Департамент образования Мэрии г. Грозного
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
МБОУ «СОШ № 48» г. Грозного

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
Протокол № 2
от «17» 04 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ
«СОШ № 48» г.Грозного
_____ И.М. Муталипов
Приказ № 118/01-11
от «22» 04 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол»

Уровень-**базовый**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст детей:12 -14 лет
Срок реализации: 10 дней

Автор - составитель:
Педагог дополнительного образования
Муциев Ахмед Русланович

г. Грозный, 2026 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ «СОШ № 48» г. Грозного
Экспертное заключение (рецензия) №_2_ от «_17_» _июня_2026__г.

Эксперт Цукаева Зарема Шудиновна, заместитель директора по воспитательной работе

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Нормативно-правовые основы разработки программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа *«Волейбол»* разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями, приказ Минпросвещения РФ от 2 февраля 2021 г. N 38, (изменения вступают в силу с 25 мая 2021 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»:
-Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» является программой физкультурно-спортивной направленности. Ее цель и задачи направлены на развитие физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков; воспитание волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества

1.3. Уровень освоения программы – базовый

Спортивная деятельность, в частности занятия волейболом, приобщает обучающихся к здоровому образу жизни, физически совершенствует, мотивирует на достижение высокого спортивного результата, воспитывает волевые качества, формирует духовно-нравственные ценности.

1.4. Актуальность программы. Программа составлена с учетом интересов и запросов учащихся и их родителей так как в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физкультуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в детском объединении для повышения уровня физической подготовленности.

Педагогическая целесообразность спортивные игры оказывают огромное воспитывающее воздействие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины, морально-волевых качеств личности.

1.5. Отличительные особенности.

Программа отличается от других тем, что основой подготовки обучающихся в объединениях является не только технико-тактическая подготовка юных волейболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития обучающихся. Расширяется кругозор и интерес обучающихся к данному виду спорта.

1.6. Цель и задачи программы.

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию жизненно важных, а также специфических, присущих спортивным

играм, индивидуальных, групповых и командных технико-тактических двигательных умений и навыков, формированию духовно-нравственных и волевых качеств личности.

Цель программы – повышение уровня физической подготовки обучающихся, способствующее совершенствованию необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, посредством игры в волейбол.

Основными педагогическими задачами программы являются:

Образовательные:

– способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в области физической культуры и осваиваемой спортивной игры;
– изучить основы техники и тактики игры;
– ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;

Развивающие:

– способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;
– развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
– развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
– содействовать правильному физическому развитию;
– развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
– развивать специальные технические и тактические навыки игры;
– подготовить учащихся к соревновательной деятельности по волейболу;
– содействовать отбору лучших учащихся для занятий в системе дополнительного образования;

Воспитательные:

– способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, чувства дружбы, коллективизма и толерантности, дисциплинированности;
– способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
– способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет);
-воспитывать уважение к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентировать на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

1.7. Категория обучающихся

Зачисление в группы осуществляется по желанию ребенка и заявлению его родителей (законных представителей) на основании медицинского заключения об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий волейболом.

Возрастная категория обучающихся – учащиеся учреждений общего образования республики в возрасте 12 – 14 лет.

1.8. Сроки реализации и объем программы. Программа рассчитана на 10 дней. Объем программы- 40 часов.

1.9. Формы, средства и методы образовательной деятельности, режим занятий

Формы организации занятий.

Основными формами обучения являются:

– групповые занятия;
– индивидуальные занятия;
– игровая (командная) деятельность;

Виды занятий:

теоретические;
практические:
учебно-тренировочные;
инструкторско-методические;
соревнования;

аттестационные (контрольные тесты (нормативы), контрольные задания по технико-тактической подготовке).

Основными средствами обучения являются:

– физические упражнения общей и специальной физической подготовки;
– подводящие и подготовительные физические упражнения, направленные на качественное освоение двигательных действий;
– игровые упражнения, направленные на освоение технических приемов игры;.

Методы организации занятий:

– **общепедагогические и специфические методы обучения:** словесные методы, методы наглядного восприятия, практические методы.

Практические методы:

– метод упражнений (методы строго и частично регламентированных упражнений);
– игровой;
– соревновательный;
– круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения структурных элементов или целостного двигательного действия.

Преимущественное использование той или иной группы методов зависит от решаемой педагогической задачи на конкретном этапе обучения.

Игровой и соревновательный метод применяются после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

Режим занятий. Занятия проводятся в 5 раз неделю по 4 часа. Продолжительность занятия 45 мин. с перерывом 5 минут.

1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.

Освоение общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования предусматривает получение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов

Личностные результаты:

– дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
– умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
– умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

– понимать задачи, поставленные педагогом;
– знать технологическую последовательность выполнения работы;
– правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

– научиться проявлять творческие способности;
– развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

– учиться работать в коллективе;
– проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражает все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие и воспитание личности обучающихся.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

– потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;

– умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;

– спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

– стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. История развития волейбола. Основные правила и приемы игры. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	8	2	6	Тестирование уровня физической подготовленности
3.	Специальная физическая подготовка.	6	2	4	Контрольные нормативы по СФП
4.	Техническая подготовка	14	4	10	Контрольные нормативы
5.	Тактическая подготовка	6	2	4	Командные действия
6.	**Контрольные игры и соревнования**	**4**	**2**	**2**	Сдача контрольных нормативов

2.2. Содержание учебного плана

Тема № 1. Основы знаний (2 часа) История развития волейбола. Правила игры, жесты судьи. Гигиена, техника безопасности, профилактика травматизма. Влияние волейбола на организм.

Тема № 2. Общая физическая подготовка (ОФП) (8 часов) Строевые упражнения, бег, прыжки, метания. Упражнения для развития силы: подтягивания, отжимания. Упражнения для развития выносливости и гибкости.

Тема № 3. Специальная физическая подготовка (СФП) (6 часов) Упражнения для развития «чувства мяча» и прыгучести. Имитационные упражнения для освоения техники. Развитие быстроты реакции и стартовой скорости.

Тема № 4. Техническая подготовка (14 часов) Стойки и перемещения: передвижения приставными шагами. Подачи: нижняя прямая и верхняя прямая подачи. Прием и передача: передача мяча двумя руками сверху и снизу. Нападающий удар: разбег, прыжок, удар по мячу. Блокирование: одиночный блок.

Тема № 5. Тактическая подготовка (6 часов) Индивидуальные тактические действия (выбор места). Групповые действия (взаимодействие в защите и нападении). Командные действия (расстановка 5-1 или 4-2).

Тема № 6. Контрольные игры и соревнования (4 часа) Двусторонние игры, товарищеские встречи. Сдача контрольных нормативов.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Оценочные материалы

Виды контроля	Цель организации контроля	Оценочные материалы
Итоговый контроль	Контроль знаний и умений учащихся по программному материалу.	Контрольная игра Практическая работа

Критерии достижения результатов обучающихся

Общефизическая специальная подготовка.

Бег 30 м 6 х 5 м. 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 испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Поднимание туловища из положения лежа

Упражнение, которое направлено на укрепление мышц брюшного пресса.

Техническая подготовка.

Испытания на точность передачи. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи – рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки – не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытание на точность передачи через сетку. На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 – размером 2 х 1, в зоне 1 и в зоне 6 – размером 3 х 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на точность подач. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 и 1-2 (размером 6 х 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3 х 3 м. Каждый учащийся исполняет 5 попыток.

Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4, 2.

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, а с 14-15 лет – 15 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 правильно выполненных заданий и качество.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

4.1. Материально-технические условия реализации программы.

Для качественной реализации программы необходимы организационно-педагогических условий. Одними из них являются материально-технические условия.

Для прохождения данной программы необходимо оборудование и спортивный инвентарь.

№ п/п	Наименование. Единица измерения	Количество изделий
Основное оборудование		
1.	Сетка волейбольная со стойками комплект	2
2.	Мяч волейбольный штук	10
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь		
3.	Мяч теннисный штук	10
4.	Мяч футбольный	5
5.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	1
6.	Скакалка гимнастическая	10

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Теоретические и практические занятия проводятся педагогом дополнительного образования, имеющим педагогическое базовое физкультурное образование соответствующее Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и соответствующий уровень технико-тактической подготовленности.

4.3. Учебно-методическое обеспечение
Методическое обеспечение образовательной программы

Раздел	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	беседы	литература по теме	наглядные пособия	
2. Общая специальная физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медицинболы.	контрольные нормативы по ОФП

3. Специальная физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медицинболы.	контрольные нормативы по СФП
4. Техническая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир.	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- волейбольные мячи; - волейбольная сетка; - медицинболы; - резиновая лента	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в су действе.
5. Тактическая подготовка	Индивидуальные тактические действия (выбор места). · Групповые действия (взаимодействие в защите и нападении). · Командные действия (расстановка 5-1 или 4-2)	-литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медицинболы.	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в су действе.
6.Контрольные испытания	Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	- карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастическая стенка; -гимнастические маты; - перекладины; - мячи; - медицинболы	- контрольные нормативы; - помощь в су действе.

Средства информационного и учебно-методического обеспечения программы
Ресурсы сети Интернет
В помощь к самоподготовке http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/index.htm
Электронные учебники http://www.iqlib.ru/
Периодика

1. Теория и практика физической культуры
2. Физическая культура в школе
3. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
4. Физкультура и спорт

Литература для педагога

1. Волейбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Ф. Мишенькина, Ю. Н. Эртман, В. Ф. Кириченко, Е. Ю. Ковыршина. – Электрон. текстовые данные. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 136 c. – 2227-8397. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65000.html
2. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учеб.пособие / Л.П. Матвеев. – Киев: Книга, 1999. – 317с.
3. Основы обучения технике игры в волейбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.А. Гераськин, И.А. Рогов, Б.П. Сокур, Т.А. Колупаева. – Электрон. текстовые данные. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 280 c. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65006.html
4. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол [Электронный ресурс] / – Электрон. текстовые данные. – М. : Издательство «Спорт», 2016. – 24 c. – 978-5-906839-00-8. – Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/65586.html

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям

6. Дорохов, С.И. Системы проведения соревнований по спортивным играм (методология, моделирование) [Текст]: учеб. пособие / С.И. Дорохов; М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б. и.], – 2010. – 98 с. – Гриф УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры.
7. Кудашова, Л.Т. Подвижные игры, эстафеты и игровые задания с использованием основных средств гимнастики [Текст]: учебно-методическое пособие / Л.Т. Кудашова, Л.В. Люйк; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б. и.], – 2008. – 42 с.
8. Твой олимпийский учебник [Текст] : учебное пособие для олимпийского образования / Олимпийский комитет России ; Родиченко и др. – 24-е изд., перераб. и доп. – Москва : Советский спорт, – 2012. – 149 с. : ил.
9. 4. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. – М.: Юнити, 2017. – 288 с.
5. Фомин, Е. В. Волейбол. Начальное обучение [Электронный ресурс] / Е. В. Фомин, Л. В. Булыкина, Издательство «Спорт», издание, – 2015

Приложение1

4.4. Календарный учебный график

№ п/п	План. дата проведения занятия	Факт. дата проведения занятия	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1	27.07.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Вводное занятие. Основы знаний. ОФП Теория: история волейбола, ТБ, гигиена. ОФП: бег, ОРУ, прыжки, подвижные игры с мячом. Знакомство с волейбольным мячом.**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа
2	28.07.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Общая физическая подготовка. Стойки и перемещения ОФП: упражнения на силу (отжимания, приседания). СФП: челночный бег, прыжки вверх. Техника:**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа

						стойка волейболиста, перемещения приставными шагами, повороты.		
3	29.07.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Техника передачи мяча сверху и снизу ОФП 20 мин. СФП: имитация передач. Техника: передача двумя руками сверху (над собой, в парах); передача снизу (приём). Работа у стены.**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа
4.	30.07.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**акрепление передач. Нижняя прямая подача Повтор передач в парах и тройках. Техника нижней прямой подачи (обучение, подводя**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа

						щие упражнения). Подача в стену и через сетку.		
5.	31.07.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Верхняя прямая подача. Приём подачи СФП: прыгучесть. Техника: верхняя прямая подача (разбег, удар). Приём подачи снизу и сверху. Игровое упражнение «подача – приём»**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа
6.	03.08.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Нападающий удар (разбег, прыжок, замах) ОФП: выпрыгивания. СФП: имитация удара. Техника: разбег в три шага, прыжок, удар кистью. Упражнения с набивным мячом.**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа

						Удар по мячу с собственного подбрасывания.		
7.	04.08.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Нападающий удар с передачи. Одиночный блок Техника: удар после передачи партнёра (из зоны 4). Блокирование: выход на блок, постановка рук. Упражнения в парах (блок – удар).**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа
8.	05.08.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Тактика защиты и нападения (индивидуальная) Теория: тактические схемы. Практика: выбор места при приёме, страховка. Индивидуальные действия: финты,**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа

						скидки. Упражнения «двое против одного».		
9.	06.08.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Тактика групповых и командных действий Взаимодействие в защите (переключения). Расстановка 5-1 (или 4-2). Упражнения на взаимодействие связующего с нападающими. Двусторонняя игра с заданием (отработка тактики).**	Спортзал	Наблюдение Практическая работа
10.	07.08.2026		09:20-10:05 10:10-10:55 11:00-11:45 *12:00-12:45 (досуг)*	Практические занятия		**Контрольные игры. Сдача нормативов Разминка. Товарищеский матч с судейством (применение всех изученных**	Спортзал	Итоговая аттестация

						элементов). Сдача контрольных нормативов: челночный бег, прыжок вверх, точность подач, количество передач. Подведение итогов.		