

1. Пояснительная записка.

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации, организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 7–11 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся

максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, быстрота принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное и доступное оборудование.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья учащихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании».
- Федеральный государственный образовательный стандарт.
- СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9;
- Федеральный закон от 20.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 № 224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- «О недопустимости перегрузок обучающихся в школе» (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999).
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).

Методической основой в рамках реализации данной программы внеурочной деятельности является «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И. Лях, А.А. Зданевич, М. Просвещение, 2012 год.

НОВИЗНА программы состоит в том, что призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «волейбол».

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

По мнению физиологов, даже три урока физической культуры в неделю, предусмотренные школьной программой и направленные на формирование новых двигательных умений и навыков, не могут в полной мере компенсировать дефицит двигательной активности, удовлетворить биологическую потребность детей в движениях. Актуальность данной программы состоит в том, что в процессе занятий волейболом создаются условия для более высокого уровня физической подготовленности, умственной и мышечной работоспособности учащихся в сравнении с учениками, посещающими только уроки физической культуры.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ программы состоит в том, что в ходе реализации программы создаются условия для углубленного овладения базовым видом спорта - волейбол.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ программы заключается в приобщении учащихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, в возможности овладевать новыми двигательными умениями и навыками, в утверждении паритета между оздоровительно-тренировочной направленностью занятий в секции и её направленностью на развитие личности обучающегося.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: создание условий для формирования ценностей физической культуры и здорового образа жизни учащихся, через углубленное овладение базовым видом спорта – волейбол.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
4. Обучение технике и тактике игры в волейбол.

5. Развитие физических способностей (кондиционных и координационных).
6. Формирование у учащихся теоретических основ игры в волейбол.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

1. целостно-конструктивным;
2. расчленено-конструктивным.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как учащиеся овладели основными техническими элементами игры в волейбол.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Программа предназначена для учащихся общеобразовательной школы в возрасте от 14 до 18 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. Наполняемость групп: может варьироваться в зависимости от числа учащихся, выбравших данную программу.

Объём программы – 35 часов и рассчитана на 1 год обучения.

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению кружка «Волейбол» предназначена для учащихся 7–11 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий, а именно: занятия проводятся после уроков основного расписания согласно расписания кружка, продолжительность занятия составляет 1 академический час (45 мин).

Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

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

3.ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В результате освоения программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Волейбол» учащиеся должны достигнуть определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории развития волейбола в России, Калужской области как части наследия народов России и человечества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных

чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Предметные результаты:

- умение использовать базовый вид спорта - волейбол для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья;
- умение самостоятельно выполнять упражнения общей и специальной физической подготовки, целенаправленно воздействующие на развитие кондиционных и координационных способностей;
- владение техникой и тактикой игры в волейбол;
- владение достаточным арсеналом общеразвивающих упражнений для самостоятельной подготовки организма к тренировочной и соревновательной деятельности;
- владение практическими навыками судейства игры волейбол;
- умение организовывать соревнования в группе, школе, лагере отдыха.

Также в результате освоения программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Волейбол» учащиеся должны достигнуть определенных **воспитательных результатов:**

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном в дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной просоциальной среде.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых, немислимо существование гражданина и гражданского общества.

4.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ занятия	Наименование раздела программы	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Дата проведения	
					План	Факт
1	2	3	4	5		
	Теория (в процессе каждого занятия)	История возникновения волейбола. Правила игры в волейбол. Жесты судей. Места занятий и инвентарь. Врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к занятиям волейболом.		Изучение нового материала		
1-3	Техническая подготовка (18 часов)	Стойки и перемещения. Техника приема и передач мяча.	3	Изучение нового материала, комплексный,	06.09 13.09 20.09	

				совершенствование		
4-8		Поддачи мяча, прием подач	5	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	27.09 04.10 11.10 18.10 25.10	
9-13		Нападающий удар, прием нападающего удара	5	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	15.11 22.11 29.11 06.12 13.12	
14-18		Блокирование, одиночное, групповое	5	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	20.12 27.12 17.01 24.01 31.01	
19-20	Тактическая подготовка (8 часов)	Индивидуальные тактические действия в нападении	2	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	07.02 14.02	
21-22		Индивидуальные тактические действия в	2	Изучение нового материала,	21.02 28.02	

		защите		комплексный, совершенствование		
23		Групповые тактические действия в нападении	1	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	07.03	
24		Групповые тактические действия в защите	1	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	14.03	
25		Командные тактические действия в нападении	1	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	21.03	
26		Командные тактические действия в защите	1	Изучение нового материала, комплексный, совершенствование	04.04	
27-28	Общая физическая	Упражнения для	2	комплексный	11.04	

	подготовка (6 часов)	развития ловкости			18.04	
29		Упражнения для развития силы	1	комплексный	25.04	
30		Упражнения для развития быстроты	1	комплексный	02.05	
31		Упражнения для развития выносливости	1	комплексный	09.05	
32		Упражнения для развития гибкости	1	комплексный	16.05	
33-35	Соревнования (3 часа)	Соревнования	3		23.05 27.05 30.05	

5.Содержание программы

Тематический план (35 часов).

№п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	В процессе каждого занятия
2	Техническая подготовка	18
3	Тактическая подготовка	8
4	ОФП	6
5	Соревнования	3
6	Итого	35

Тематика занятий:

Теория (в процессе каждого занятия). История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в волейбол. Жесты судей. Места занятий и инвентарь. Врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к занятиям волейболом.

Техническая подготовка (18 часов).

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.

Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте 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; 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 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Тактическая подготовка (8 часов).

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

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

Общая физическая подготовка (6 часов).

Упражнения для развития кондиционных и координационных, способностей.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки : с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

Соревнования (3 часа).

Принять участие в соревнованиях с родителями, с соседними школами. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

6.Формы и методы работы и контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные испытания.

Анализ результатов освоения программы обучающихся осуществляется посредством промежуточного и итогового контроля физической и технической подготовленности учащихся. Также в процессе каждого занятия осуществляется текущий контроль, позволяющий индивидуализировать процесс физического развития и совершенствования, а также овладения техническими и тактическими элементами игры в волейбол.

Контрольные испытания.

Общая физическая подготовка.

Челночный бег 6х5м . на расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит. Преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Техническая подготовка.

В декабре учащиеся сдают контрольные испытания с 1 по 6, в мае - все.

№	Контрольные испытания	Норматив
1	Правила соревнований	зачет
2	Передачи в парах через сетку двумя руками сверху	10 без потерь
3	Передача от стены двумя руками сверху на расстоянии 2–3 м	10 без потерь
4	Передача от стены двумя руками снизу на расстоянии 2–3 м	10 без потерь
5	Передачи мяча над собой, не входя из круга	15 без потерь
6	Подача (любая): из 6 попыток	4
7	Передачи на точность через сетку из зоны 4 в зону 6 после паса преподавателя: из 6 попыток	3
7	Нападающий удар из зоны 4 после паса преподавателя: из 6 попыток	3

Тактическая подготовка.

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество и качество правильно выполненных заданий

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

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	Волейбол в школе. Пособие для учителя. М.: Просвещение, 2008. -111с.	Д
4	Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва(этапы спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст]. – М.: Советский спорт, 2005. – 112с.	Д
5	Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физкультура и спорт, 2006.	Д
6	Справочник учителя физической культуры /авт.-сост. П.А. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.	Д
7	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.: Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2007.	Д
8	Конева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.	Д
9	Дидактические материалы по основным разделам	Г

10	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
11	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
12	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д
13	Плакаты методические	Д
14	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д
15	Видеофильмы по основным разделам учебного материала	Д
16	Аудиозаписи	Д
17	Мультимедийный компьютер	Д
18	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д
19	Стенка гимнастическая	Г
20	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г
21	Скамья атлетическая вертикальная, наклонная	Г
22	Мячи: футбольные, теннисные, малые мячи (мягкие), набивное	Г
23	Палка гимнастическая	К
24	Мячи: баскетбольные, волейбольные	К
25	Скакалка гимнастическая	К
26	Гантели наборные	Г
27	Табло перекидное	Д
28	Стойки волейбольные универсальные	Д
29	Кубики	Г
30	Обруч	Г
31	Жилетки игровые	Г
32	Сетка волейбольная	Д
33	Аптечка	Д
34	Корзина для переноски и хранения мячей	Д
35	Конус сигнальный	Г

36	Насос ручной	Д
37	Секундомер	Д
38	Площадка игровая волейбольная	Д

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 2006. 111с.
3. Волейбол: 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. 2005.-112с.
4. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы //В.И. Лях, А.А. Зданевич.-М: «Просвещение», 2014.-128 с.
5. 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, 2005.
6. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.
7. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
8. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 2013.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128279

Владелец Федорова Галина Анатольевна

Действителен с 24.10.2022 по 24.10.2023