

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №435
Курортного района Санкт-Петербурга.

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 435 Курортного района
Санкт-Петербурга
Протокол № _1 от _29.08_2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом №35/1 от 29.08.2025г.
Директор ГБОУ СОШ № 435
Курортного района
Санкт-Петербурга
_____ Т. Ю. Виткалова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Волейбол»

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Разработчик:
Качурина Надежда Владимировна,
учитель физической культуры

Санкт-Петербург
2025 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана в соответствии с направлениями государственной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования.

Направленность: физкультурно-спортивная

Адресат программы: Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» ориентирована на обучающихся 12-18 лет. Принимаются все желающие, без учёта их способностей.

Актуальность:

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.

У взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Уровень освоения программы – базовый

Объем и срок освоения программы: программа реализуется в объёме 72 часов, срок освоения – 1 год.

Режим занятий:

1 раз в неделю по 2 часа

Цель программы: всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Задачи программы:

Обучающие:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Планируемые результаты:

Личностные

У учащихся:

- будут сформированы навыки самопознания, рефлексии;

- произойдет включение в индивидуальную систему ценностей таких ценностей как: жизнь, время, безопасность, труд;
- будет сформировано ценностное отношение к себе и другим людям.

Предметные

Учащиеся будут знать:

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий 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;

Метапредметные

Будут созданы условия для:

- формирования навыка целеполагания, планирования и контроля за достижением результатов;
- формирования навыка анализировать игровую ситуацию и находить правильное решение;
- формирования коммуникативных универсальных учебных действий: вести диалог, слушать собеседника, аргументировано излагать свое мнение, конструктивно решать конфликты и осуществлять совместную деятельность.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Обучение по программе осуществляется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы. Программа объединяет детей с разными способностями. При необходимости программа может быть реализована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Условия набора в коллектив.

Обучаться по программе принимаются все желающие дети соответствующего возраста, не имеющие ограничений по состоянию здоровья.

Условия формирования групп.

Группа формируется из разновозрастных учеников.

Количество обучающихся в группе. В группе от 15 человек.

Форма организации и проведения 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.

Материально-техническое оснащение.

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, пополнение материальной базы волейбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

-учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;

-соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;

-создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:

- программы деятельности спортивной секции;

- тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

Кадровое обеспечение реализации программы.

Программу реализует педагог дополнительного образования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	теория	практика	Формы контроля
1	Краткий обзор состояния и развития волейбола	0.5	-	Опрос
2	Краткие сведения о влиянии физических упражнений на организм человека	0.5	-	Опрос
3	Врачебный контроль и самоконтроль, первая помощь при травмах.	1	-	Опрос
4	Правила соревнований и методика судейства	1	-	Опрос
5	Техника и тактика игры и методы ее совершенствования	1	-	Опрос
6	Общая физическая подготовка.	-	10	Тесты
7	Специальная физическая подготовка	-	8	Нормативы
8	Изучение и совершенствование технических и тактических умений и навыков.	-	22	Контрольные упражнения
9	Учебно-тренировочная игра.	-	28	Наблюдение
10	Судейская практика.	-	На соревнования	Наблюдение
11	Участие в соревнованиях.	-	По плану	Наблюдение
	Всего	4	68	

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №435 Курортного района
Санкт-Петербурга
Т.Ю.Виткалова
приказом № 35/1 от 29.08.2025 года

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Волейбол»

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.25	31.05.2025	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

Рабочая программа

к дополнительной общеразвивающей программе

«Волейбол»

Задачи программы:

Познакомить с историей возникновения данного вида спорта и его развития, с правилами игры и соревнований;

- Научить специальным упражнениям для овладения первоначальными навыками игры;
- Знакомство с игровой специализацией по функциям игроков;
- Укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- Содействие правильному физическому развитию детей и подростков;
- Повышение общей физической подготовленности;
- Развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- Развитие двигательной активности, координации движений, выносливости;

- Развитие навыков игры в волейбол, тактических знаний, приёмов владения мячом и игровой ситуацией;
- Приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- Подготовка и выполнение нормативных требований по видам подготовки.

Содержание обучения

***Общеразвивающие упражнения без предметов:**

- Упражнения для рук и плечевого пояса;
- Упражнения для туловища;
- Упражнения для ног;
- Упражнения сидя и лежа;
- Ходьба, бег.

*** Общеразвивающие упражнения с предметами:**

- Упражнения с короткой скакалкой;
- Упражнения с длинной скакалкой;
- Упражнения с гимнастической палкой;
- Упражнения с малыми мячами;
- Упражнения с набивными мячами.

*** Специальная физическая подготовка:**

- Упражнения для развития силы мышц кистей;
- Упражнения для развития силы мышц верхнего плечевого пояса;
- Упражнения для развития силы мышц туловища;
- Упражнения для развития силы мышц ног;
- Упражнения для развития специальной быстроты;
- Упражнения для развития специальной выносливости;

- Упражнения для развития специальной ловкости;
- Упражнения для развития специальной гибкости.

*** Технические приемы игры:**

- Техника нападения (стойки, перемещения);
- передачи мяча;
- подачи мяча;
- нападающий удар;
- техника защиты (стойки, перемещения);
- прием мяча;
- блокирование.

***Тактические приемы игры:**

- тактика нападения;
- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия;
- тактика защиты;
- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы

Личностные

У учащихся:

- будут сформированы навыки самопознания, рефлексии;

- произойдет включение в индивидуальную систему ценностей;
- будет сформировано ценностное отношение к себе и другим людям.

Предметные

Учащиеся:

- познакомятся с теоретическими знаниями и специальной терминологией

по программе;

- обучатся правилам волейбола.

Метапредметные

Будут созданы условия для:

- формирования навыка целеполагания, планирования и контроля за достижением результатов;

- формирования навыков игры волейбол;
- формирования коммуникативных универсальных учебных действий.

1. Знать общие основы волейбола;
2. Расширять представление о технических приемах в волейболе;
3. Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;
4. Уметь играть по упрощенным правилам игры;
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
6. Получить навыки технической подготовки волейболиста;
7. Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
8. Освоить технику верхних передач;
9. Освоить технику передач снизу;
10. Освоить технику верхнего приема мяча;
11. Освоить технику нижнего приема мяча;
12. Освоить технику подачи мяча снизу;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

«Волейбол»

1 год обучения

Учитель физической культуры:

ФИО Качурина Надежда Владимировна

№	Дата занятия		Количество часов по расписанию	Содержание занятий	Количество часов	
	план	факт			Теория	Практика
1.			1	Краткий обзор состояния и развития волейбола. Краткие сведения о влиянии физических упражнений на организм человека.	1	
2.			1	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Обучение перемещениям волейболиста. Обучение верхней передаче двумя руками.		1
3.			1	Физическая подготовка. Обучение перемещениям волейболиста. Обучение верхней передаче двумя руками.		1
4.			1	Физическая подготовка. Обучение перемещениям волейболиста. Обучение верхней передаче двумя руками		1
5.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
6.			1	Развитие быстроты перемещения. Обучение верхней передаче. Обучение нижней прямой подаче.		1
7.			1	Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. Обучение нижней прямой подаче.		1
8.			1	Обучение верхней передаче после перемещений. Обучение нижней прямой подаче. Изучение тактики первых и вторых передач.		1
9.			1	Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение		1

				приему мяча с подачи. Тактика первых и вторых передач		
10.			1	Обучение приему мяча с подачи. Обучение верхней передаче. Обучение нижней подаче. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.		1
11.			1	Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча сверху с подачи. Тактика первых и вторых передач.		1
12.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
13.			1	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подачи.		1
14.			1	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подач		1
15.			1	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подач		1
16.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
17.			1	физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач.		1
18.			1	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		1
19.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
20.			1	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху		1

				двумя руками. Ознакомление с прямым нападающим ударом.		
21.			1	Прием и передача сверху. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару.		1
22.			1	Верхние передачи. Обучение прием мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару		1
23.			1	Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Подача мяча верхняя прямая.		1
24.			1	Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение верхней прямой подаче. Обучение прямому нападающему.		1
25.			1	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
26.			1	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
27.			1	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
28.			1	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1

29.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
30.			1	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		1
31.			1	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
32.			1	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с последующим падением Совершенствование навыков верхней прямой подачи.		1
33.			1	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину Совершенствование навыка прямого нападающего удара.		1
34.			1	Совершенствование навыков второй передачи. Обучение защитным действиям, Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.		1
35.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
36.			1	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. Совершенствование навыков нападающего удара.		1
37.			1	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. Совершенствование навыков нападающего удара.		1
38.			1	Учебно-тренировочная игра.		1

39.			1	Совершенствование навыков второй передачи. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.		1
40.			1	Физическая подготовка Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
41.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
42.			1	Совершенствование навыков второй передачи. Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
43.			1	Врачебный контроль и самоконтроль, первая помощь при травмах.	1	
44.			1	Совершенствование навыков второй передачи. Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
45.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.		1
46.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.		1
47.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.		1
48.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
49.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом		1

				влево. Тактика первых и вторых передач		
50.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
51.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево.		1
52.			1	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево.		1
53.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
54.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
55.			1	Правила соревнований и методика судейства.	1	
56.			1	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование навыков нападающего удара, тактика нападающего удара. Индивидуальные тактические действия в защите.		1
57.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
58.			1	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в нападении.		1
59.			1	Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке, Совершенствование навыков подачи мяча, Совершенствование навыков Нападающего удара. Индивидуальные тактические действия в защите.		1
60.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
61.			1	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.		1
62.			1	Учебно-тренировочная игра.		1

63.			1	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.		1
64.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
65.			1	Обучение групповым тактическим действиям в защите. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину. Совершенствование навыков одиночного блокирования.		1
66.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
67.			1	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. Обучение командным тактическим действиям в нападении.		1
68.			1	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. Обучение командным тактическим действиям в нападении.		1
69.			1	Учебно-тренировочная игра.		1
70.			1	Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Обучение групповым тактическим действиям.		1
71.			1	Техника и тактика игры и методы ее совершенствования.	1	
72.			1	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.		1
ИТОГО:		72 часа			4	68

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы аттестации.

- устный контроль;
- наблюдение;
- тестирование;
- практическое закрепление навыков.

Формы отслеживания образовательных результатов помогают реализовать следующие методы:

- Методы устного контроля
- Методы практического контроля
- Метод наблюдения
- Тестирование

Формы фиксирования образовательных результатов:

- составление графиков, диаграмм, таблиц.

5.2. Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по программе имеет три основных составляющих:

1. Определение начального уровня знаний, умений и навыков учащихся.
2. Итоговый контроль.

Входящий контроль

- понимание основных терминов;
- представления о волейболе.

Итоговый контроль.

Окончательная оценка результатов усвоения программы проводится в виде проведения финальных соревнований

Оценка личностных результатов осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- Процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;
- Результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;
- По согласованию может процедура оценивания осуществляться с привлечением специалистов, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

Оценка личностных результатов осуществляется по выбору педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися программы отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 1 года обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.

5.3. Методические материалы.

- особенности организации образовательного процесса – очно,
- методы обучения: наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой, воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
- формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;
- формы организации учебного занятия – тренировка, игра, практическое занятие;

- педагогические технологии - технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технологии индивидуального обучения.

6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

6.1. Нормативные документы:

- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» от 21.07.2021 №474;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федерального закона «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 №304-ФЗ;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации «[Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года](#)» от 29.05.2015 №996-р;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации «[Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года](#)» от 31.03.2022 №678-р;
- Постановление Правительства Российской Федерации «[Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ](#)» от 11.10.2023 № 1678;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «[Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей](#)» от 03.09.2019 №467;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «[Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](#)» от 27.07.2022 № 629;
- Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга «[Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года](#)» от 21.08.2020 №24-рп;
- Распоряжение Комитета по образованию «[Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга](#)» от 25.08.2022 №1676-р;
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга «[Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы "Петербургские перспективы"](#)» от 16.01.2020 №105-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 № 28;

6.2. Список литературы для педагогов:

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

6.3. Список литературы для учащихся:

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.

3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт.
1982.