения с волейбольными и баскетбольными мячами. Прохождение полосы препятствий. Ходьба по гимнастической скамейке, бег по скамейке. Бег и ходьба по рейке скамейки. Подвижные игры-эстафеты. Упражнения с гимнастическими палками, скакалками.

В разделе «Техника и тактика игры»:

представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры. Поддача мяча: верхняя и нижняя, прямая. Передача мяча: сверху двумя руками с места; в прыжке, после перемещения; из зоны в зону; из глубины площадки к сетке; стоя у сетки сверху двумя руками; стоя спиной в направлении передачи; сверху из глубины площадки. Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи; нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения; сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину; с низу двумя руками и одной рукой с падением в перед на руку и перекатом на грудь. Нападающий удар через сетку: в зонах 4 и 2 с передачей из глубины площадки; по ходу из зоны 3,4 и 2; из зоны 3 с высоких и средних передач; с удаленных от сетки передач. Блокирование нападающих ударов: одиночные и групповые в зонах 4 и 2, выполненных с передачи из зоны 3; по ходу, выполняемых из зон 4-3 и 2-3 в известном направлении. Выбор места для выполнения блокирования нападающего удара. Выбор места для выполнения нападающего удара. Взаимодействие игроков передней линии в нападении. Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи. Защитные действия игроков внутри линии при приеме подачи. Нападающие действия игроков передней линии при второй передаче. Система игры в защите.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Месяц | Число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
|-------|-------|-------|--------------------------|---------------|--------------|--|---------------------|----------------|
| 1 | 09 | 02 | 17.00-17.40 | Теоретическое | 1 | История волейбола. Инструктаж по Т.Б. | Спортивная площадка | |
| 2 | 09 | 05 | 16.00-16.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивная площадка | опрос |
| 3 | 09 | 09 | 17.00-17.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивная площадка | опрос |
| 4 | 09 | 12 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 5 | 09 | 16 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 6 | 09 | 19 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра. | Спортивная площадка | |
| 7 | 09 | 23 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра. | Спортивная площадка | |

| | | | | | | | | |
|----|----|----|-------------|---------------|---|--|---------------------|-------|
| 8 | 09 | 26 | 16.00-16.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивная площадка | опрос |
| 9 | 09 | 30 | 17.00-17.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивная площадка | опрос |
| 10 | 10 | 03 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Подача мяча: верхняя и нижняя, прямая. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 11 | 10 | 07 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Подача мяча: верхняя и нижняя, прямая. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 12 | 10 | 10 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Подача мяча: верхняя боковая. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 13 | 10 | 14 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Подача мяча: верхняя боковая. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 14 | 10 | 17 | 16.00-16.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивный зал | |
| 15 | 10 | 21 | 17.00-17.40 | Теоретическое | 1 | Правила игры в волейбол. | Спортивный зал | опрос |
| 16 | 10 | 24 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 17 | 11 | 11 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 18 | 11 | 14 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра. | Спортивный зал | |
| 19 | 11 | 18 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра. | Спортивный зал | |
| 20 | 11 | 21 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 21 | 11 | 25 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 22 | 11 | 28 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра. | Спортивный зал | |
| 23 | 12 | 02 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра. | Спортивный зал | |
| 24 | 12 | 05 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: стоя у сетки сверху двумя руками. Игра. | Спортивный зал | |
| 25 | 12 | 09 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: стоя у сетки сверху двумя руками. Игра. | Спортивный зал | |
| 26 | 12 | 12 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: стоя спиной в направлении передачи. Игра. | Спортивный зал | |
| 27 | 12 | 16 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: стоя спиной в направлении передачи. Игра. | Спортивный зал | |
| 28 | 12 | 19 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: сверху из глубины площадки. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 29 | 12 | 23 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Передача мяча: сверху из глубины площадки. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 30 | 12 | 26 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 31 | 12 | 30 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 32 | 01 | 09 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения. | Спортивный зал | |

| | | | | | | | | |
|----|----|----|-------------|--------------|---|--|----------------|--|
| 33 | 01 | 13 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения. | Спортивный зал | |
| 34 | 01 | 16 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 35 | 01 | 20 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 36 | 01 | 23 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением в перед на руку и перекатом на грудь. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 37 | 01 | 27 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением в перед на руку и перекатом на грудь. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 38 | 01 | 30 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития скоростных качеств | Спортивный зал | |
| 39 | 02 | 03 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Нападающий удар через сетку: по ходу из зоны 3,4 и 2. Игра. | Спортивный зал | |
| 40 | 02 | 06 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Нападающий удар через сетку: в зонах 4 и 2 с передачей из глубины площадки. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 41 | 02 | 10 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие выносливости. | Спортивный зал | |
| 42 | 02 | 13 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Нападающий удар через сетку: из зоны 3 с высоких и средних передач. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 43 | 02 | 17 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие силы. | Спортивный зал | |
| 44 | 02 | 20 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Нападающий удар через сетку: с удаленных от сетки передач. Игра. | Спортивный зал | |
| 45 | 02 | 24 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития ловкости | Спортивный зал | |
| 46 | 02 | 27 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Блокирование нападающих ударов: одиночные и групповые в зонах 4 и 2, выполненных с передачи из зоны 3. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 47 | 03 | 03 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития скоростных качеств | Спортивный зал | |
| 48 | 03 | 06 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Блокирование нападающих ударов: по ходу, выполняемых из зон 4-3 и 2-3 в известном направлении. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 49 | 03 | 10 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие выносливости. | Спортивный зал | |
| 50 | 03 | 13 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Индивидуальные тактические действия: выбор и способ отбивания мяча через сетку. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 51 | 03 | 17 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие силы | Спортивный зал | |

| | | | | | | | | |
|----------------|----|----|-------------|--------------|---|---|---------------------|--|
| 52 | 03 | 20 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Передача сверху двумя руками, кулаком снизу. Учебная игра. | Спортивный зал | |
| 53 | 04 | 03 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития скоростных качеств | Спортивный зал | |
| 54 | 04 | 07 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Выбор места для выполнения блокирования нападающего удара. | Спортивный зал | |
| 55 | 04 | 10 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие выносливости. | Спортивный зал | |
| 56 | 04 | 14 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Выбор места для выполнения нападающего удара. Игра. | Спортивный зал | |
| 57 | 04 | 17 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие силы | Спортивный зал | |
| 58 | 04 | 21 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Взаимодействие игроков передней линии в нападении. Игра. | Спортивная площадка | |
| 59 | 04 | 24 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития ловкости | Спортивная площадка | |
| 60 | 04 | 28 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 61 | 05 | 05 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения для развития скоростных качеств | Спортивная площадка | |
| 62 | 05 | 08 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Защитные действия игроков внутри линии при приеме подач. Игра. | Спортивная площадка | |
| 63 | 05 | 12 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие выносливости. | Спортивная площадка | |
| 64 | 05 | 15 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Нападающие действия игроков передней линии при второй передаче. Учебная игра. | Спортивная площадка | |
| 65 | 05 | 19 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Упражнения на развитие силы | Спортивная площадка | |
| 66 | 05 | 22 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Система игры в защите. Игра. | Спортивная площадка | |
| 67 | 05 | 26 | 17.00-17.40 | Практическое | 1 | Система игры в нападении. Игра. | Спортивная площадка | |
| 68 | 05 | 29 | 16.00-16.40 | Практическое | 1 | Система игры в комплексе. Игра. | Спортивная площадка | |
| Итого: 68 час. | | | | | | | | |

Материально-техническое обеспечение

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр;

К – полный комплект (на каждого обучающегося);

Г – комплект (для работы в группах).

| № п/п | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | кол-во |
|-------|--|--------|
| 1 | Стандарт основного общего образования по физической культуре | Д |
| 2 | Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.: ил. – (Работаем по новым стандартам) | Д |
| 3 | Дидактические материалы по основным разделам | Г |
| 4 | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению | Д |
| 5 | Методические издания по физической культуре для учителей | Д |
| 6 | Аудиозаписи | Д |
| 7 | Мультимедийный компьютер | Д |
| 8 | Стенка гимнастическая | Г |
| 9 | Скамейка гимнастическая жёсткая | Г |
| 10 | Мячи: футбольные, теннисные, малые мячи (мягкие), набивное | Г |
| 11 | Палка гимнастическая | К |
| 12 | Мячи: баскетбольные, волейбольные | К |
| 13 | Скакалка детская | К |
| 14 | Табло перекидное | Д |
| 15 | Стойки волейбольные универсальные | Д |
| 16 | Обруч детский | Г |
| 17 | Жилетки игровые | Г |
| 18 | Сетка волейбольная | Д |
| 19 | Аптечка | Д |
| 20 | Конус сигнальный | Г |
| 21 | Насос ручной | Д |
| 22 | Секундомер | Д |
| 23 | Площадка игровая волейбольная | Д |

Литература для учителя:

1. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. – М.: «Просвещение», 2010 г.
2. Железняк Ю. Д. «120 уроков по волейболу» М.:, 2013г.
3. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н., Волейбол в школе, М.: – «Просвещение» 2005 г. г.
4. Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов Юный волейболист, М.: – «Физкультура и спорт» 2012г.
5. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-на-Д: «Феникс», 2001 г.
6. Лях В.И.. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 2016 г.
7. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов.- М.: Просвещение, 2012
8. Хомутский В. С. «Волейбол. Программа для секций коллективов физкультуры - М.: Просвещение, 2011г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575907

Владелец Просвирякова Ольга Анатольевна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023