

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 Г. СОЛЬ-ИЛЕЦКА»
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

«Принята на заседании»
педагогического совета
Протокол № 1
От «30» августа 2024 года.



«Утверждаю»

Руководитель

образовательной организации

Федорова О.В.

Приказ № 316 от «30» августа 2024 года

Дополнительная общеразвивающая программа

«Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 13-16 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Исаева Оксана Михайловна,

учитель физической культуры

г. Соль-Илецк
2024г

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет спортивно-оздоровительной направленности. Рабочая программа по «Волейболу» ориентирована на - подготовку волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем командной игровой подготовки и бойцовскими качествами спортсменов. Обучающиеся осваивают основные технические элементы: прием мяча, подача, нападающий удар.

Основной показатель тренировок по волейболу - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. От 13.07.2015) «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта волейбол;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41;

Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, расположенных на территории Российской Федерации, 2011 г.

Актуальность программы

Актуальность создания программы является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Занятия по ней позволяют объединять мальчиков

и девочек в одну группу. Использование ИКТ помогает более точно отслеживать текущую успеваемость и проводить отбор для перехода на следующий этап обучения. Применение метода псих регуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Педагогическая целесообразность

Программа развивает личностные качества и психические процессы у учащихся. Позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

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.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Отличительные особенности программы

Программа составлена на основе авторской программы В.И. Лях «Волейбол». Характерной особенностью данной программы является то, что при достаточно ограниченном выборе учащихся тренер-преподаватель зачисляет в группы начальной подготовки всех желающих заниматься волейболом. Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. Создание условий для развития личности юных волейболистов.
2. Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных волейболистов.
4. Формирование знаний, умений и навыков по волейболу.
5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
6. Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных волейболистов.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей 13-16 лет, возраст считается сенситивным периодом для развития таких качеств, как быстрота сенсомоторных реакций в наиболее простых вариантах ее проявлений, точность мышечно-двигательных дифференцировок,

быстрота переключения внимания. У детей и подростков, систематически занимающихся спортом, в отличие от их сверстников, развитие физических качеств происходит более гармонично и на значительно более высоком уровне.

Исследования многих авторов показали, что у подростков, регулярно занимающихся спортом, прирост показателей развития физических качеств в течение трех лет в два раза превышает средние величины прироста, характерные для учащихся, не занимающихся систематически спортом.

Объем и сроки освоения

Программа рассчитана на 34 недели обучения. Объем программы – 106 часов. Занятия с детьми проводятся два раза в неделю.

1.1.9. Формы обучения и виды занятий по программе

Основной формой организации образовательного процесса является очная форма обучения.

Формы организации образовательного процесса – групповая.

Единицей учебного времени в объединении является учебное занятие.

Занятие проводится в группе по 15 человек.

Работа с учащимися при организации образовательного процесса предусматривает групповую, парную и индивидуальную форму работы на занятиях и предполагает использование следующих методов и приемов:

Словесные методы: объяснение, рассказ, беседа.

Наглядные методы: наблюдение, демонстрация образцов изделий, иллюстраций, слайдов, фотографий, презентаций к занятиям.

Практические приемы: работы по образцу, индивидуальные и коллективные работы обучающихся.

Объяснительно-иллюстративные: способ взаимодействия педагога и ребёнка. Объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала.

Репродуктивные: учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Игровые: метод использования различных игровых форм в организации деятельности; в аттестационных занятиях или усвоения нового материала. Этот метод предусматривает использование разнообразных компонентов игровой деятельности в сочетании с другими приемами: вопросами, объяснениями, пояснениями, показом и т.д.

1.1.10. Режим занятий

Общее количество часов - 106 часов, в неделю - 3 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

1.2. Цель и задачи программы

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

Задач:

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.

Развивающие:

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

Обучающие:

- совершенствовать технику игры в волейбол;
- сведения о строении и функциях организма занимающихся. Основы пищеварения и обмена веществ. Краткие сведения о нервной системе;
- влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом. Влияние занятий физическими упражнениями на нервную систему и обмен веществ организма занимающихся волейболом.;
- основы методики обучения в волейболе.

1.3. Содержание программы

№ п/п	Раздел подготовки	Часы
1	Введение	4
2	Общая физическая подготовка.	21
3	Техническая подготовка	28
4	Тактическая подготовка (ТП)	53

	ИТОГО	106ч
--	--------------	-------------

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц Число	Тема занятия	Количество часов			Форма аттестации	Электронные образовательные ресурсы
			всего	теория	практика		
1	03.09.2024	История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом	1	1		Опрос, беседа	https://resh.edu.ru/
2	06.09.2024	Правила игры. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
3	10.09.2024	Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.	1	1		Практическая работа	https://resh.edu.ru/
4	13.09.2024	Правила игры в волейбол. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
5	17.09.2024	Режим дня спортсмена.	1	1		Практическая работа	https://resh.edu.ru/
6	20.09.2024	Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
7	24.09.2024	Нижняя прямая подача.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
8	27.09.2024	Упражнения для	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/

		развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев — на месте и в сочетании с различными перемещениями.				ая работа	edu.orb.ru/index.php
9	01.10.2024	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча. Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
10	04.10.2024	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
11	08.10.2024	Передача мяча двумя сверху у стены.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
12	11.10.2024	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
13	15.10.2024	Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами. Верхняя прямая подача.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
14	18.10.2024	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
15	22.10.2024	Перемещения и стойки: сочетание	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/

		способов перемещений и стоек с техническими приемами. Верхняя прямая подача				ая работа	.edu.ru/
16	25.10.2024	Прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2. Прием мяча: а) снизу двумя руками; б) нижняя передача на точность.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
17	29.10.2024	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперед вверх). Подача мяча: - верхняя прямая.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
18	1.11.2024	Подача мяча: - верхняя прямая. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
19	05.11.2024	Нападающие удары.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
20	08.11.2024	Передача сверху двумя руками в прыжке.			1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
21	12.11.2024	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног с взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх. Из положения стоя на гимнастической стенке, правая (левая) нога сильно согнута, левая (правая) опущена вниз, руки держаться на уровне лица — быстрое разгибание ноги.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/

22	15.11.2024	Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10 м из исходных положений: стойки волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии) сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
23	19.11.2024	Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приеме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
24	22.11.2024	Расположение игроков при приеме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приема игрок зоны 4 идет на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остается в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперед» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
25	26.11.2024	Расположение игроков при приеме	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/

		<p>подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приема игрок зоны 4 идет на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остается в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперед» с применением групповых действий. Подвижные, учебные и контрольные игры. Практика судейства.</p>					
26	29.11.2024	<p>Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передача прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 2,4,3,2;</p>	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
27	03.12.2024	<p>Расположение игроков при приеме подачи (игрок зоны 4 у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 4, после приема игрок зоны 4 идет на вторую передачу в зону 3, а игрок зоны 3 остается в зоне 4 и играет в нападении). Система игры: «углом вперед» с применением групповых действий.</p>	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
28	06.12.2024	<p>Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и</p>	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/

		средних передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Определение времени для отталкивания при блокировании				ая работа	index.php
29	10.12.2024	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.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
30	13.12.2024	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 при второй передаче. Учебная игра в волейбол. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
31	17.12.2024	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3 при второй передаче. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
32	20.12.2024	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3 при второй передаче. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php

33	24.12.2024	Взаимодействие игрока зоны 1 с игроком зоны 6. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Учебная игра в Волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
34	27.12.2024	Взаимодействие игрока зоны 5 с игроком зоны 6. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
35	14.01.2025	Взаимодействие игрока зоны 6 с игроком зоны 5,1. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
36	17.01.2025	Взаимодействия игроков внутри линии при приеме мяча от нижней подачи и передачи. Игроков задней линии: игрока зоны 1 с игроком зоны 6; игрока зоны 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроком зон 5 и 1	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
37	21.01.2025	Падения и перекаты после падения. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
38	24.01.2025	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3 при второй передаче. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
39	28.01.2025	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3 при второй передаче. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/

40	31.01.2025	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2 при второй передаче. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
41	04.02.2025	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой зоны 4. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
42	07.02.2025	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой зоны 2. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
43	11.02.2025	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой зоны 3. Вторая передача зоны. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
44	14.02.2025	Чередование способов подачи. Вторая передача из зоны. Учебная игра в волейбол	1			Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
45	18.02.2025	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи у сетки. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
46	21.02.2025	Приём подачи и направление мяча в зоне вторая передача в зону. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
47	25.02.2025	Нападающий удар с зад линии. Индивидуальные тактические действия в нападении. Учебная игра в волейбол	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
48	28.02.2025	Прием мяча снизу двумя руками и одной с падением вперед на руки и перека	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php

		на грудь-живот. Командные тактические действия в нападении через игрок передней линии без изменения позиций игроков. Учебная игра в волейбол.					
49	04.03.2025	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебная игра в волейбол.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
50	07.03.2025	Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. Одиночное блокирование прямого нападающего удара.	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
51	11.03.2025	Прием мяча снизу двумя руками и одной с падением вперед на руки и перекачка на грудь-живот.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
52	14.03.2025	Подача мяча: - верхняя прямая. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
53	18.03.2025	Прием мяча: а) снизу двумя руками; прием мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2;	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
54	21.03.2025	Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php

		передач. Одиночное блокирование прямого нападающего удара о ходу в зонах 4,3,2.					
55	25.03.2025	Индивидуальные действия а) выбор места при приеме нижней и верхней подачи определение времени для отталкивания при блокировании	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
56	28.03.2025	Индивидуальные действия а) выбор места при приеме нижней и верхней подачи определение времени для отталкивания при блокировании .				Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
57	01.04.2025	Подача мяча: - верхняя прямая. Прием мяча: а) снизу двумя руками; б) прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением перекатом на бедро и спину.	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
58	04.04.2025	Передача мяча сверху двумя руками : а) из глубины площадки для нападающего удара Подача мяча: - верхняя прямая. Прием мяча: а) снизу двумя руками;	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
59	08.04.2025	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	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/

		передач.					
60	11.04.2025	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперед-вверх). Прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	1		11	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
61	15.04.2025	Многokратная передача мяча сверху двумя руками над собой. Передачи мяча в прыжке. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
62	18.04.2025	Отбивание мяча через сетку в непосредственной близости от неё, стоя на площадке и в прыжке. Отбивание мяча кулаком снизу. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
63	22.04.2025	Нападающий удар с заднего края. Индивидуальные тактические действия в нападении. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
64	25.04.2025	Выбор места при блокировании. Нападающий удар с поворотом туловища. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php
65	29.04.2025	Определение времени для отталкивания при блокировании и своевременного выноса мяча над сеткой. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://resh.edu.ru/
66	02.05.2025	Выбор места при блокировании. Нападающий удар с поворотом туловища. Учебная игра в волейболе	1		1	Практическая работа	https://sdo.edu.orb.ru/index.php

67	06.05.2025	Определение времени д отталкивания при блокировании и своевременного выноса над сеткой. Учебная игра в волейбо	1		1	Практическ ая работа	https://resh .edu.ru/
68	09.05.2025	Выбор места при блокировании. Нападающий удар с поворотом туловища. Учебная игра в волейбо	1		1	Практическ ая работа	https://sdo. edu.orb.ru/ index.php
69	13.05.2025	Определение времени д отталкивания при блокировании и своевременного выноса над сеткой. Учебная игра в волейбо	1		1	Практическ ая работа	https://resh .edu.ru/
70	16.05.2025	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны Учебно – тренировочная игра с заданиями.	1		1	Практическ ая работа	https://sdo. edu.orb.ru/ index.php
71	20.05.2025	Командные тактические д действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочна игра в волейбол с заданиями	1		1	Практическ ая работа	https://resh .edu.ru/
72	23.05.2025	Выбор места при блокировании. Нападающий удар с поворотом туловища. Учебная игр волейбол.	1		1	Практическ ая работа	https://sdo. edu.orb.ru/ index.php
73	27.05.2025	Определение времени д отталкивания при блокировании и своевременного выноса над сеткой. Учебная игр	1		1	Практическ ая работа	https://resh .edu.ru/

		волейбол.					
--	--	-----------	--	--	--	--	--

3. Список литературы

1. Беляев, А.В. Волейбол: теория и методика тренировки / А.В. Беляев. - М.: ТВТ Дивизион, **2021**. - **709** с.
2. Булыкина, Л.В. Волейбол для всех / Л.В. Булыкина. - М.: ТВТ Дивизион, **2021**. - **510** с.
3. Волейбол. - М.: АСТ, **2021**. - **270** с.
4. Волейбол. - М.: Дивизион, **2022**. - 360 с.
5. Железняк, Ю.Д. 120 уроков по волейболу / Ю.Д. Железняк. - М.: ЁЁ Медиа, **2019**. - **286** с.
6. Клещев, Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. - М.: ЁЁ Медиа, **2018**. - **961** с.
7. Клещев, Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям / Ю.Н. Клещев. - М.: ТВТ Дивизион, **2022**. - **915** с.
8. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол / Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, **2020**. - **189** с.
9. Кунянский, В. А. Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Кунянский. - М.: Дивизион, **2019**. - **271** с.
10. Кунянский, В. А. Волейбол. Профессиональная подготовка судей / В.А. Кунянский. - М.: Дивизион, **2022**. - 176 с.
11. Кунянский, В.А. Волейбол. О судьях и судействе / В.А. Кунянский. - М.: СпортАкадемПресс, **2020**. - **596** с.
12. Кунянский, В.А. Волейбол. Практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, **2019**. - **565** с.
13. Рассел, Джесси Волейбол на летних Азиатских играх 1994 / Джесси Рассел. - М.: VSD, **2019**. - **711** с.
14. Спортивные игры. Под редакцией Железняк Ю.Д., Ю.М. Портнова М.2004