ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: krbsh.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КРАСНОМАКСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Действителен с с 27.02.2024, 14:07
Действителен до: до 22.05.2025, 14:07
Ключ подписи: 2FA95F520CBF5395D10A3E6DB20AA7B

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
АДМИНИСТРАЦИИ БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОМАКСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО	**СОГЛАСОВАНО**	**УТВЕРЖДЕНА**
педагогическим советом	Заместитель директора по УВР	Директор
Протокол № 12	Г.Ю. Герасимова	Л.А. Бук
от «22» 08 2024 г.	«22» 08 2024 г.	Приказ № 230 «28» 08 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ВОЛЕЙБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: – 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 9–14 лет
Составитель:
Камарова Лиля Владимировна,
педагог дополнительного образования

с. Красный Мак,
2024 г.

РАЗДЕЛ №1.
КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу составлена на основании:

Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);

Федерального закона Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07. 2020);

Федерального закона Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 31.07.2020г.) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Федерального закона от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» и Федеральный закон «Об образовании в РФ»;

Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. 996-р;

Федерального проекта «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Приказа Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Письма Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

Закона Республики Крым «Об образовании в Республике Крым» от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019);

13. Методических рекомендаций для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Симферополь, ГБОУ ДПО РК КРИППО, 2021;

14. Устава МБОУ "Красномакская СОШ им. Соколовского В.П." Бахчисарайского района

15. Нормативных локальных актов, регламентирующих порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Направленность – физкультурно-спортивная

Новизна программы заключается в том, что учтены и адаптированы основные направления общей и специальной физической подготовки к возможностям детей разных возрастов, технико-тактической подготовки, а также развитие двигательных навыков и координации движений.

Актуальность обусловлена положительным оздоровительным эффектом. Поскольку традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе все еще не обеспечивает необходимого уровня физического развития и

подготовленности учащихся, реализация дополнительной общеразвивающей программы в системе дополнительного образования детей позволяет увеличить двигательную активность детей, а также расширить физкультурно-оздоровительную и спортивную работу, позволяющую заложить фундамент крепкого здоровья молодого поколения нашей страны.

Отличительной особенностью программы

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Это увлекательная игра пользуется большой популярностью у школьников. Волейбол способствует укреплению здоровья, разностороннему физическому развитию, служит средством активного отдыха. Развивается ловкость, быстрота, сила и выносливость, точность и красота движений. Кроме этого, занятия являются хорошей профилактикой различных заболеваний опорно-двигательной системы (нарушение осанки, сколиоза), дыхательной и сердечнососудистой системы, благотворно влияют на обменные процессы, повышают защитные силы организма.

Педагогическая целесообразность программы

1) Ориентация уровней нагрузок юных спортсменов на соответствующие показатели, достигнутые сильнейшими взрослыми спортсменами;

2) Увеличение темпов роста нагрузок на последующих этапах подготовки;

3) Соответствие уровня тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню физической подготовленности юных спортсменов;

4) Учет закономерностей развития и взаимосвязи различных систем организма спортсмена.

5) Учёт психологических особенностей каждого занимающегося.

6) социализация и адаптация к жизни в обществе;

7) формирование общей культуры;

8) профилактика асоциального поведения.

Отличительная особенность программы

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий как в спортивном зале, так и на спортивной площадке. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

В течение года вместо выбывших обучающихся могут набираться новички.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством занятий волейболом.

Задачи программы:

- популяризация волейбола и привлечение максимального количества детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- укрепление здоровья обучающихся, закаливание организма, утверждение здорового образа жизни;
- всестороннее развитие физических способностей обучающихся;
- воспитание личностных качеств юных спортсменов;
- овладение основами выбранного вида спорта – волейбол.

Форма обучения – очная, изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

Адресат: Принимаются на занятия все желающие девочки и мальчики в возрасте от 9 до 14 лет, имеющие допуск врача.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в группах. Состав группы: постоянный; занятия: групповые. Наполняемость учебной группы – до 25 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность – реализация программы планируется по 3 занятия в неделю, продолжительностью 2 часа. Возраст обучающихся –9 -14 лет, понедельник, среда, пятница с 15:20-17:20, количественный состав учебной группы: 25 человек.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Воспитание – это целенаправленное управление процессом развития личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Тренер-преподаватель решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы (команды), учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты ребенка, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по решению собственных проблем.

- организация разнообразной деятельности в группе;
- забота о развитии каждого обучающегося;
- помощь в решении возникающих проблем.

Основой формирования коллектива является цель, достижению которой подчинена деятельность его членов. Намеченная цель должна показывать коллективу возможности развития и перспективы. В спорте такой перспективой будет победа в матче, турнире, первенстве. Достижение одной цели должно сопровождаться постановкой другой, более сложной. Только в этом случае возможно поступательное развитие коллектива. Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, лекций, экскурсий, участия в различных праздниках, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебно-тренировочным занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

Содержание сотрудничества тренера – преподавателя с родителями включает три основных направления:

- психолого-педагогическое просвещение родителей (родительские университеты, индивидуальные и тематические консультации);
- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс (дни творчества детей и их родителей, открытые уроки, укрепление материально-технической базы, шефская помощь, совместные мероприятия детей и родителей);
- участие семей обучающихся в управлении учебно-воспитательным процессом (участие родителей в работе попечительского совета школы, участие в работе общественного совета содействия семье и школе).

В работе с юными спортсменами применяется широкий круг средств и методов воспитания.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов

Воспитательная работа должна создавать условия для самосовершенствования и саморазвития, самоактуализации каждого обучающегося.

Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности, формирование спортивного характера.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание учебного плана

Тема 1. Общая физическая подготовка

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП. Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса.

Практика: Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперёд и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 2. Специальная физическая и подготовка

Теория: Понятие СФП. Костная и мышечная системы. Сердечно – сосудистая и дыхательная системы. Нервная система. Органы пищеварения и выделения. Взаимодействие органов и систем. Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Временные ограничения и противопоказания занятиям видами спорта, предупреждение травм при физкультурно-спортивных занятиях, доврачебная помощь пострадавшим. Использование естественных сил природы в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

Акробатические упражнения.

Подвижные и спортивные игры.

Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

Тема 3. Технико-тактическая подготовка

Теория. Значение технической подготовки в волейболе. Правила игры в волейбол. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подача. Перемена подачи. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология. Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики.

Практика.

Техническая подготовка:

1. Стойки в сочетании с перемещениями.
2. Передачи мяча сверху и снизу в парах.
3. Приём мяча сверху через сетку.
4. Нижняя прямая подача.
5. Сочетание способов перемещений (лицом, боком, спиной).
6. Передачи мяча в сочетании с перемещениями.
7. Приём мяча, направленного ударом (в парах).
8. Нижняя прямая подача. Верхняя подача в стену.
9. Двойной шаг, скачок, остановка прыжком.
10. Встречная передача вдоль сетки и через сетку.
11. Приём сверху нижней прямой подачи.
12. Верхняя прямая подача через сетку.
13. Сочетание перемещений и технических приёмов в защите.
14. Передача мяча сверху, стоя спиной к партнёру.
15. Чередование приемов мяча сверху и снизу.
16. Подача в заданную часть площадки.
17. Сочетание перемещений и технических приемов в защите.
18. Передача мяча со сменой мест.
19. Прием снизу верхней прямой подачи.

20. Соревнования на точность выполнения подачи.
21. Передача мяча в тройках, стоя на одном месте.
22. Прием мяча снизу через сетку.
23. Соревнования на количество подач без промаха.
24. Прямой нападающий удар по закрепленному мячу.
25. Техника блокирования
26. Прием снизу мяча, направленного ударом.
27. Передачи мяча в тройках (зоны 2-3-4).
28. Нападающий удар по закрепленному мячу.
29. Одиночное блокирование.
30. Передачи мяча в тройках (зоны 4-5-6 и 1-2-6).
31. Совершенствование техники стоек и перемещений.
32. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером.
33. Одиночное и групповое блокирование.
34. Передача мяча над собой.
35. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером.
36. Многократные чередования приемов мяча сверху и снизу.
37. Совершенствование техники стоек и перемещений.
38. Многократные передачи мяча над собой в движении.
39. Нападающий удар после передачи из зоны 3.
40. Совершенствование техники передачи мяча.
41. Многократные чередования приемов и передач сверху и снизу.
42. Совершенствование техники приемов мяча.
43. Совершенствование техники выполнения подачи.
44. Одиночное блокирование.
45. Нападающий удар после передачи из зоны 4.

Тактическая подготовка:

1. Индивидуальные действия в нападении: выбор места для выполнения второй передачи у сетки.

- Вторая передача из зоны 3 (лицом к игроку);
- Подача на точность в зоне – по заданию.

2. Индивидуальные действия в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приёма – сверху или снизу.
3. Групповые действия в нападении: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3
4. Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 1,5 и 6 на приеме подачи, взаимодействие игроков зон 4, 2 и 6.
5. Командные действия в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4(2)
6. Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, при системе игры «углом вперед».

Тема 4. Восстановительные мероприятия

Теория. Гигиенические средства. К гигиеническим средствам следует отнести: душ, водные процедуры закаливающего характера, прогулки на свежем воздухе, соблюдение режима дня и питания.

Медико-биологические средства. Рациональное питание. Объем и направленность тренировочных и соревновательных нагрузок обусловливают потребность организма в пищевых веществах и энергии. Энергетическими субстратами служат углеводы, свободные жирные кислоты и кетоновые тела, причем с увеличением длительности нагрузки мобилизация жирных кислот возрастает. Поэтому рацион должен быть высококалорийным. Подбор пищевых продуктов на отдельные приемы пищи зависит от того, когда она

принимается (до или после физической нагрузки). При этом следует ориентироваться на время задержки пищевых продуктов в желудке.

Психологические средства восстановления. Эти средства условно подразделяются на психолого-педагогические (оптимальный моральный климат в группе, положительные эмоции, комфортные условия быта, интересный, разнообразный отдых и др.) и психологические (регуляция и саморегуляция психических состояний путем удлинения сна).

Педагогические средства. Построение отдельного тренировочного занятия с использованием вспомогательных средств для снятия утомления: полноценная индивидуальная разминка; проведение заключительной части занятия; правильный подбор снарядов (упражнений) и места тренировки; создание положительного эмоционального фона для проведения занятия и т.п.

Практика. Специальные упражнения для активного отдыха и расслабления.

Тема 5. Инструкторская и судейская практика

Юные волейболисты готовятся к роли помощников тренера для участия в организации и проведении занятий и массовых соревнований в качестве судей. В процессе обучения и тренировки обучающиеся должны приобрести следующие навыки:

- освоить терминологию, принятой в волейболе;
- овладеть основными строевыми командами, уметь построить группу, отдать рапорт;
- уметь подготовить места проведения занятий и соревнований;
- принять участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам)

Тема 6. Контрольные нормативы

Теория. Содержание и методика контрольных испытаний.

Практика. Сдача контрольных нормативов.

Тема 7. Спортивные соревнования, их организация и проведение

Теория. Правила игры в волейбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Права и обязанности игроков.

Планирование, организация и проведение соревнований по волейболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по волейболу. **Практика.** Участие в соревнованиях согласно календарного плана.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

На конец учебного года основными показателями выполнения требований программы на этапе базового уровня являются:

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- уровень освоения основ техники волейбола;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Тренер должен регулярно следить за успеваемостью своих воспитанников в общеобразовательной школе, поддерживать контакт с родителями, учителями-предметниками и классными руководителями.

Ожидаемые результаты обучения:

Стартовый уровень

Будет знать	Будет уметь
- расстановку игроков на поле; - правила перехода игроков по номерам; - правила игры в мини-волейбол; - правильность счёт по партиям.	- выполнять перемещения и стойки; - выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками; - выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча; - выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров; - выполнять падения.

Базовый уровень

Будет знать	Будет уметь
- расстановку игроков на поле при приёме и подаче соперника; - классификацию упражнений, применяемых в тренировочном процессе; - ведение счёта по протоколу.	- выполнять перемещения и стойки; - выполнять приём мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2; - выполнять передачи мяча снизу над собой в круге; - выполнять нижнюю прямую, боковую подачу на точность; - выполнять нападающий удар из зоны 4 с передачи партнёра из зоны 3; - выполнять обманные действия “скидки”.

Продвинутый уровень

Будет знать	Будет уметь
- переход средней линии; - положение о соревнованиях; способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный; - обязанности судей.	- выполнять передачи мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара; - выполнять передачи мяча сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению; - выполнять передачу сверху двумя руками в прыжке; - выполнять верхнюю прямую подачу; - выполнять нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач; - выполнять одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером-преподавателем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
7. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной речью.

Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

1. Адаптация ребенка к условиям детско-взрослой общности;
2. Удовлетворенность ребенком своей деятельностью в объединении дополнительного образования, самореализация;
3. Повышение творческой активности ребенка, проявление инициативы и любознательности;
4. Формирование ценностных ориентаций;
5. Формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
6. Навыки в изложении своих мыслей, взглядов;
7. Навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;
8. Развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: автономность (способность делать выбор и контролировать личную и общественную жизнь); ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последействия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств); культура целеполагания (умение ставить цели и их достигать, не ущемляя прав и свобод окружающих людей); умение "презентовать" себя.

РАЗДЕЛ №2.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Программа размещена в системе Навигатор ДО, имеется возможность подачи заявления на обучение в дистанционном формате. Режим занятий в течение учебного года занятия проводятся в группе 3 раза в неделю по 2 академических часа

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок реализации	Всего учебных недель	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных часов	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения
1 год	36	4,5	162	02.09.24	31.05.2025

Режим занятий	Каникулы
3 раза в неделю по 2 академических часа Понедельник, Среда, Пятница с 15:20-17:20	26.05.25-31.08.2025

Учебный план тренировочных занятий для группы базового уровня по волейболу

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Общая физическая подготовка	52	2	50	Зачёт

2.	Специальная физическая подготовка	82	2	80	Зачёт
3.	Технико-тактическая подготовка	87	2	85	Зачёт
4.	Восстановительные мероприятия	6	1	5	Зачёт
5.	Инструкторская и судейская практика	В процессе тренировки			Зачёт
6.	Контрольные нормативы	7	1	6	Сдача контрольных нормативов
7.	Участие в соревнованиях	(согласно календарному плану)			Участие в соревнованиях
	Всего часов:	**234**	**8**	**226**	

Годовой план-график распределения учебного материала в учебном году

№	Разделы подготовки	Месяцы									
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	
1.	Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1		1	1	1	8
2.	Общая физическая подготовка	5	6	5	5	5	6	6	6	6	50
3.	Специальная физическая подготовка	9	9	9	9	8	9	9	9	9	80
4.	Технико-тактическая подготовка	9	10	10	9	9	10	9	10	9	85
5.	Восстановительные мероприятия			1	1		1	1	1		5
6	Инструкторская и судейская практика	В процессе тренировки									
7	Контрольные нормативы	2			2					2	6
8.	Участие в соревнованиях	согласно календарному плану									
	Общее количество часов	26	26	26	27	23	26	26	27	27	234

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

Данную программу реализует тренер-преподаватель Кривошеин Владимир Петрович, имеет высшее профессиональное образование.

Основными формами реализации данной программы являются:

- учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций);
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- тестирование и контроль.

Основной формой является учебно-тренировочное занятие. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть включает в себя построение группы, перекличку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями.

Основная часть направлена на решение главных задач занятия.

Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий.

Рекомендации по организации образовательного процесса. На время командировок и болезни тренера-преподавателя предусматривается самостоятельная работа. На самостоятельное обучение предпочтительнее выносить такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка.

Тренер-преподаватель осуществляет контроль за самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалов и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий и другие формы).

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности.

Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет тренеру анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки. Выделяют следующие виды контроля:
• предварительный • текущий • итоговый

В ходе реализации программы применяются рефлексивно-аналитические средства оценивания и самооценки, достижений обучающихся: портфолио, карты личностного роста.

Психологическая подготовка.

Достижение высокой физической, технической, тактической подготовленности и успешное выступление на соревнованиях невозможны без высокого уровня развития определенных психологических качеств и свойств личности волейболиста.

Знание тренером характера, темперамента, мотивации, волевых качеств каждого волейболиста и команды в целом — один из важных факторов психологической подготовки.

Воспитание волевых качеств волейболистов — в преодолении объективных трудностей овладения техникой и тактикой игры, в преодолении сопротивления соперника, необходимости продолжать работу на фоне утомления, после незначительных травм и т.п. субъективных трудностей (боязнь противника, смущение перед зрителями, недоверие к судьям, неблагоприятное эмоциональное состояние и др.).

Практической основой развития психических функций волейболиста является изучение и совершенствование приемов техники и тактики, решение задач физической и теоретической подготовки. И наоборот. Достижение высокой функциональной, физической и технико-тактической готовности волейболиста тесно связано с развитием у него психических функций.

Чувство уверенности в тренировке и соревнованиях создается путем самовнушения, контроля поведения, действий игроков.

Требования техники безопасности.

В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по волейболу, при проведении спортивных соревнований и др.

Материально-техническое обеспечение

- спортивный зал – 1,
- раздевалки – 2;
- сетка волейбольная – 1 шт.,
- гимнастические маты – 3 шт.,
- мячи волейбольные – 15 шт.,
- мячи теннисные – 20 шт.,
- мячи набивные 1кг, 2 кг – 10 шт.,
- инвентарь (скакалки, эспандеры, гантели и т.д.) по 10 шт.,
- волейбольная форма (майка, шорты, наколенники) 12 к-тов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. 1. Бабушкин Г.Д., Рогов И.А. Психологический практикум для специализации «Теория и методика видов спорта» – Омск: СибГАФК, 1996.– 83 с.
2. Волейбол. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер – Москва: Физкультура и спорт, 1972г.
3. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры /Под ред. А.В.Беляева, М.В.Савина. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 368 с.
4. Волейбол: Учебник для ин-тов физ. культ. /Под ред. Ю.Н.Клещева, А.Г.Айриянца. – 3-е изд., испр., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 270 с.
5. Волейбол. Пляжный волейбол: Правила соревнований /пер. с англ. – М.: Терра-Спорт, 2001. – 132 с. (Правила соревнований)
6. Железняк Ю.Д., Шулятьев В.М., Вайнбаум Я.С. Волейбол: Учеб. программа для ДЮСШ и ДЮСШОР. – Омск.: ОмГТУ, 1994. – 198 с.
7. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учеб. пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
8. Железняк Ю.Д. Волейбол в школе. - Москва: Просвещение, 1989г.
9. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания. – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 200 с.
10. Ивойлов А.В. Волейбол: Учебн. для пед. ин-тов – 3-е изд., испр. и перераб. – Минск: Выш. школа, 1985. – 261 с.
11. Мондзолевский Г.Г. Щедрость урока - Москва: Физкультура и спорт 1984г.
12. Урок физкультуры в современной школе – Москва: Физкультура и спорт 2002г.
13. Основы волейбола. О. Чехов - Москва: Физкультура и спорт, 19769г.
14. Правдин В.А. и др. Волейбол – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г.
15. Спортивные игры. Учебник для студентов. №2114 «Физ. Воспитание» В.Д. Ковалева – Москва: Просвещение, 1988г.
16. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол - Москва: Физкультура и спорт, 1983г.

Литература для обучающихся и родителей

1. Основы волейбола. О. Чехов - Москва: Физкультура и спорт, 19769г.
2. Правдин В.А. и др. Волейбол – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г.

Приложение 1

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольные упражнения по ОФП и СФП

Для оценки разносторонней физической подготовки обучающихся и для перевода в следующий год обучения проводятся контрольно-переводные нормативы.

Контрольно-переводные нормативы состоят из 8 упражнений (таблица), в которые входят:

- 5 упражнений общей физической подготовки
- 3 упражнения специальной физической подготовки

Все упражнения оцениваются по бальной системе, норматив – 16 баллов.

Каждое упражнение оценивается: 1балл – ниже норматива
2 балла – норматив
3 балла – свыше норматива

Обучающие сдавшие контрольно-переводные нормативы по ОФП И СФП и набравшие в сумме 16 баллов или больше за 8 упражнений переводятся на следующий этап обучения. Обучающие набравшие в сумме меньше 16 баллов за 8 упражнений остаются повторно в группе того же года обучения или переводятся в спортивно-оздоровительные группы.

Участие в соревнованиях зависит от уровня подготовленности юных спортсменов, календаря соревнований. На начальных этапах рекомендуется использование контрольных соревнований в виде контрольно-педагогических экзаменов. Так как обучающиеся не выступают в официальных соревнованиях, первый опыт соревновательной практики формируется в стенах школы.

Контрольные испытания:

- наблюдения за занимающимися в процессе учебно-тренировочных занятий;
- проверка выполнения отдельных приемов техники игры;
- выполнение установленных контрольных нормативов;
- систематический анализ игровой деятельности занимающихся.

№ п/п	Содержание требований	Возраст (лет) юноши									
		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	Бег челночный 5 по 6 м (с)	10,9	10,7	10,1	10,1	10,0	9,9	9,8	9,7	9,6	9,5
2	Прыжок в длину с места (см)	120	130	140	150	170	190	200	210	220	230
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	15	18	20	20	25	29	32	34	38	40
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине	19	20	23	25	27	29	30	32	34	35
5	Верхняя передача мяча у стенки	4	6	10	12	14	17	20	24	28	32
6	Прием мяча снизу двумя руками.	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9
7	Верхняя прямая подача	2	3	4	5	6	7	8	9	9	9
8	Бег 30м с высокого старта (сек)	5,5	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0	4,9	4,8	4,7	4,6
№ п/п	Содержание требований	Возраст (лет) девушки									
		9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

1	Бег челночный 5 по 6 м (с)	11,9	11,7	11,1	11,1	11,0	10,9	10,8	10,7	10,6	10,5
2	Прыжок в длину с места (см)	100	110	120	130	140	150	160	170	180	195
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	15	18	20	20	25	25	25	25	25	25
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
5	Верхняя передача мяча у стенки	3	5	8	10	12	14	16	18	20	22
6	Прием мяча снизу двумя руками.	2	2	3	3	4	4	5	5	6	6
7	Верхняя прямая подача	2	2	3	3	4	4	5	6	7	8
8	Бег 30м с высокого старта (сек)	6,3	6,2	6,1	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4

Содержание и методика проведения контрольных испытаний

Челночный бег 5х6м. Выполняется с высокого старта. На расстоянии 6м стоят стойки, испытуемый добегает до стойки, касается пола рукой, после чего начинает бег в обратную сторону. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии финиша.

Бег 30м. Выполняется с высокого старта. Замеряется время преодоления дистанции до пересечения финишной линии.

Прыжок в длину с места. Исходное положение: стать носками ног к стартовой линии, приготовится к прыжку. Выполняется двумя ногами с махом рук. Длина прыжка с 3-х попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего к стартовой линии касания пола ногами испытуемого. Засчитывается лучший результат из 3-х попыток.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Исходной положение: упор лежа, голова – туловище – ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, а разгибание до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии голова – туловище – ноги. Одна попытка.

Поднимание туловища из положения лежа на спине. Исходное положение: руки за головой, пальцы рук – в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей одной попытке за 30 сек.

Верхняя передача мяча у стенки: Выполняется на расстоянии 2-3м от стены. При выполнении должна сохраняться техника выполнения, руки над головой образуют воронку, локти впереди, ноги согнуты, разгибание происходит во время выполнения передачи. На выполнение дается три попытки.

Прием мяча снизу двумя руками: Выполняется с подачи с противоположной стороны сетки, мяч необходимо довести в зону номер три. Выполняется 10 подач в площадку.

Верхняя прямая подача: С 9 до 12 лет выполняется подача с укороченной площадки и соответственной высотой сетки, с 13 лет с обычной площадки. Мяч во время удара должен находиться выше верхнего плечевого пояса. Количество выполняемых подач 10.

Приложение 2

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятий	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки	часы	Дата	
					план	факт
1	Теория.	Размеры площадки. Правила игры. Техника безопасности.	Знать правила игры.	2		
2	Техника передачи мяча.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
3	Техника перемещений.	Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
4	Техника перемещений.	Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
5	Техника передачи мяча.	Перемещение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
6	Техника передачи мяча.	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах и через сетку.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
7	Техника прием. Передача мяча.	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
8	Техника прием. Передача мяча.	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой, в парах в тройках, в кругу.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
9	Техника приема мяча.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Прием мяча двумя руками снизу.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
10	Техника приема мяча двумя руками снизу.	Прием мяча двумя снизу над собой, в парах и от стены.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
11	Техника. Приема мяча двумя руками снизу.	Прием мяча двумя снизу над собой, в парах и от стены.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

12	Техника. Приема мяча двумя руками снизу.	Прием мяча двумя снизу над собой, в парах и от стены.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
13	Техника подачи мяча.	Разминка. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
14	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
15	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
16	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи по заданным зонам. Подвижные игры с элементами волейбола.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
17	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
18	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
19	Техника приема подачи мяча.	Верхняя прямая подача Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
20	Техника приема подачи мяча.	Верхняя прямая подача Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
21	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
22	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков задней линии: игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
23	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
24	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Применять полученные навыки в игре.	2		
25	Техника	Разминка. Выполнение подачи	Уметь	2		

	подачи мяча.	по заданным зонам. Учебная игра	выполнять технические элементы.			
26	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара с собственного подбрасыва-ния. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
27	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, наброшенного партнером. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
28	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара из зоны 4 с передачи партнера из зоны3. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
29	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Чередование подач в дальнюю и ближнюю половины площадки. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
30	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
31	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Отрабатывать полученные навыки в игре.	2		
32	Тактика игры в нападении**.**	Индивидуальные тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
33	Тактика игры в нападении**.**	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
34	Тактика игры в нападении**.**	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

35	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места и способа при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
36	Техника приема и передачи мяча.	Верхняя прямая подача. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
37	Техника приема и передачи мяча.	Верхняя прямая подача. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
38	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение приема подачи: первая передача в зону 3, вторая игрокам зоны 4 или 2. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
39	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
40	Тактическая подготовка.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
41	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
42	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Применять полученные навыки в игре.	2		
43	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
44	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Применять полученные навыки в игре.	2		
45	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
46	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Соблюдать правила игры.	2		
47	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
48	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков при второй передачи зон 6,5,1 с игроком зоны 2.	Уметь выполнять тактические действия	2		

49	Тактическая подготовка.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	Уметь выполнять тактические действия	2		
50	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Чередование подач в дальнюю и ближнюю половины площадки. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
51	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи по заданным зонам.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
52	Техника подачи мяча.	Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи. Учебная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
53	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места и способа приема подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
54	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
55	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Соблюдать правила игры.	2		
56	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
57	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра по упрощенным правилам.	Соблюдать правила игры.			
58	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара с собственного подбрасывания. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
59	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара с собственного подбрасывания. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
60	Техника нападающего удара.	Разминка. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с средних передач.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
61	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, наброшенного партнером. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

62	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара из зоны 4 с передачи партнера из зоны 3. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
63	Техника нападающего удара.	Разминка. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
64	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Чередование подач в дальнюю и ближнюю половины площадки. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
65	Теория.	Размеры площадки. Правила игры. Техника безопасности.	Знать правила игры.	2		
66	Теория.	Правила гигиены. Самоконтроль. Контрольные испытания.	Уметь использовать приемы самоконтроля.	2		
67	Техника передачи мяча.	Передача мяча двумя руками сверху вдоль сетки и за голову.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
68	Техника. приема мяча двумя руками снизу.	Прием мяча двумя снизу над собой, в парах и от стены.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
69	Техника передачи мяча.	Передача мяча двумя руками сверху в прыжке.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
70	Техника приема мяча.	Стойка игрока. Перемеще-ние в стойке. Прием мяча двумя руками снизу.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
71	Техника. приема мяча двумя руками снизу.	Прием мяча двумя снизу над собой, в парах и от стены.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
72	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
73	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи по заданным зонам.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
74	Техника приема. Передача мяча.	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
75	Техника	Разминка. Выполнение	Уметь	2		

	приема подачи мяча.	подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	выполнять технические элементы.			
76	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Прием подачи и первая передача в зоны 4 и 2. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
77	Техника приема. Передача мяча.	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой, в парах в тройках, в кругу.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
78	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков задней линии: игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
79	Тактика игры в нападении**.**	Индивидуальные тактичес-кие действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
80	Тактика игры в нападении**.**	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренирово-чная игра с заданиями.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
81	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
82	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра.	Применять полученные навыки в игре.	2		
83	Комбинация из освоенных элементов.	Игровые задания. Контрольные испытания.	Отрабатывать полученные навыки.	2		
84	Учебная игра.	Разминка. Учебная игра.	Применять полученные навыки в игре.	2		
85	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, наброшенного партнером. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
86	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара из зоны 4 с передачи партнера из зоны3.	Уметь выполнять технические	2		

		Игровые задания.	элементы.			
87	Техника нападающего удара.	Разминка. Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
88	Техника нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара из зоны 2 с передачи партнера из зоны 3.Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
89	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирова-ние нападающего удара.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
90	Техника блокирования нападающего удара.	Нападающий удар с Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
91	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирование нападающего удара (одиночный, парный блок).	Уметь выполнять технические элементы.	2		
92	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирование нападающего удара (одиночный, парный блок).	Уметь выполнять технические элементы.	2		
93	Техника блокирования нападающего удара.	Нападающий удар. Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
94	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Чередование подач в дальнюю и ближнюю половины площадки. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
95	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места и способа при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
96	Техника приема подачи мяча.	Верхняя прямая подача. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

97	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирование нападающего удара.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
98	Техника блокирования нападающего удара.	Нападающий удар с Индивидуальное блокирование. Учебная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
99	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирование нападающего удара (одиночный, парный блок).	Уметь выполнять технические элементы.	2		
100	Техника блокирования нападающего удара.	Нападающий удар. Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
101	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение верхней прямой подачи. Чередование подач в дальнюю и ближнюю половины площадки. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
102	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места и способа при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
103	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
104	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи по заданным зонам.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
105	Техника подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи по заданным зонам. Верхняя и нижняя подача мяча.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
106	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
107	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Прием подачи и первая передача в зоны 4 и 2. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

108	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
109	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков задней линии: игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
110	Тактическая подготовка.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебная игра	Уметь выполнять тактические действия.	2		
111	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
112	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Прием подачи и первая передача в зоны 4 и 2. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
113	Техника приема подачи мяча.	Разминка. Выполнение подачи. Выбор места при приеме подачи. Прием подачи. Игровые задания.	Уметь выполнять технические элементы.	2		
114	Тактическая подготовка.	Взаимодействия игроков задней линии: игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
115	Тактическая подготовка.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебная игра с заданиями.	Уметь выполнять тактические действия.	2		
116	Техника блокирования нападающего удара.	Разминка. Выполнение нападающего удара сильнейшей рукой с разбега по мячу, блокирование нападающего удара (одиночный, парный блок).	Уметь выполнять технические элементы.	2		
117	Техника блокирования нападающего удара.	Нападающий удар. Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Уметь выполнять технические элементы.	2		

Приложение 3

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№	Причина корректировки	Дата	Согласование с директором (подпись)

Приложение 4

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

	Сентябрь 2024	
Модули плана	**Содержание**	**Форма проведения**
Духовно-нравственное воспитание	Правовое просвещение и формирование основ антикоррупционного мировоззрения.	Беседа
	День солидарности в борьбе с терроризмом. (03 сентября) «Как террористы и экстремисты могут использовать подростков и молодежь в своих преступных целях»	Беседа
Безопасность жизнедеятельности	«Правила поведения» основы безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале»	Инструктаж (1 полугодие)
	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма «Дорога в школу». Единый день дорожной безопасности. Безопасное поведение на дороге по правилам безопасного поведения на транспорте, дорогах	Беседа
Работа с родителями	Посещение родительских собраний в образовательных учреждениях, с целью привлечения детей к занятиям спортом.	Беседа
	Октябрь 2024	
духовно-нравственное воспитание	Мероприятия, посвященные Дню народного единства. (04.11)	Тематическое занятие
Безопасность жизнедеятельности	Правила поведения во время осенних каникул	Инструктаж
	Беседа по профилактике заболеваемости в осенне-зимний период, профилактика КОВИД.	Беседа
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	АИС «Навигатор» заключение договоров на программу по персонифицированному обучению физкультурно-спортивной направленности.	Собрание Инструктаж
	Индивидуальные беседы с родителями.	Беседа
	Ноябрь 2024	
Духовно-нравственное воспитание	Мероприятия, посвященные Дню народного единства. (04.11)	Тематическое занятие
Безопасность жизнедеятельности	«Правила поведения во время спортивно-массовых мероприятий» основы безопасного поведения обучающихся в спортивном зале»	Беседа
	Пропаганда здорового образа жизни. «Курить – здоровью вредить!»	Беседа
	Всероссийская акции «Я выбираю спорт, как альтернативу вредным привычкам». Негативное влияние на организм человека курения, употребления алкоголя.	Беседа
	Оказание первой доврачебной помощи	Беседа
Профессиональное	Помощь в организации и проведении спортивно –	Волонтерство

самоопределение	массовых мероприятий	
Работа с родителями	В рамках разъяснительной работы «Информация для всех» информационная грамотность родителей (законных представителей) по организации работы в АИС «Навигатор»	Консультация
	Индивидуальные. Беседа с родителями.	Беседа
	Декабрь 2024	
Духовно-нравственное воспитание	День героев Отечества (09.12)	Урок мужества
	День конституции РФ. (12.12)	Лекторий
	Мероприятия, посвященные Международному Дню борьбы с коррупцией «Мы против коррупции»	Беседа
Безопасность жизнедеятельности	«Твоя спортивная форма». Допуск обучающихся к УТЗ, основы безопасного поведения на учебно-тренировочных занятиях »	инструктаж
	«Опасность пользования пиротехническими средствами и взрывчатыми веществами».	Инструктаж
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями.	Беседа
	Январь 2025	
Духовно-нравственное воспитание	День республики Крым (20.01)	Единый урок
Безопасность жизнедеятельности	«Встреча с незнакомцем» формирование правильного поведения у детей при встрече с незнакомцем. Правила безопасного поведения.	Беседа
	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма «Моя безопасность». Правила безопасного поведения на транспорте, дорогах.	Беседа
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями.	Беседа
	Февраль 2025	
Духовно-нравственное воспитание	Мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества (23.02)	Лекторий
Безопасность жизнедеятельности	Правила поведения на учебно-тренировочных занятиях »	Инструктаж (2 полугодие)
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями.	Беседа
	Март 2025	
Духовно-нравственное воспитание	Мероприятия, посвященные Дню воссоединения Крыма с Россией (18.03)	Час общения
Безопасность жизнедеятельности	Инструктаж по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях и во время соревнований.	Инструктаж (2полугодие)
	«Антитеррор: безопасность в твоих руках» антитеррористическая безопасность в школе	Беседа
	Осторожно! Хрупкий лед!» основы безопасного поведения обучающихся на водоемах.	Беседа

Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями	Беседа
	Апрель 2025	
Духовно-нравственное воспитание	День освобождения Бахчисарая от немецко-фашистских захватчиков (14.04)	Тематическое занятие
Безопасность жизнедеятельности	Правила поведения на учебно-тренировочных занятиях »	Инструктаж
	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма «Правила поведения в транспорте»	Беседа
	«Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера	Инструктаж
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями	Беседа
	Май 2025	
Духовно-нравственное воспитание	Участие в субботнике	Субботник
	Мероприятия, посвященные Дню Победы (9 мая).	Час общения
	Мероприятия посвященные Празднику Весны и Труда (01.05)	Тематическое занятие
Безопасность жизнедеятельности	Профилактика детского травматизма «Правила безопасности на водоемах в весенне-летний период»	Инструктаж
	«Режим дня в летний период». Самоорганизация летнего времени.	Беседа
	Инструктаж “Правила поведения при пожаре”.	Инструктаж
Профессиональное самоопределение	Помощь в организации и проведении спортивно – массовых мероприятий	Волонтерство
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями	Беседа
	Итоговое родительское собрание, посвященное окончанию учебного года.	Собрание