 **1.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**Пояснительная записка**

**Нормативно- правовые документы, на основании которых разработана программа:**

**-** Федеральный Закон от 299.12.2012 № 273-ФЗ (ред. От 31.07.2020) « Об образовании в Российской Федерации» (с изм. И доп., вступ. В силу с 01.08.2020);

-Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р;

- приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. N 629 « об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N09-3242 «О направлении информации» ( вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей – инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей )

-СП 2.4.3648-20 « Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 9966-р

- Приказ Министерства образования и науки России от 09.01.2014 №2 « Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Устав и локальные акты МБОУ « Шушенская СОШ №2»

**Направленность (профиль) программы**

*Программы физкультурно-спортивной направленности* - ориентированы на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья. Программы ориентированы на приобщение детей к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва страны. Сфера возможной будущей профессиональной деятельности «Человек - Человек».

**Новизна и актуальность**

**1. Новизна программы:**

    Новизной решения данной дополнительной образовательной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше 4 желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «Волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством волейбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности, развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

**2. Актуальность программы:**

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

**Отличительные особенности программы:**

Отличительные особенности программы Естественность движений. В основе волейбола лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи. Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в 5 быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

Принципы, лежащие в основе программы:

• доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);

• наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);

• демократичность и гуманизм (реализация собственных творческих потребностей);

• научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);

• «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, обучающийся применяет свои знания в выполнении творческих работ).

**Адресат программы**

Программа предназначена для ДЕВОЧЕК 8-14 лет. В объединение принимаются все желающие, неимеющие медицинских противопоказаний, без специального отбора. Количество обучающихся – не менее 12 обучающихся.

**Срок реализации программы и объем учебных часов**

Программа рассчитана на один год.

Количество часов в год – 108.

**Формы обучения**

Обучение с учетом особенностей обучающихся осуществляется в очной, очно-заочной форме обучения.

**Режим занятий**

Занятия проводятся 3 раз в неделю по 1часу.

Продолжительность учебного занятия 40 минут.

1. **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы**: формирование разносторонне и гармонически физически развитойличности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, использование средств программы «Волейбол» для укрепления и сохранения здоровья, воспитания профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

**Задачи программы:**

обеспечить возможность обучающимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами волейбола;

-развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков;

- воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной, тренировочной и спортивной деятельности;

-формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в волейбол;

-предусмотреть и отразить тенденции все возрастающих требований к уровню физической подготовленности обучающихся в зависимости от возраста и года подготовки с ежегодным изменением задач, объема и интенсивности, средств, контрольных нормативов;

-создание для обучающихся условий для занятий волейбола по месту учебы.

1. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела | | Теория | Практика | Всего часов | |
| 1 | Теоретическая подготовка | | В процессе занятий | |  | |
| 2 | Правила техники безопасности | | По мере необходимости | |  | |
| 3 | Психологическая подготовка | | В процессе занятий | |  | |
| 4 | | Общая физическая подготовка (ОФП)  (Подготовительные упражнения.) | 2 | 28 | | 30 |
| 5 | | Техническая подготовка (ТП) Стойка игрока. Приёмы и передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху. Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия - блоки, страховки). | 2 | 28 | | 30 |
| 6 | | Специальная физическая подготовка (СФП)  (Подвижные игры.Эстафеты). | 2 | 23 | | 25 |
| 7 | | Тактическая подготовка (ТП)  (Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча). | 3 | 13 | | 16 |
| 8 | | Участие в календарных и контрольных соревнованиях | 1 | 3 | | 4 |
| 9 | | Медицинское обследование |  | 1 | | 1 |
| 10 | | Контрольные нормативы |  | 2 | | 2 |
|  | | ИТОГО:(час в год). | 10 | 98 | | 108 |

**Формы занятий**

 Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

 - Групповые, теоретические и практические занятия,

 - Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),

 - Подвижные игры,

 - Эстафеты,

 - квалификационные испытания.

    Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

|  |  |
| --- | --- |
| **Количество часов в неделю** | **Количество часов в год** |
| 3 | 108 |

**Содержание учебного плана программы**

**Общая физическая подготовка**

**Строевые упражнения.** Команды для управления строем. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроения в шеренге, в колонне. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Переход с шага на бег, с бега на шаг. Повороты в движении.

**Общеразвивающие упражнения без предметов**. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и

приведения, рывки. Выполнение упражнений на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы. Упражнения для туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. В различных исходных положениях – наклоны, повороты, вращения. Упражнения в равновесие: с перешагиванием скакалки, быстрая ходьба. Висы: согнувшись. Упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (мост, шпагат). Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

**Общеразвивающие упражнения с предметами.** Упражнения с использованием различного спортинвентаря и предметов. Комплексы упражнений с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой, в ограниченном пространстве (коридор, бревно, канат, скамейка). Упражнения с набивным мячом: наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Передача набивного мяча из одной руки в другую сзади туловища и между ног. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Броски друг другу одной рукой от правового и левого плеча. Броски одной и двумя руками через голову.

**Акробатические упражнения**. Закрепление навыков выполнения кувырков вперед и назад, стойки на лопатках. Из стойки на лопатках, перекатом, назад, в стойку на коленях. Разнонаправленные движения руками и ногами. Перекаты в стороны назад через правое, левое плечо.

**Подвижные игры и эстафеты**. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, с сопротивлением, на внимание, координацию

движений. Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом, в различных сочетаниях перечисленных элементов.

**Легкоатлетические упражнения**. Низкий старт с последующим стартовым ускорением, равномерный бег до 6 минут, ускорение на

дистанции 15, 20, 30 метров, встречная эстафета. Бег на 30 и 60 метров на результат, метание малого мяча из-за головы, через плечо, с разбега, на дальность, в цель.

**Спортивные игры**. Спортивные игры: баскетбол, по упрощенным правилам.

**Технико-тактическая подготовка**.

**Действие без мяча**: стойки волейболистов, перемещение, имитация приема, передач мяча; нападающего удара, блокирования и подачи.

**Подача мяча**: верхняя прямая (техника), верхняя прямая (силовая), верхняя прямая (силовая в прыжке), верхняя прямая в заданную часть площадки.

**Передача мяча**: на месте над собой, в прыжке, после перемещений вправо-влево, вперед-назад; из зоны в зону; из глубины площадки к сетке; стоя у сетки; стоя спиной в направлении передачи.

**Прием мяча**: на месте над собой, в прыжке, после перемещений вправо-влево, вперед-назад; из зоны в зону; из глубины площадки к сетке; стоя у сетки; стоя спиной в направлении передачи; сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину; снизу двумя руками и одной с падением вперед на руку и перекатом на грудь.

**Нападающий удар**: по ходу из зоны 4, 3 и 2; в зонах 4 и 2 с передачи из глубины площадки; из зоны 3 с высоких и средних передач; с удаленных от сетки передач из зон 5,6 и 1.

**Блокирование нападающих ударов**: одиночное и групповое в зонах 4 и 2, выполняемых с передачи из зоны 3; по ходу, выполняемых из двух зон (4-3 и 2-3); одиночное блокирование удара из зоны 3.

**Индивидуальные тактические действия**: выбор места для приема и передач мяча, для выполнения нападающего удара и блокирования.

**Групповые тактические действия**: взаимодействие игроков передней линии в нападении; взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча; взаимодействие игроков задней и передней линии при приеме мяча; защитные действия игроков внутри линии и между линиями при приеме подач и последующей передачи; нападающие действия игроков передней линии при второй передаче; система игры в защите при страховке нападающего игроком задней линии («углом» вперед); система игры в защите при страховке нападающего игроком передней линии, свободным от блока («углом» назад); в нападении взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3 и 4 при чередовании длинных и коротких передач; взаимодействие игроков задней и передней линии при обманных действиях противника.

**Специально – развивающие упражнения.**

**Развитие скоростных** способностей: ходьба и бег с ускорением, рывками из различных исходных положений и в разных направлениях; бег на месте с максимальной частотой шагов; варианты челночного бега; бег по прямой с максимальной скоростью; бег «змейкой» с максимальной скоростью; ускорение с дополнительным отягощением и доставанием мяча, подвешенного на разной высоте; выпрыгивание вверх с места и в движении с доставанием ориентиров рукой; передача мяча в стенку двумя руками от груди с максимальной частотой движения; отбивание мяча вверх (перед собой) в максимальном темпе и изменяющейся высотой полета мяча; прием мяча после подачи в стенку с разной амплитудой отскока; передача мяча в стенку в максимальном темпе при прыжках в положении полуприседа; рывки на 3-5 метров, после кувырка вперед, назад, боком.

**Развитие силовых способностей**: комплексы упражнений с дополнительными отягощениями на основные мышечные группы; прыжки на одной и двух ногах, с продвижением вперед, по кругу, «змейкой», на месте с поворотом на 180 и 360º; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега; прыжки через укороченную скакалку; прыжки со скакалкой на месте и передвижением; прыжки в полуприседе с передачей мяча над собой, в парах, с продвижением; многоскоки; напрыгивание на горку матов и спрыгивание с последующим ускорением, прыжками в полуприседе в различных направлениях (лицом, спиной, правым и левым боком вперед); броски набивного мяча из разных исходных положений и различной траекторией полета мяча; броски набивного мяча двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием туловища при замахе (в парах, в движении с одного - двух шагов, через сетку на месте м в движении).

**Развитие выносливости**: полосы препятствий с увеличенным объемом разнообразных прыжковых упражнений; из виса на низкой перекладине сгибание рук максимальном темпе; повторное выполнение бега с максимальной скоростью до 20 метров с изменяющимся интервалом отдыха; повторное выполнение многоскоков с изменяющейся высотой прыжка; игра с увеличенным временем; игра с дополнительным отягощением на ноги.

**Развитие координации**: двойные и тройные кувырки вперед и назад; группировки в приседе, сидя, лежа на спине; перекаты в группировке из положения сидя, упора присев; передача мяча над собой на месте, с продвижением вперед и назад по ограниченной площадке; передача мяча сверху двумя руками в стену с изменением высоты передачи (стоя на месте и в сочетании с перемещениями); прыжки с подкидного мостика с имитацией удара и блока; прыжки по разметкам с различной амплитудой движения; передача мяча в стенку на точность из положения полуприседа и сидя на полу, стоя с поворотами и прыжками; броски малого мяча в стену с последующей ловлей после отскока от стены, от пола (в максимальном темпе в чередовании с различными исходными положениями).

**Развитие гибкости**: наклоны вперед с прямыми ногами из положения сидя, лежа (самостоятельно и с небольшой помощью партнера), наклоны туловища вперед, назад, в стороны с возрастающей амплитудой движения в положении стоя; упражнения с гимнастической палкой, укороченной скакалкой на подвижность плечевого сустава (выкруты); комплекс общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, на подвижность позвоночника; комплексы активных и пассивных упражнений; упражнения на подвижность суставов типа полушпагат, шпагат, «складка», «мост».

**4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**По окончании обучения учащийся должны:**

 Знать:

-основы строения и функций организма;

-влияниезанятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;

-правила оказания первой помощи при травмах;

-гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и

-спортивной одежде;

-правила игры в волейбол;

-места занятий и инвентарь.

- Знать общие основы волейбола;

- Расширять представление о технических приемах в волейболе;

-Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;

-Уметь играть по упрощенным правилам игры;

-Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;

-Получить навыки технической подготовки волейболиста;

-Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;

- Освоить технику верхних передач;

- Освоить технику передач снизу;

- Освоить технику верхнего приема мяча;

- Освоить технику нижнего приема мяча;

- Освоить технику подачи мяча снизу;

В этой части необходимо сформулировать предметные, метапредметные и личностные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы.

Данные характеристики формулируются с учетом цели, задач и содержания программы.

**Примеры формулировок:**

Личностные результаты:

* сформированность у детей личностной культуры через приобщение их к богатому культурному наследию родного края;
* проявление осознанного отношения к особенностям народных традиций родного края;
* развитие навыков самопознания, представлений о ценности другого человека и самого себя;

Метапредметные результаты:

* выработанные коммуникативные способности и навыки эффективного общения;
* проявление творческих способностей детей, навыков исследовательской деятельности;
* проявление позитивных мотивов межличностных отношений

Предметные результаты:

* сформированные вокальные и актёрские навыки через участие в концертной деятельности.
* использование элементов народной культуры в повседневной жизни;
* умение осуществлять сбор и обработку песенного и устного фольклора Красноярского края.

**5. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.**

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Год обучения | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий | Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации |
|  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

**Спортивный инвентарь:**

волейбольные мячи -15-20 штук;

набивные мячи - на каждого обучающегося;

перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;

гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;

волейбольная сетка;

гимнастические маты;

баскетбольные и теннисные мячи -10-15 штук;

**Спортивные снаряды:**

гимнастические скамейки – 3-5 штук;

гимнастическая стенка – 6 пролетов.

**Кадровое обеспечение**

Реализацию дополнительной образовательной программы обеспечивает педагог дополнительного образования с высшим образованием, имеющий опыт работы с детским коллективом, обладающий знаниями и практическими умениями вида спорта волейбол, стремящийся к профессиональному росту.

**6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Формы аттестации и виды контроля:**

    Способы проверки дополнительной образовательной программы:  
- повседневное систематическое наблюдение;

- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;  
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;  
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.  
      Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:  
- спортивные праздники, конкурсы;  
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;  
- соревнования школьного, районного масштабов.  
Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год. Тестирование  проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в апреле – мае. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

**Формы предъявления и демонстрации**

Соревнования. Контрольные игры

**Оценочные материалы**

В данном разделе предъявляется перечень (пакет) диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов (Закон № 273-ФЗ, ст. 2, п. 9; ст. 47, п.5). Самая распространенная оценочная система связана с уровнями освоения содержания программы – высоким, средним и низким (либо оптимальным, достаточным и недостаточным).

**7. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

Занимающиеся получают теоретические знания о технике и тактике волейбола. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарем, спортивной одежде и обуви. В ходе бесед и лекций занимающиеся знакомятся с основными правилами соревнований. Изучая наглядные пособия, дополнительную литературу, дети получают представления о судействе, о жестах судьи. На занятиях используется беседа с детьми, рассказ преподавателя, работа с дополнительной литературой, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с детьми данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении, мастер классы. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия. Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся.

**Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал;

Волейбольная площадка;

Мячи волейбольные;

Мячи набивные;

Перекладина гимнастическая;

учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

**Примечание:** В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 108 занятия по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных. Можно также исключать некоторые уроки или заменить на другие, которые хуже усваиваются.

* **особенности организации образовательного процесса** – очно, очно-заочно
* **методы обучения** (словесный, игровой,тренировочный.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.);

**Формы организации образовательного процесса**: В ходе реализации дополнительной образовательной программы предусматривается очная форма обучения и несколько форм занятий:

Групповые учебно-тренировочные занятия;

Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

Восстановительные мероприятия;

Участие в матчевых встречах;

Участие в соревнованиях;

Зачеты, тестирования.

* **формы организации учебного занятия**–игра,эстафета, соревнование
* **педагогические технологии** -технология игровой деятельности, **алгоритм учебного занятия** – краткое описание структуры занятия и его этапов;
* **дидактические материалы**: задания, упражнения.

**8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2010г.

2. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002г.

3. Банников А. М., Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика).- Краснодар, 2011

4. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005

3.Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.

5.Марков К*. К.*Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.

6. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.

7. К. Марков *К.*Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.

Дополнительная литература для детей:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В.С .Кузнецов, М.В. Маслов. М., Просвещение, 2012г.

2. Современная система спортивной подготовки/Под ред. Ф. П. Суслова, Б. Н. Шустина.- М.,1995.

3. Волейбол / Под редакцией А.В.Беляева, М.В.Савина. – М., 2000.

4. Образовательный портал "Сибронис" https://sibronis.ru/course/view.php?id=565#section-2 5. интернет ресурс: Волейбол для начинающих <https://www.youtube.com/channel/UCYjYnSOJvEvY1AqdmaZ-jQ>

Дополнительная литература для родителей:

1.Марков К. К. Руководство тренера по волейболу.- Иркутск, 1999

2.Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).

3. Спортивные игры / Под редакцией Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М., 2000

4. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.