МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Кировское областное государственное
профессиональное автономное учреждение
« Вятский электромашиностроительный техникум»
(КОГПОАУ ВЭМТ)

Казакова М.Ю.
я подтверждаю
этот документ
КОГПОАУ ВЭМТ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор КОГПОАУ «ВЭМТ»
_____М. Ю. Казакова.
29.09.2021.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
по волейболу

Возраст обучающихся: 16 -22лет
Срок реализации программы:1 год

Программу составила:
Преподаватель физ.культуры
Ладыгина Л.А

Министерство образования Кировской области
Кировское областное государственное профессиональное образовательное автономное учреждение
Вятский электромашиностроительный техникум

УТВЕРЖДАЮ:
ДиректорКОГПОАУ"ВЭМТ"
_____Казакова М.Ю."_____" _____2021

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно-спортивнойнаправленности
"Волейбол"

Возрастобучающихся:от16 до 22 лет
Срокреализациипрограммы:1год

Автор-составительпрограммы:
Ладыгина Людмила Аркадьевна,
руководитель физического воспитания

Киров,2021г.

Раздел1.Комплекс основных характеристик программы.

Пояснительнаязаписка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Волейбол" (далее - программа, образовательная программа) составлена в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЭ "Об образовании в Российской Федерации";
- "Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 №41);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Образовательная программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную *направленность*, носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение.

Актуальность программы обусловлена тем, что волейбол - одна из наиболее распространенных игр в России. Массовый, подлинно народный характер волейбола объясняется его высокой эмоциональностью и доступностью, основанной на простоте правил игры и несложности оборудования. Игра в волейбол стала средством организации досуга, рационального использования свободного времени, средством поддержания здоровья и восстановления работоспособности. Игровой процесс обеспечивает развитие культурного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Новизна программы состоит в том, программа предусматривает формирование устойчивых умений и навыков игры в волейбол, направленана подготовку обучающихся к участию в соревнованиях, мотивирует на дальнейшие занятия волейболом.

В процессе занятий развиваются двигательные (физические) способности: скоростные, скоростно-силовые, выносливость и др., а также всевозможные сочетаниядвигательныхспособностей(силоваяискоростнаявыносливость, «взрывнаясила»,«координационнаявыносливость»ит.д.).

Одновременно волейбол оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов занимающегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.); на воспитание нравственных и волевых качеств, что создается, главным образом, необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры; на согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров исоперников.

Поскольку игроку приходится самостоятельно быстро и своевременно приниматьрешенияиосуществлятьдвигательныедействия,волейбол

содействует воспитанию волевых качеств инициативности и самостоятельности.

*Адресат программы.*Образовательная программа разработана для обучающихся ввозрасте16 - 22 лет.Составучебной группы составляет20-25 человек, максимальный - 25 человек.

Для обучения принимаются обучающиеся, имеющие медицинское заключение для занятий этим видом спорта. Нагрузка формируетсяпедагогом с учетом физиологических и психологических обучающихся.

Объем и срокиреализации программы. Образовательная программа рассчитана на 1 год реализации, объем программы288 часов.

*Формаобучения:*очная.

Уровеньпрограммы.«Базовыйуровень».Предполагаетиспользованиеи реализацию таких форм организацииматериала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированнообеспечивают трансляцию общей ицелостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Организационныеформыобучения:

Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста. Состав группы обучающихся – постоянный.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа - 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю – 9 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа.

Цельизадачи программы

Цель программы: привитие интереса к волейболу, к систематическим занятиям спортом, повышение уровня владения техникойи тактикой игры в волейбол.

Задачипрограммы:

Предметные: обучениеиспользованию различных систем и видов специальных физических упражнений в самостоятельных занятиях; ознакомление с разнообразными формами двигательной активности;

Метапредметные: расширение адаптационных и функциональных возможности студентов; обогащение двигательного опыта студентов благодаря овладению основами избранного вида спорта; формирование адекватной самооценки;

Личностные: использование физической культуры как средство воспитания молодежи.

Основы программы избранного вида спортивной специализации игры в волейбол, составляют технические приемы и тактические действия игры.

Содержаниепрограммы

Учебныйплан

№ п/п	Названиераздела, темы	Количествочасов			Формы промежуточной аттестации
		Всего на раздел	Теория	Практика	
1.	Общая физическая подготовка	44	4	40	Устныйопрос, наблюдение
2.	Специальная подготовка	26	4	22	Тест
3.	Техническая подготовка	88	8	80	Сдача нормативов
4.	Тактическая подготовка	62	4	58	Сдача нормативов
5.	Интегральная подготовка (контрольныеигры)	68	-	68	
	ИТОГО	**288**	14	182	

Содержаниеучебногоплана

1. Общаяфизическаяподготовка

История развития физической культуры в России, история Олимпийского движения, история развития волейбола в нашей стране. Физическая культура как часть общей культуры человека, понятие спортивной деятельности. Организация спортивных соревнований, разработка положений о соревнованиях, подготовка мест и график проведения соревнований. Влияние занятий спортом на центральную нервную систему. Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания и кровообращения, улучшение обмена веществ под влиянием различных физических упражнений. Влияние физических упражнений на психику, интеллектуальное развитие. Профилактика курения, алкоголизма и наркомании.

Содержание врачебного контроля и самоконтроля в процессе тренировочных занятий. Оценка физического развития. Понятие об утомлении и переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Профилактика травматизма.

2. Специальнаяподготовка

Техника игры. Перемещения и стойки. Совершенствование навыков перемещения способами, характерными для игры в волейбол. Выбор способа перемещениявсоответствиисигровойобстановкой.Сочетание

перемещений с ловлей и бросками набивных мячей, с имитацией изученных технических приемов игры. Перемещения на большой скорости на небольших отрезках (до 10 м) в направлениях, наиболее частовстречающихся в игре в волейбол; остановки после быстрого перемещения и имитация изученных технических приемов. навыки перемещения совершенствуются в подготовительных упражнениях за счет увеличения быстроты и в упражнениях по технике (выбор целесообразного способа перемещения и сочетание с выполнением изученных технических приемов, в особенности в защитных действиях).

Эстафеты,включающиеразличныесочетанияспособовперемещения.

3. Техническаяподготовка

Прием и передачи мяча. Прием и передача мяча сверху двумя руками в различных условиях на месте и после перемещения. Верхняя передача в прыжке (лицом в направлении передачи). Прием мяча снизу одной и двумя руками, впереди, справа и с лева. Прием сверху с падением. Прием мяча снизу одной рукой с падением в сторону на бедро и перекатом на спину.

Прием мяча сверху и снизу. Передача горизонтально у стены за счет резких движений кистями и пальцами. Передача о стену в очерченный круг, одновременно глядя на цифры рядом с кругом.

Передачимячаназад,стояспинойвнаправлениипередачи(втройках).

Встречная передача мяча с переходом из колонны в колонну параллельно сетке, через сетку, в зонах 5 - 2, 1 - 4.

Приеммячасверхуиснизуотверхнихподач-прямойибоковой. Приеммяча:подачисверху(приемснизу)иподачиснизу(прием сверху).

Передача мяча в прыжке в парах (расстояние 2 м): один игрок стоит на месте и посылает мяч другому броском или передачей. Передача в прыжке через сетку на точность (через очерченную зону или гимнастический мат у сетки).

В парах чередование приема сверху и снизу стоя и с падением - мяч посылается передачей или броском.

Приеммячаотсеткиснизуисверхус падением.

Прием мяча сверху и снизу от нападающих ударов (удары выполняют преподаватель и занимающиеся через сетку с собственного подбрасывания).

Подача мяча. Нижняя прямая подача в определенные зоны. Верхняя прямая подача на точность.

Нижняя и верхняя прямые подачи на точность попадания в определенную зону площадки. Варианты разделения площадки: продольнона три зоны, поперечно на две зоны.

Верхняя боковая подача в пределы площадки из-за лицевой линии с соблюдением правил игры.

Подача подряд 10,20,30 раз. Чередование верхних и нижних подач.

Подачапослевыполнения определенныхзаданий(бега,прыжков, сгибания и разгибания рук в упоре лежа и т. п.). Соревнование на число правильных подач из определенного количества попыток.

Нападающиеудары.

Прямой нападающий удар из зон 4, 2, 3 правой и левой рукой. Специальные упражнения для бокового нападающего удара и удара с переводом.

Прямой нападающий удар. Прямой нападающий удар из зон 4 и 2 с передачи из зоны 3, стоя лицом к нападающему. Прямой нападающий удариз зоны 3 с передачи из зоны 2. Прямой нападающий удар левой рукой из зоны 2 с передачи из зоны 3. Совершенствование ударного движения правой и левой рукой по мячу на резиновых амортизаторах.

Боковой нападающий удар. Метание набивного мяча (1 кг) через сетку "крюком" в прыжке. Подбрасывание теннисного мяча у сетки и боковойудар.

Боковойнападающийудар(правой иззоны4,левойиззоны2)помячу, установленному у сетки с помощью держателя. Боковой удар по мячу, подброшенному партнером из зоны 3. Боковой удар с передачи преподавателя.

Нападающий удар с переводом. Метание теннисного мяча через сетку из зоны 3 и 4 в зону 1 - 2 правой рукой с поворотом туловища в лево. Подбрасывание теннисного мяча у сетки и удар с переводом.

Нападающий удар с переводом из зоны 3 в зону 1 - 2 по мячу, находящемуся у сетки в держателе. Удар с переводом по мячу, подброшенному партнером.

Удар с переводом с передачи преподавателя или занимающихсяхорошо владеющих передачей мяча.

Блокирование (для мальчиков). Одиночное блокирование в зоне 3 при нападающих ударах "по ходу" из зон 4и 2 (высота сетки 2 м 10 см - 2 м 20 см). Блокирование**,** нападающий ударвыполняется прямой или с переводом помячувдержателе.Блокирование(вначалестоянаподставке),нападающий удар из зон 4 и 2 в заранее обусловленном направлении выполняется с подбрасываниямячапартнером.Тоже,нонападающийударпроизводитсяиз зон 4 и 2 с передачи мяча из зоны 3.

4. Тактическаяподготовка

Индивидуальные тактические действия в нападении. Направление мяча через сетку передачей в уязвимые места. Разбег для нападающего удара и передача мяча в прыжке через сетку. Применение нижней или верхней подачи в соответствии с игровой обстановкой (счет в партии и др.).

Выполнение,передачи мяча над собой инаблюдениезаоднимили 2 - 3 партнерами, которые меняют свое место (на каждый уход партнера со своего места занимающийся отвечает точной передачей мяча партнеру или на то место, где он находился). То же, но занимающегося с мячом и партнером разделяет сетка.

Выполнение двумя занимающимися в зоне нападения передачи друг другу вдоль сетки, наблюдая за 2 - 3 партнерами, стоявшими у линии нападениялицомксетке напротивоположной сторонеплощадки(по сигналу

кто-либо из партнеров выбегает к сетке, занимающиеся с мячом должны немедленно передачей направить мяч на пустое место).

С теннисным мячом в руках прыжок с разбега у сетки, замах - но вместо сильного броска тихо опустить через сетку.

Разбег и прыжок для нападающего удара и передача подвешенного волейбольного мяча в прыжке. То же, но в зонах 4 и 3 с передачи (упражнения те же, что для изучения нападающего удара).

Преподаватель стоит у сетки с теннисной ракеткой, занимающиеся выполняют нападающие удары, если ракетка внизу, и передачу в прыжке, если ракетка поднята над сеткой.

Выбор способа подачи в зависимости от условий игры. Чередование верхней и нижней подачи. Правило двух подач: если верхняя подача не удалась, игрок выполняет нижнюю подачу.

Индивидуальные тактические действия в защите. Применение способа приема и передачи мяча в соответствии с направлением и скоростью полета мяча от противника (сверху или снизу). Определение при блокированиизоны, откуда будет произведен нападающий удар, своевременное занятие исходного положения для блокирования.

Прием мяча от сильных и нацеленных подач. Прием мяча от нападающих ударов: выбор наиболее целесообразного способа приема мяча.

Выход для блокирования: блокирующий стоит в зоне 3, нападающий удар выполняется из зоны 4 (2). Блокирующий наблюдает за противником и старается своевременно выйти к месту удара для блокирования.

Групповые и командные тактические действия игроков в нападении. Первая передача из зон 4, 5, 6 в зону 3 и вторая передача нападающего удара в зону 2(стоя спиной к нападающему). Первая передача из зон 2, 1, 6 в зону 3ивтораяпередачаназадвзону4длянападающегоудара.Первяяпередачав зону 2, вторая передача в зону 3 и нападающий удар (в зоне 4 игрок имитирует нападающий удар). Первая передача в зону 2, вторая передача в зону 4 и нападающий удар (в зоне 3 игрок имитирует нападающий удар). Первая передача для нападающего удара при благоприятных условиях.

Первая передача из зон 4 и 5 в зону 3, вторая передача в зону 2 (стоя спиной в направлении передачи), из зоны 2 через сетку. Первая передача из зоны 2 и 1 в зону3, вторая передача внаправляется зону 4 (назад), из зоны 4 черезсетку.Черезсеткумячнаправляетсянападающимударомипередачейв прыжке. Первая передача выполняется с передачи через сетку партнером, затем с подачи нижней прямой и верхних - прямой и боковой. При приеме мяча с подачи вводятся занимающиеся в зоны 1 и 5.

Прием мяча с подачи (вначале от передачи) и первая передача в зону 3 или 2 и в соответствии с тем, где находится занимающийся в зоне 3 - у сетки или оттянут. Свое место в зоне 3 занимающийся меняет по сигналу преподавателя, вторая передача и нападающий удар. Занимающийся в зоне 6 подбрасывает мяч над собой и передачей направляет его в зону 4 (2),стоящийтамигроквыполняетнападающийудар.Тоже,номячвзону6

направляется передачей через сетку (мальчики). Система игры со второй передачи игроком зоны нападения.

Игра в нападении с первой передачи (ознакомление). Групповые и командные тактические действия игроков в защите. Страховка при нападающем ударе и блокировании. Прикрытие слабого игрока при приеме мяча с подачи. Групповое блокирование (ознакомление для мальчиков). Ознакомление с системой игры углом назад. Упражнения, в которых применяются нападающие удары и блокирование, нападающие удары и обманные передачи; к занимающимся, занятым в упражнениях, вводятся страхующие. Основные положения игроков задней линии при блокировании, при приеме мяча от нападающих ударов без блока (система игры углом вперед).

5. Интегральнаяподготовка(контрольныеигры)

Учебные игры с заданиями. Игра уменьшенными составами: 4:4, 3:3, 4:6. При определении победителей в двухсторонних играх рекомендуется учитывать, насколько умело, и разнообразно применяли занимающиеся изученные технические приемы и тактические действия.

Планируемыерезультаты

Врезультатеосвоениясодержанияобучающиесябудут*знать*:

- историю развития волейбола в мире; историю развития отечественного волейбола и его традиции; тенденции развития и формирования современного волейбола в регионе, стране в мире;
- терминыиопределения,используемыевволейболе;
- правилаличнойгигиены вовремязанятийфизическимиупражнениями и спортом, в частности волейболом;
- способыиправилазакаливания;
- размеры площадки, название основных линий, спортивное оборудование и технические требования к нему; правила соревнований;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом, во время посещений соревнований в качестве зрителя;
- правила организации и проведения подвижных игр с элементами волейбола;
- методику организации и проведения соревнований по волейболу (в школе, во дворе со сверстниками, в лагере отдыха);

будутуметьвыполнять:

- различные виды перемещений, в высокой, средней и низкой волейбольной стойках; - выполнять имитационные и специальные упражнения: внападении,защите,приемемяча сверхуи снизудвумя руками, страховке и подстраховке, при подаче мяча и др.;
- выполнятьбазовыетехническиеэлементыиихсвязки;
- игратьвподвижныеигрысэлементамиволейбола;
- игратьвволейболпоупрощённымиосновнымправилам;

- выполнятьконтрольно-тестовыеупражнениянаОФПиСФП,ТТП;

-демонстрировать навыки организации и проведения части занятия, отдельных упражнений, комплексов упражненийс элементами волейбола, специальной разминки, бегового комплекса упражнений, прыжкового комплекса упражнений, комбинации имитационных упражнений;

- участвовать в соревнованиях по волейболу в школе, муниципалитете, городе, области и т.д.;

- вестиздоровыйобразжизни;

- проявлятькультуруповедениявовремяпросмотрасоревнованийв качестве болельщика;

-соблюдатьправилабезопасностивовремязанятийволейболом.

Раздел№2«Комплексорганизационно-педагогическихусловий»

Календарныйучебныйграфик

Календарный учебныйграфикопределяет количество учебных недельи количество учебных дней, продолжительность каникул, даты начала и окончанияучебныхпериодов/этапов;определяетдатыпроведениязанятияи т.д.Календарный учебный график является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной программе и составляется для каждой группы за две недели до начала ее реализации (см. Приложение 1).

Условияреализациипрограммы

Учебное помещениедолжно соответствовать требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41.

Материально-техническоеобеспечение:

1. Спортивныйзал;
2. Волейбольныемячи-20шт;
3. Набивныемячи-10шт;
4. Скакалки-20шт;
5. Стойкисволейбольнойсеткой.

Кадровоеобеспечение

Преподаватель, реализующий данную программу, является специалистом, имеющим соответствующие навыки и умения в областиволейбола, теории и методики построения тренировки волейболистовразличного уровня мастерства и различного возраста.

Формыаттестации

Аттестацияпозволяет определить достижения обучающимися планируемых результатов и освоения ими программы.

Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (ст.75) и приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации иосуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» проведениеитоговой аттестациипо дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам не предусмотрено.

Промежуточная аттестация проводитсяпо завершению программы в целом.

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе носит вариативный характер (Концепция, гл. I). Инструменты оценки достижений детей и подростков способствуют росту их самооценки и познавательных интересов, а также позволяют диагностировать мотивацию достижений личности (Концепция, гл. III).

Формы аттестации: теоретическая и практическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Оценочныематериалы

Способом выявления уровня освоения обучающимся, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам является *мониторинг*. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учетом возрастной категории обучающихся по общей, специальной физической подготовке и технико-тактической.

Зачетныетребованияипереводныенормативы.

Обследование физического развития производится по общепринятой методике биометрических измерений.

Физическаяподготовка.

1. Бег 30м. Испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий («стойка волейболиста»),

2. Бег 30м: 5х6 м. На расстоянии 6 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу волейболист бежит, преодолевая расстояние 6 м пять раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

3. Бег 92 м в пределах границ волейбольной площадки. На волейбольной площадке расположить 7 утяжеленных (1 кг) мячей. Мячи №1-6 находятся на боковых линиях на расстоянии 3, 6 и 9 метров от лицевой линии,мяч№7насерединелицевойлинии.Волейболистрасполагаетсяза

лицевой линией рядом с мячом № 7. По сигналу он начинает бег, касаясь мячей поочередно (№ 1, 2, 3, 4, 5, 6), каждый раз возвращаясь и касаясь мяча на лицевой линии (№ 7). Время фиксируется секундомером.

4. Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами. Для этой цели применяется приспособление конструкции В.М. Абалакова «Косой экран» или другие, позволяющие измерить высоту подъема общего центра тяжести при прыжке вверх. Нельзя отталкиваться и приземляться за пределами квадрата 50х50 см. Число попыток - три. Учитывается лучший результат.При проведении испытания должны соблюдаться единые требования (точка отсчетапри положении стоя навсей ступне,при прыжкесместа - со взмахом рук). Из трех попыток учитывается лучший результат.

5. Прыжок в длину с места. Выполняется толчком двух ног без напрыгивания. Носки стоп находятся вплотную перед контрольной линией. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

6. Метание утяжеленного мяча массой I кг из-за головы двумя руками. Метание с места. Испытуемый стоит у линии, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх, производится замах вверх назад за голову и тутже сразубросок вперед.Метаниесидя.При этомплечи должныбытьна 159 уровне линии отсчета (а не ступни ног). Даются три попытки в каждом виде метания. Учитывается лучший результат.

Техническаяподготовка.

Испытания на точность передачи мяча сверху двумя руками. Передачи выполняется с собственного подбрасывания мяча. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественный результат: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи - рейки, цветные ленты, обручи, наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зону 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничителей 3 м, расстояние от сетки не более 1,5м. Если устанавливаются мишени (обручи) их высота над сеткой 30-40 см, расстояние от боковой линии 1 м и 20-30 см от сетки. При передаче из зоны 2 в зону 4 расстояние передачи 5-6 м. Каждый занимающийся выполняет 5 попыток: учитываются количество передач, отвечающих требованиямвиспытании,атакже качество исполнениянередачи (передачас нарушением правил игры не засчитывается).

Тактическаяподготовка.

Действия при второй передаче, стоя и в прыжке. Расположение испытуемого в зоне 3 (или на границе с зоной 3). Сигналом служат: зажигание ламп за сеткой (на сетке), положение рук тренера (спортсмена) за сеткой,звуковойсигнал(команда,свисток).Мячпервойпередачей(тренажер или игрок)направляется изглубиныплощадки к сетке.Сигналподается втот момент, когда мяч начинает опускаться вниз. Задания следуют в различном порядке. Даются 6 попыток (примерно поровну в каждую зону). Учитываются количество правильно выполненных заданий и точность передачи с соблюдением правил игры.

Методическиематериалы

Решение определенных тактических задач в игровых ситуациях предопределяется методикой подготовки. Здесь можно выделить основные методически взаимосвязанные задачи:

1. Создание предпосылок для успешного обучения тактике игры. Развитие у игроков тактического мышления, быстроты сложных реакций, ориентировки на площадке, сообразительности, творческой инициативы и способности прогнозирования при решении различных двигательных задач.

2. Обучение индивидуальным действиям и взаимодействиям с партнерами в нападении и защите, командным действиям, которые характеризуются расположением игроков на площадке и их функциями.

3. Формирование умения наиболее эффективно использовать технические приемы и тактические навыки в зависимости от своих возможностей, особенности игры противника и внешних условий.

4. Развитие способностей гибко и быстро переключаться с одних систем и вариантов командных действий в нападении и защите на другие. Необходимо отметить, что если две первые задачи в основном относятся к начальному этапу овладения тактикой, то последующие решаются на протяжении многолетнего этапа совершенствования.

Методытактическойподготовки.

Методы, используемые в процессе тактической подготовки, аналогичны методам технической подготовки, но основываются на специфике тактики. При показе обычно пользуются макетами, схемами. При изучении в упрощенных условиях сложные тактические действия делят на составные, применяют сигналы, ориентиры; усложняют условия с помощью специальных устройств (например, электро-тренажер при обучении тактике нападающего удара, блокирования, подач и т, д.).

3.Списоклитературы

1. Волейбол. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер. М.: Физкультура и спорт, 2002.
2. ЖелезнякЮ.Д.120уроковповолейболу.-М.:Физкультураиспорт,1995.
3. МондзолевскийГ.Г.Щедростьигрока.М.:Физкультураиспорт,1994.
4. Основыволейбола./Сост.О.Чехов.М.:Физкультураиспорт,1979.
5. Правдин В. А. и др. Волейбол- игра для всех- М.: Физкультура и спорт,2005.
6. Спортивные игры; Учеб для студентов пед. Ин-тов по спец. №2114 "Физ. воспитание"/ В. Д. Ковалева. - М.: Просвещение, 2000.
7. ФурмановА.Г.,БолдыревД.М.Волейбол.-М.:Физкультураиспорт, 2004.

Приложение 1

Календарныйучебныйграфик

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма проведения занятий	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля