

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

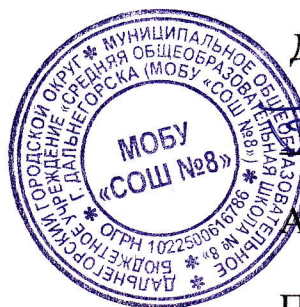
«Средняя общеобразовательная школа № 8» г. Дальнегорска

Согласовано
Заместитель директора по
ВР
Семенова З.Ю.

« 30 » 08 2017 г.

Утверждаю

Директор школы



А.И. Горшков

Приказ № 74/3 от

« 31 » 08 2017 г.

Рабочая программа секции спортивных игр: «волейбол»
для девушек 5-11 класса МОБУ «СОШ №8»
(2017 -2018 учебный год) руководитель: Плискина Ю.И.

Рабочая программа составлена на основании требований к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. (*Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28 - 02 - 484/16*).

Авторская программа рассчитана на 1 занятие в неделю по 2 часа, 68 ч в год.

В соответствии с Планом дополнительного образования в МОБУ «СОШ №8» на спортивную секцию «Волейбол» **выделено 2 часа в неделю 68 часов в год.**

Цели и задачи рабочей программы

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Цель занятий:

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ.
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- теоретическое и практическое обучение игре в волейбол;
- обучение учащихся жизненно- важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование сборной команды школы по волейболу, приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на районных соревнованиях,

Задача занятий:

- выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства; - овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол; - участвовать в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу; - развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость.
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы,
- воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь.

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов Раздел 3. X-XI классы.

Часть 1. п.1.4.2. Спортивные игры.

Программный материал по спортивным играм (X-XI классы) Волейбол (юноши и девушки)

Часть III. 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. (2004г).

1. Тематическое планирование уроков физической культуры по разделу учебной программы: «волейбол» для учащихся 5 -11 класса МОБУ «СОШ №8» на 2017 -2018 учебный год, учитель физической культуры Плискина Ю.И.

Условия реализации программы секции спортивных игр «волейбол»:

Материально-технические условия:

- 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».

Ожидаемые результаты работы :

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол,
3. Участие в спартакиаде школы по волейболу, формирование сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников Дальнегорского района по волейболу.
4. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях.
5. Решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечёт молодёжь от правонарушений и положительно повлияет на обстановку в селе, 7
6. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию молодёжи.

Методическое обеспечение.

Формы занятий: Практические занятия, самостоятельные занятия.

Методы: Словесный метод, наглядный метод, практический метод, репродуктивный метод, частично-поисковый метод, методы самостоятельной работы.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	Содержание
I.	Теоретический материал	8	
	Техника и тактика игры	3	Понятия о технике и тактике игры; Особенности отдельных технических приемов; Организация действий игроков в различных ситуациях.
	Организация и проведение соревнований	3	Современные правила волейбола; Судейство в волейболе.
	Особенности организации самостоятельных занятий волейболом	2	Правила организации самостоятельных занятий; Организация игр во дворе, на пляже.
II.	Практический материал	60	
	Физическая подготовка	На каждом занятии	Общая физическая подготовка: упражнения укрепляющие здоровье; упражнения на развитие и совершенствование основных двигательных навыков и умений; упражнения на укрепление систем организма. Специальная физическая подготовка: подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращений мышц, участвующих в выполнении технических приемов; быстроты переключений от одного двигательного действия к другому.

	Верхняя подача избранным способом	10	Техника выполнения верхней прямой подачи . Техника выполнения верхней боковой подачи.
	Передачи	10	Верхняя передача двумя руками перед собой с выходом; Верхняя передача двумя руками над собой; Верхняя передача двумя руками назад через голову; Передача в падении на спину; Передача в падении на грудь; Прием снизу.
	Нападающий удар	10	С краев сетки, с низкой, далекой от сетки передачи; прямой нападающий удар правой и левой рукой; Боковой нападающий удар правой и левой рукой; Перевод мяча правой и левой рукой; Нападающий удар с первых передач из зоны 4,2,3
	Блокирование	5	Техника постановки одиночного и группового блока.
	Комбинированные упражнения	10	Подача - передача; Подача - передача - нападающий удар - блокирование; Передача - нападающий удар - передача (игра в защите); Подача - передача - нападающий удар; Подача - передача - нападающий удар - блокирование.
	Учебно- тренировочные игры	10	Игры 6x6; 5x5; 4x4. Совершенствование технико - тактических действий волейболистов.
	Судейство игр	5	Подготовка юных судей; Навыки судейства школьных и районных соревнований по волейболу.
	ИТОГО	68	

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате регулярного посещения занятий *учащиеся должны.*

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;

- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
 - использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Теоретические занятия - 8 (часов)

Техника и тактика игры Понятия о технике и тактике игры; Особенности отдельных технических приемов; Организация действий игроков в различных ситуациях.

Организация и проведение соревнований. Современные правила волейбола; Судейство в волейболе.

Особенности организации самостоятельных занятий волейболом. Правила организации самостоятельных занятий; Организация игр во дворе, на пляж

практические занятия - 60 (часов)

Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка: упражнения укрепляющие здоровье; упражнения на развитие и совершенствование основных двигательных навыков и умений; упражнения на укрепление систем организма.

Специальная физическая подготовка.

Специальная физическая подготовка: подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращений мышц, участвующих в выполнении технических приемов; быстроты переключений от одного двигательного действия к другому.

Практические занятия по технике нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки: - стартовая стойка(И.п.)в сочетании с перемещениями; - ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперед; - перемещения приставными шагами спиной вперед; - двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; - прыжки;- сочетание способов перемещений.

Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками: - передача на точность, с перемещением в парах;

- встречная передача, передача в треугольнике. Отбивание мяча в прыжке кулаком через сетку в непосредственной близости от неё.

Подача мяча: - нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность.

Нападающие удары: -

Практические занятия по технике защиты. Действия без мяча.

Перемещения и стойки: **Действия с мячом.** Приём мяча:

Блокирование

Практические занятия по тактике нападения.

Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.

Практические занятия по тактике защиты.

Индивидуальные действия. Выбор места: при приёме нижних подач; при страховке партнёра, принимающего мяч от подачи и обманной передачи. При действиях с мячом: выбор способа приёма мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).

Групповые действия. Взаимодействия игроков при приёме от подачи, передачи: игрока зоны 1 с игроком зон 6 и 2; игрока зоны 6 с игроком зон 1, 5, 3; игрока зоны 5 с игроком зон 6 и 4;

Командные действия. Приём подач. Расположение игроков при приёме нижних подач, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2, игрок зоны 3 находится сзади.

Система игры. Расположение игроков при приёме мяча от противника «углом вперёд» с применением групповых действий.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по волейболу. Установка игрокам перед соревнованиями. Разбор проведённых игр. Характеристика команды противника. Тактический план игры.

Контрольные испытания. Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/ п	Содержание требований (вид испытаний)	девочки	мальчик и
1	2	3	4
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с	35	45
5.	разбега (см)		

Техническая подготовленность

№ п/ п	Содержание требований (вид испытаний)	Количественны й показатель
1	2	3
1.	Верхняя передача мяча на точность из зоны 3 (2) в зону 4	4
2.	Подача верхняя прямая в пределы площади	3
3.	Приём мяча с подачи и первая передача в зону 3	3
4.	Чередование способов передачи и приёма мяча сверху, снизу	8

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов темы	Часы учебного времени	Плановые сроки прохождения		Воспитательная работа
			план	факт	
1.	Теоретические сведения в соответствии с программой. Правила и судейство игр по волейболу. Техника безопасности на занятиях секции волейбола	2			
2.	Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств	2			
3.	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами	2			
4.	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами. Верхняя прямая подача	2			
5.	Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2. Приём мяча: а) снизу двумя руками; б) нижняя передача на точность;	2			
6.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд- вверх). Подача мяча:- верхняя прямая	2			
7.	Подача мяча:- верхняя прямая. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	2			
8.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.	2			

9.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд- вверх).	2			
10.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач	2			
11.	Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Одиночное блокирование прямого нападающего удара	2			
12.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач. Определение времени для отталкивания при блокировании	2			
13.	Передача мяча сверху двумя руками: из глубины площадки для нападающего удара; Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	2			
14.	Контрольные испытания. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
15.	Индивидуальные действия. выбор места при приёме нижней и верхней подач. Подвижные, учебные и контрольные игры. Контрольные испытания.	2			
16.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач. Выбор приёма мяча посланного через сетку (сверху, снизу, с падением)	2			
17.	Передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению; Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
18.	Общеразвивающие и подготовительные	2			

	упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами. Подвижные, учебные и контрольные игры.				
19.	Теоретические сведения в соответствии с программой. Правила и судейство игр по волейболу. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами	2			
20.	Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча: а) снизу двумя руками;	2			
21.	Передача мяча сверху двумя руками: из глубины площадки для нападающего удара. Приём мяча: а) снизу двумя руками; б) приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;	2			
22.	Подача мяча:- верхняя прямая. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Приём мяча: снизу двумя руками;	2			
23.	Подача мяча:- верхняя прямая. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
24.	Приём мяча: а) снизу двумя руками; б) приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2; Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
25.	Нападающий удар из зон 4,3,2	2			

	с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.				
26.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд- вверх). Подача мяча:- верхняя прямая. Контрольные испытания	2			
27.	Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Контрольные испытания	2			
28.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач. б) определение времени для отталкивания при блокировании. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
29.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Определение времени для отталкивания при блокировании	2			
30.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач. б) определение времени для отталкивания при блокировании. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
31.	Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач. б)	2			

	определение времени для отталкивания при блокировании.				
32.	Приём мяча: а) снизу двумя руками; б) приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину. . Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
33.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач; б) определение времени для отталкивания при блокировании . Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
34.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач; б) определение времени для отталкивания при блокировании . Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
35.	Теоретические сведения в соответствии с программой. Правила и судейство игр по волейболу. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
36.	Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами	2			

37.	Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча: а) снизу двумя руками; б) приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	2			
38.	Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара. Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча: а) снизу двумя руками; Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
39.	Передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению. Подача мяча:- верхняя прямая. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	2			
40.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд- вверх). Приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
41.	Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара; Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;	2			
42.	Индивидуальные действия. а) выбор места при приёме нижней и верхней подач; б) определение времени для отталкивания при блокировании . Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			

	Практика судейства.				
43.	Передача мяча сверху двумя руками: из глубины площадки для нападающего удара. Приём мяча: снизу двумя руками;	2			
44.	Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара; Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;	2			
45.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Определение времени для отталкивания при блокировании	2			
46.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Определение времени для отталкивания при блокировании	2			
47.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
48.	Передача мяча сверху двумя руками: а) из глубины площадки для нападающего удара; Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая	2			

	передача в зоны 4,3,2;				
49.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
50.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
51.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Определение времени для отталкивания при блокировании	2			
52.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
53.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. Подвижные, учебные и контрольные игры.	2			
54.	Подача мяча:- верхняя прямая. Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;	2			

55.	Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
56.	Групповые действие. Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.	2			
57.	Командные действия. Расположение игроков при приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
58.	Командные действия. Расположение игроков при приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
59.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны	2			

	4,3,2; Подвижные, учебные и контрольные игры.				
60.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
61.	Командные действия. Расположение игроков при приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
62.	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
63.	Командные действия. Расположение игроков при приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	2			
64.	Командные действия.	2			

	Расположение игроков при приёме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приёма игрок зоны 4 идёт на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остаётся в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперёд» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.				
65.	Контрольные испытания. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
66.	Контрольные испытания. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
67.	Контрольные испытания. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			
68.	Контрольные испытания. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства	2			

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий в кружке волейбола имеются следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная - 1 штуки.
- 2 Стойки волейбольные 2 штуки.
- 3 Гимнастические скамейки - 3 - 4 штуки
- 4 Гимнастические маты - 3 штуки.
- 5 Скакалки - 15 штук
- 6 Мячи волейбольные - 10 штук
- 7 Рулетка - 2 штуки.