**Систематизация учебно-методических**

**материалов для освоения раздела**

**«Спортивные игры» (волейбол)**

Ковалёв Дмитрий Александрович, учитель физической культуры

МБОУ "Кирпичнозаводская СОШ", г. Астрахань

Волейбол является составной частью программы

по физической культуре в школе и средством физи-

ческого воспитания обучающихся, которая способ-

ствует решению оздоровительных, образовательных

и воспитательных задач в учебном заведении.

Волейбол – одна из наиболее распространенных

игр в России. Массовый, подлинно народный ха-

рактер волейбола объясняется его высокой эмоци-

ональностью и доступностью, основанной на про-

стоте правил игры и несложности оборудования.

Особым достоинством волейбола как средства фи-

зического воспитания является его специфическое

качество – возможность самодозирования нагрузки,

т. е. соответствие между подготовленностью игрока

и нагрузкой, которую он получает. Это делает волей-

бол игрой, доступной для людей всех возрастов.

С момента своего «изобретения» игра в волейбол

переживает бурное развитие. Игра в волейбол стала

не только чисто спортивной, но и происходит разви-

тие волейбола как игры ради отдыха, игра в волейбол

стала средством организации досуга, поддержания

здоровья и восстановления работоспособности.

Урок физической культуры – основная форма об-

учения жизненно-важным видам движений, кото-

рые имеют огромное значение в укреплении здоро-

вья школьника. Уроки решают задачу по улучшению

и исправлению осанки; оказывают профилактиче-

ское воздействие на физическое состояние ребенка.

Для успешной реализации задач урока на прак-

тике можно применять учебные карточки, которые

соответствуют дидактическим принципам, система-

тичности и последовательности обучения. Данный

вид систематизации упражнений по технической

и тактической подготовке позволяет педагогу повы-

сить качество проведения занятий по физической

культуре.

**Таблица № 1. Учебная карточка «Тактические взаимодействия игроков при подаче противника»**

**(волейбол). Методическая последовательность обучения**

**Содержание Организационно-методические указания**

**1. Объяснение и показ изучаемого сочетания действий в конкрет-**

**ной игровой ситуации.**

**Целесообразно использование демонстрации.**

**2. Задание выполняют подгруппы из пяти игроков; три игрока**

**принимают мячи от ударов, выполненных способом верхних**

**прямых или боковых подач, которые попеременно двумя мячами**

**производят два других игрока. Игрокам, принимающим мяч,**

**дается задание направить его с подачи одному из своих партне -**

**ров, который должен точно послать мяч на подающего игрока и**

**встать на место для приема второго мяча. Игрокам, выполняю -**

**щим подачу, делается указание о постепенном увеличении силы**

**ударов.**

**Количество подгрупп зависит от числа занимающихся.**

**Расположить группы для выполнения упражнения можно вдоль**

**боковых линий, как показано на рисунке, или за пределами пло-**

**щадки.**

**3. То же, но в приеме мяча участвуют не три, а два игрока. Количество подгрупп зависит от числа занимающихся.**

**4. Задание выполняется через сетку двумя подгруппами по шесть**

**человек. Игрок зоны 3 ловит мяч и бросает его на подачу. Подачу**

**производят два игрока, попеременно двумя мячами.**

**Для совершенствования передачи с подачи из различных зон**

**площадки игроки меняются местами в своих подгруппах и,**

**кроме того, с этой целью выполняют задание то в левой, то в**

**правой половине площадки.**

**5. То же, что и в упражнениях 2, 3, но с целью совершенствова-**

**ния передачи с подачи игроку зоны 3.**

**Для совершенствования передачи с подачи из различных зон**

**площадки игроки меняются местами в своих подгруппах и,**

**кроме того, с этой целью выполняют задание то в левой, то в**

**правой половине площадки.**

**6. То же упражнение с нападающим ударом игрока зоны 4 или 2. Мяч от нападающего удара обязательно направлять в место рас-**

**положения подающих игроков.**

**7. То же упражнение для совершенствования ударов с коротких пере-**

**дач и откидок в глубь площадки для атаки с заслоном — «волна».**

**Мяч от нападающего удара обязательно направлять в место рас-**

**положения подающих игроков.**

**8. Два различных задания выполняются двумя подгруппами**

**и заключаются в следующем: один из игроков площадки Б**

**подает мяч на площадку А, игроки этой подгруппы направляют**

**передачу на удар «сразу» и проводят атаку на игроков другой**

**подгруппы, расположенной на площадке Б. Эти игроки играют**

**только в защите. Приняв мяч, они посылают его способом верх-**

**ней передачи на игроков площадки А, которые вновь атакуют.**

**Упражнение длится до тех пор, пока защитники подгруппы на**

**площадке Б не примут десять мячей. После этого подгруппы**

**меняются сторонами и заданиями.**

**9. Упражнение выполняется через сетку двумя подгруппами.**

**Волейбольная площадка условно делится по всей длине пополам**

**(на второй половине поля занимающиеся могут выполнять то же**

**упражнение).**

**Каждая подгруппа состоит из пяти-шести человек; трое или чет-**

**веро игроков принимают мячи с подачи, разыгрывают мяч для**

**удара и проводят атаку, и два волейболиста**

**находятся на подаче. Упражнение начинается с подачи одного**

**из игроков площадки Б. Игроки площадки А разыгрывают мяч**

**и проводят удар на подающих игроков площадки Б. После этого**

**второй игрок площадки Б производит подачу вторым мячом, а**

**игроки площадки А вновь повторяют свои действия. Затем два**

**игрока площадки А поочередно подают, а игроки площадки Б**

**разыгрывают мяч и атакуют.**

**В таких же упражнениях можно совершенствовать удары с пер -**

**вых передач и откидок, а также атаки с низких передач и откидок**

**в глубь площадки для удара с заслоном (т.е. удары сзади игрока,**

**имитирующего удар низкой передачи).**

**10. То же, но игроки стараются принимать мячи от нападающих**

**ударов и направлять их одному из партнеров, который отдает их**

**игроку на подаче.**

**Эффективность процесса систематизации, разработ-**

**ки и использования учебно-методических материалов**

**зависит от множества факторов, ключевые из которых –**

**методическая компетентность педагога, его способность**

**и готовность к данной деятельности. Она должна осу-**

**ществляться с учётом основных характеристик и компо-**

**нентов образовательного процесса. При этом основны-**

**ми критериями качества учебно-методических матери-**

**алов являются их комплексность, объективность, науч-**

**ность, доступность, профессиональная направленность.**

**Список использованных источников**

** Беляев А.В., Булыкина, Л. В. Волейбол: теория**

**и методика тренировки: учебно-методическое пособие.**

**[Текст] / А. В. Беляев, Л. В. Булыкина – М.: Физкультура**

**и спорт, 2007.- 184 с.**

** Беляев, А. В. Волейбол на уроке физической куль-**

**туры: учебно-метод. пос.. [Текст] / А. В. Беляев- М.,**

**2003. – 144с.**

** Беляев, А.В., Савин М. В. Волейбол: учебник для**

**вузов [Текст] / под ред. А. В. Беляева, М. В. Савина.-4-е**

**изд.-М.: ТВТ Дивизион,2009.-360 с.**

** Глебко, Т. В. Методика технической подготовки**

**юных волейболисток на основе развития функцио-**

**нальных возможностей сенсорных систем: автореф.**

**диссерт.канд.пед.наук [Текст] / Т. В. Глебко.-Челябин-**

**ск,2008.-24с.**

** Гребенкина, Л.К., Байкова, Л. А. Педагогическое**

**мастерство и педагогические технологии. [Текст]**

**Л. К. Гребенкина, Л. А. Байкова. Учебное пособие. – М.,**

**Педагогическое общество России, 2000.\_\_**