



Департамент образования Мэри г. Грозного  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГИМНАЗИЯ № 12» ГОРОДА ГРОЗНОГО  
(МБОУ «ГИМНАЗИЯ № 12» г. Грозного)**

Соблжа-Палин Мэрин дешаран Департамент  
**МУНИЦИПАЛЬНИ БЮДЖЕТНИ ЙУКЪАРДЕШАРАН ХЪУКМАТ  
СОБЛЖА-ГІАЛИН «ГИМНАЗИ №12»  
(Соблжа-Палин МБЙХЪ «ГИМНАЗИ №12»)**

Принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
от 30.08.2023



Утверждаю:  
Директор МБОУ «Гимназия  
№ 12»  
г. Грозного  
М.М. Абаева  
от 01.09.2023

**Дополнительная общеобразовательная  
Общеразвивающая программа  
«Волейбол»  
Направленность программы: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: стартовый**

Возрастная категория обучающихся: 11-13 лет  
Срок реализации программы: 1 год.

Составитель:  
Ильясов Зелимхан Ахмедович  
Педагог дополнительного образования

г. Грозный  
2023г.

Программа прошла внешнюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ  
«Гимназия № 12» г. Грозного.  
Экспертное заключение рецензия от «06» 09 2023г.  
Эксперт: Медаева Хава Лемиевна - заведующая кафедрой дополнительного образования,  
воспитания и социализации личности ЧИПКРО

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик общеобразовательной общеразвивающей программы.**

### **1.1 Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ**

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

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;

- Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля.2022 г. № 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»;

- Письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 N ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения дистанционных образовательных технологий");

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи»;

- Постановление главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «Гимназия № 12» г. Грозного.

## **1.1. Направленность**

*Направленность* дополнительной образовательной программы волейбола физкультурно-спортивная. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, тренер помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте.

## **1.3. Уровень освоения программы**

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Волейбол» – стартовая образовательная программа обучения.

В группы стартового обучения приходят дети, не имеющие специальных навыков. Программа стартового уровня обучения разработана для обучаемых от 7 до 18 лет, форма организации - групповая, количество детей в группе до 15 человек. Режим работы – 5 раза в неделю по 3,5 часа с перерывом 10 мин.

## **1.4. Актуальность программы**

Актуальность программы заключается в том, что составлена она в поддержку основной рабочей программы по физической культуре. Так же новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

## **1.5. Отличительные особенности программы.**

Данная образовательная программа является авторской программой и разработана на основе примерной образовательной (общеразвивающей) программы дополнительного образования.

**Отличительной особенностью** образовательной программы заключается в организации учебного процесса, который включает в себя не только занятия с педагогом в зале, но и активную самостоятельную тренировочную деятельность. Программа подходит для занимающихся различной степени физической подготовленности.

## **1.6. Цель и задачи программы.**

**Целью** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих задач:

*Образовательных:*

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;
- Формирование знаний об основах физкультурной деятельности;
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности;
- Формирование навыков и умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений;

*Развивающих:*

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;
- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся;
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;
- Развитие инициативы и творчества учащихся;
- Развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;
- Овладение новыми движениями с повышенной координационной сложностью.

*Воспитательных:*

- Воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;
- Воспитать умение работать в группе, команде;
- Воспитать психологическую устойчивость;
- Воспитание и развитие силы воли, стремления к победе;
- Воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.

**1.7. Категория учащихся.**

Возраст обучаемых 11-13 лет.

**1.8. Сроки реализации и объем программы.**

Срок реализации программы– 1 год. Объем стартовой программы 194 часа.

**1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

**Формы организации занятий:**

- Групповые практические занятия;
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами;
- Самостоятельные тренировки по заданию педагога;
- Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;
- Участие в спортивных соревнованиях.

**Основные формы проведения занятий:** учебная, учебно-тренировочная, соревнования.

### **1.10. Планируемые результаты освоения программы.**

#### **Личностные результаты**

- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
  - мотивация детей к познанию, творчеству, труду;
  - формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
  - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

#### **Метапредметные результаты**

- Формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- овладение различными способами поиска информации в соответствии с поставленными задачами;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

#### **Компетентностная модель**

Будут сформированы следующие компетенции:

- ценностно-смысловая компетенция (умение принимать решения, ставить цель и определять направление своих действий и поступков);
- общекультурная компетенция (принимать и понимать точку зрения другого человека);

- учебно-познавательная компетенция (самостоятельно находить материал, необходимый для работы, составлять план, оценивать и анализировать, делать выводы);
- информационная компетенция (осваивать современные средства информации и информационные технологии);
- коммуникативная компетенция (умение представлять себя и свою работу, отстаивать личную точку зрения, вести дискуссию, убеждать, задавать вопросы);
- выполнять работу над исследованием, учиться быть личностью, осознавать необходимость и значимость труда, который выполняешь - это и социально-трудовая компетенция, и компетенция личностного самосовершенствования.

### **Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся**

Занятия в секции ОФП проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической культуре, приобретения навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой; формирования моральных и волевых качеств, активной общественной деятельности. Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях колледжа, конкурсах.

### 1.11. Матрица дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностики	Методы и педагогические технологии	Результаты	Методическая копилка дифференцированных заданий
Стартовый	<p><b>Предметные:</b></p> <p>повышение уровня функциональных возможностей организма спортсмена, путем развития работоспособности применительно к широкому кругу упражнений</p>	<p>В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.</p>	<p>Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях колледжа, конкурсах.</p>	<p><b>Предметные:</b></p> <p>стимулировать развитие выносливости, силовых, скоростно-силовых, координационных возможностей.</p> <p>3. Систематически обогащать фонд двигательных навыков и умений.</p>	<p>Применение на практике приёмов организации дифференцированного подхода на занятиях физической культуры позволяет добиться роста показателей физического развития и физической подготовленности, улучшения функционального состояния организма, укрепления здоровья учащихся, эффективной подготовки к сдаче норм и тестов по физической культуре</p>
	<p>• <b>Метапредметные:</b></p> <p>формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;</p> <p>• <b>Метапредметные:</b></p> <p>формирование</p>	<p>Тестирование, наблюдение, собеседование, анкетирование, педагогический анализ</p>	<p>формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий</p>	<p>• <b>Метапредметные:</b></p> <p>овладение различными способами поиска информации в соответствии с поставленными задачами; готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать свое мнение и</p>	



	<p>рование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование ответственного отношения к учению</li> </ul>			<p>аргументировать свою точку зрения;</p> <p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.</li> </ul>	
--	--	--	--	--	--

## Раздел 2. Содержание программы

### Рабочая программа

№ п/п	<i>Наименование раздела</i>	<i>Количество часов</i>		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение. История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Правила игры. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.	5	5	
2.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	20		20
3.	Общая физическая подготовка (ОФП) (Подготовительные упражнения.)	56	1	55
4.	Техническая подготовка (ТП) (Стойка игрока. Приёмы и передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху. Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия - блоки, страховки).	50	1	13

5.	Специальная физическая подготовка (СФП) (Подвижные игры. Эстафеты).	36		36
6.	Тактическая подготовка (ТП) (Тактика подачи. Тактика передач. Тактика приёмов мяча).	9	1	8
7.	Контрольно-оценочные и переводные испытания	4		4
	Итого:	144	8	136

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт.
2. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания для 1–11 классов \ В.И.Лях,
3. Спортивные игры / Под ред. Ю. И Портных. - М.: ФиС, 1975г.  
А.А.Зданевич. – М.: Просвещение, 2010г.
3. Внеурочная деятельность школьников: Методический конструктор (пособие для учителей) / Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. М: Просвещение, 2012г.
4. Коротков И.М. Подвижные игры. М.: Знание, 1987г.
5. Гомельский А.Я. Баскетбол: секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений. – М.: Агенство «Фаир», 1997г.
6. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. – М.: Академия, 2004г.
7. Физическая культура. 1–11 кл.: Программа для общеобразовательных учреждений / авт.-сост. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова. – М.: - Дрофа, 2002г.

### Календарно тематическое планирование кружка по волейболу

№ занятия	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Количество часов	Календарные сроки	Фактические сроки
1	Основные правила и приемы волейбола.	2	15.09	
2	Стойка игроков, перемещения в стойке.	2	16.09	
3	Передача мяча сверху двумя руками.	2	17.09	
4	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	18.09	
5	Техника передачи мяча снизу.	2	20.09	
6	Передача мяча над собой.	2	21.09	
7	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	22.09	
8	Нижняя боковая подача.	2	23.09	
9	Освоение техники подачи сверху.	2	24.09	

10	Освоение техники подачи снизу.	2	25.09	
11	Прямой нападающий удар.	2	27.09	
12	Одиночное блокирование.	2	28.09	
13	Групповое блокирование.	2	29.09	
14	Комбинации из освоенных элементов.	2	30.09	
15	Комбинационная атакующая игра.	2	01.10	
16	Учебная игра по волейболу.	2	02.10	
17	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	04.10	
18	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	05.10	
19	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	06.10	
20	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	07.10	
21	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	08.10	
22	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	09.10	
23	Совершенствование стойка игроков.	2	11.10	
24	Совершенствование перемещения в стойке.	2	12.10	
25	Передача мяча сверху двумя руками.	2	13.10	
26	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	14.10	
27	Техника передачи мяча снизу.	2	15.10	
28	Передача мяча над собой.	2	16.10	
29	Передача мяча	2	18.10	

	стоя спиной к цели.			
30	Нижняя боковая подача.	2	19.10	
31	Освоение техники подачи сверху.	2	20.10	
32	Освоение техники подачи снизу.	2	21.10	
33	Прямой нападающий удар.	2	22.10	
34	Одиночное блокирование.	2	23.10	
35	Групповое блокирование.	2	25.10	
36	Комбинации из освоенных элементов.	2	26.10	
37	Комбинационная атакующая игра.	2	27.10	
38	Учебная игра по волейболу.	2	28.10	
39	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	29.10	
40	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	30.10	
41	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	01.11	
42	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	02.11	
43	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	03.11	
44	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	04.11	
45	Совершенствование стойка игроков.	2	05.11	
46	Совершенствование перемещения в стойке.	2	06.11	
47	Передача мяча сверху двумя руками.	2	08.11	
48	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	09.11	
49	Техника передачи мяча	2	10.11	

	снизу.			
50	Передача мяча над собой.	2	11.11	
51	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	12.11	
52	Нижняя боковая подача.	2	13.11	
53	Освоение техники подачи сверху.	2	15.11	
54	Освоение техники подачи снизу.	2	16.11	
55	Прямой нападающий удар.	2	17.11	
56	Одиночное блокирование.	2	18.11	
57	Групповое блокирование.	2	19.11	
58	Комбинации из освоенных элементов.	2	20.11	
59	Комбинационная атакующая игра.	2	22.11	
60	Учебная игра по волейболу.	2	23.11	
61	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	24.11	
62	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	25.11	
63	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	26.11	
64	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	27.11	
65	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	29.11	
66	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	30.11	
67	Совершенствование стойка игроков.	2	01.12	
68	Совершенствование перемещения в стойке.	2	02.12	
69	Передача мяча сверху двумя руками.	2	03.12	

70	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	04.12	
71	Техника передачи мяча снизу.	2	06.12	
72	Передача мяча над собой.	2	07.12	
73	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	08.12	
74	Нижняя боковая подача.	2	09.12	
75	Освоение техники подачи сверху.	2	10.12	
76	Освоение техники подачи снизу.	2	11.12	
77	Совершенствование стойка игроков.	2	13.12	
78	Совершенствование перемещения в стойке.	2	14.12	
79	Передача мяча сверху двумя руками.	2	15.12	
80	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	16.12	
81	Техника передачи мяча снизу.	2	17.12	
82	Передача мяча над собой.	2	18.12	
83	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	20.12	
84	Нижняя боковая подача.	2	21.12	
85	Освоение техники подачи сверху.	2	22.12	
86	Освоение техники подачи снизу.	2	23.12	
87	Прямой нападающий удар.	2	24.12	
88	Одиночное блокирование.	2	25.12	
89	Групповое блокирование.	2	14.01	

90	Комбинации из освоенных элементов.	2	15.01	
91	Комбинационная атакующая игра.	2	17.01	
92	Учебная игра по волейболу.	2	18.01	
93	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	19.01	
94	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	20.01	
95	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	21.01	
96	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	22.01	
97	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	24.01	
98	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	25.01	
99	Учебная игра по волейболу.	2	26.01	
100	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	27.01	
101	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	28.01	
102	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	29.01	
103	Совершенствование стойка игроков.	2	31.01	
104	Совершенствование перемещения в стойке.	2	01.02	
105	Передача мяча сверху двумя руками.	2	02.02	
106	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	03.02	
107	Техника передачи мяча снизу.	2	04.02	
108	Передача мяча над собой.	2	05.02	
109	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	07.02	
110	Нижняя боковая подача.	2	08.02	



111	Освоение техники подачи сверху.	2	09.02	
112	Освоение техники подачи снизу.	2	10.02	
113	Прямой нападающий удар.	2	11.02	
114	Одиночное блокирование.	2	12.02	
115	Групповое блокирование.	2	14.02	
116	Комбинации из освоенных элементов.	2	15.02	
117	Комбинационная атакующая игра.	2	16.02	
118	Учебная игра по волейболу.	2	17.02	
119	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	18.02	
120	Групповое блокирование.	2	19.02	
121	Комбинации из освоенных элементов.	2	21.02	
122	Комбинационная атакующая игра.	2	22.02	
121	Учебная игра по волейболу.	2	23.02	
122	Совершенствование приёма мяча снизу.	2	24.02	
123	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	25.02	
124	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	26.02	
125	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	28.02	
126	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	01.03	
127	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	02.03	
128	Учебная игра по волейболу.	2	03.03	
129	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	04.03	
130	Совершенствование	2	05.03	

	передачи мяча снизу.			
131	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	07.03	
132	Совершенствование стойка игроков.	2	10.03	
133	Совершенствование перемещения в стойке.	2	11.03	
134	Передача мяча сверху двумя руками.	2	12.03	
135	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	14.03	
136	Техника передачи мяча снизу.	2	15.03	
137	Передача мяча над собой.	2	16.03	
138	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	17.03	
139	Нижняя боковая подача.	2	18.03	
140	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	19.03	
141	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	21.03	
142	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	22.03	
143	Совершенствование стойка игроков.	2	23.03	
144	Совершенствование перемещения в стойке.	2	24.03	
145	Передача мяча сверху двумя руками.	2	25.03	
146	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	26.03	
147	Техника передачи мяча снизу.	2	28.03	
148	Передача мяча над собой.	2	29.03	
149	Передача мяча стоя спиной к цели.	2	30.03	
150	Нижняя боковая подача.	2	31.03	

151	Освоение техники подачи сверху.	2	01.04	
152	Освоение техники подачи снизу.	2	02.04	
153	Прямой нападающий удар.	2	04.04	
154	Одиночное блокирование.	2	05.04	
155	Передача мяча сверху двумя руками.	2	06.04	
156	Техника приема мяча сверху и снизу.	2	07.04	
157	Техника передачи мяча снизу.	2	08.04	
158	Передача мяча над собой.	2	09.04	
159	Одиночное блокирование.	2	11.04	
160	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	12.04	
161	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	13.04	
162	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	14.04	
163	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	15.04	
164	Учебная игра по волейболу.	2	16.04	
165	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	17.04	
166	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	18.04	
167	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	19.04	
168	Совершенствование стойка игроков.	2	20.04	
169	Совершенствование перемещения в стойке.	2	21.04	
170	Передача мяча сверху двумя руками.	2	22.04	

171	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	23.04	
172	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	25.04	
173	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	26.04	
174	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	27.04	
175	Учебная игра по волейболу.	2	28.04	
176	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	29.04	
177	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	30.04	
178	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	07.05	
179	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	12.05	
180	Учебная игра по волейболу.	2	13.05	
181	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	14.05	
182	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	16.05	
183	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	17.05	
184	Совершенствование стойка игроков.	2	18.05	
185	Совершенствование перемещения в стойке.	2	19.05	
186	Совершенствование подачи мяча сверху.	2	20.05	
187	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	21.05	
188	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	23.05	
189	Совершенствование приёма мяча сверху.	2	23.05	
190	Учебная игра по волейболу.	2	24.05	
191	Совершенствование подачи мяча снизу.	2	25.05	

192	Совершенствование передачи мяча снизу.	2	26.05	
193	Совершенствование передачи мяча сверху.	2	27.05	
194	Совершенствование стойка игроков.	2	28.05	