

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
на тренерском совете
МБОУДО "ДЮСШ"
Белогорского района
Республики Крым
от 09.04.2024г.
Протокол №9

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУДО "ДЮСШ"

Белогорского района
Республики Крым
А. В. Стегачев

Приказ от 16.04.2024г. №38



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛЕЙБОЛ. СЕРЕБРЯНЫЙ МЯЧ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Сроки реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый (срок реализации-1 год)
Возраст обучающихся: 8-12 лет – 13-17 лет
Составитель: Парахина Галина Игоревна
Должность: тренер-преподаватель.

г. Белогорск
2024г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	11
1.3. Воспитательный потенциал программы.....	12
1.4. Содержание программы.....	14
1.5. Планируемые результаты	20

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	22
2.2. Условия реализации программы.....	24
2.3. Формы аттестации.....	28
2.4. Список литературы.....	30

Раздел 3. Приложения

3.1. Оценочные материалы.....	32
3.2. Методические материалы.....	38
3.3. Календарно-тематическое планирование.....	40
3.4. Лист корректировки.....	49
3.5. План воспитательной работы.....	51

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол. Серебряный мяч» (далее – Программа) является следующая нормативно-правовая база:

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

-Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

-Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

-Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

-Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. №642 (в действующей редакции);

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

-Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

-Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

-Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

-Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

–Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

–Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

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

–Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных

правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

–Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

–Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

–Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

–Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

–Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

–Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

–Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

–Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

–Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных

заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

–Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

–Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

–Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

–Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных

технологий»;

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

–Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего

образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»;

-Устав Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования "Детско-юношеская спортивная школа" Белогорского района Республики Крым на основании постановления администрации Белогорского района Республики Крым от 17.05.2021г. № 298.

Направленность: физкультурно-спортивная. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности; получение простейших навыков техники и тактики вида спорта волейбол с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся.

Актуальность программы. В настоящее время существует проблема дефицита физической активности детей из-за чрезмерного увлечения гаджетами, что отрицательно сказывается на их развитии. Одним из следствий этой негативной тенденции является существенное снижение уровня физических качеств учащихся и рост детской заболеваемости.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию учащихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, восполняют недостаток двигательной активности, имеющийся у обучающихся в связи с высокой учебной нагрузкой, малоподвижным образом жизни.

Новизна программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение элементов волейбола с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Отличительные особенности программы в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено

общефизической подготовке. Кроме того, в содержание программы включен блок теоретических знаний (в т.ч. судейская практика) из области волейбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся данным видом спорта.

Педагогическая целесообразность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол. Серебряный мяч» позволяет решить проблемы занятости свободного времени обучающихся, формирования физических качеств, пробуждения интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта, а также содействует формированию физического и нравственного здоровья, росту уровня культуры жизнедеятельности, достижению социальной и межнациональной гармонии толерантности всех участников образовательного процесса.

Адресат программы. Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол. Серебряный мяч» рассчитана на обучающихся девочек и мальчиков от 8 до 12 лет и от 13 до 17 лет, проявляющих интерес к спорту, без существенных медицинских ограничений по здоровью, имеющих специальную физическую подготовку стартового уровня. Набор обучающихся в группы осуществляется без тестирования. Группа комплектуется на основании заявления родителей, из всех желающих заниматься этим видом спорта, имеющих разрешение врача.

Количество обучающихся в группе составляет 25 человек.

Объем и срок освоения программы. Программа предусматривает 1 год реализации (108 академических часов) – 36 учебных недель (I полугодие составляет 16 недель и II полугодие – 20 недель).

Уровень программы – программа рассчитана на один год обучения базового уровня, 108 часов.

Форма обучения – очная. Обучение осуществляется в очной форме, также допускается применение дистанционного обучения в условиях объявления карантина (эпидемии).

Особенностями организации образовательного процесса по программе «Волейбол. Серебряный мяч» является сочетание тренировочных занятий с выступлениями на физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, на которых учащиеся имеют возможность проявить себя, презентовать достигнутый технический уровень ведения спортивных состязаний.

Программа разработана на основе базовых и наиболее безопасных элементов волейбола с учетом возрастных и психофизиологических особенностей обучающихся, кроме этого, предусматривает знакомство с историей, теорией и практическими приёмами волейбола, овладение базовыми элементами.

Состав группы – постоянный, разновозрастной.

Режим занятий: Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 академическому часу (45мин.), что не противоречит «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных 04.07.14г. № 41.

В каникулярное время режим занятий учебных групп может переноситься на более удобное время для учащихся.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие физических качеств учащихся посредством овладения техникой и тактикой игры в волейбол.

Задачи:

Образовательные (обучающие):

- обучить стойкам и перемещениям волейболистов;
- обучить правилам игры в волейбол;
- обучить основам судейства в волейболе;
- обучить основам техники и тактики игры в волейбол;
- обучить терминологии, принятой в волейболе;
- обучить основам гигиены спортсмена, основам закаливания;
- ознакомить с основами профилактики травматизма в спорте;
- дать учащимся представление об истории возникновения и развития волейбола.

Личностные (воспитательные)

- воспитывать нравственные качества: целеустремлённость, волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы;
- воспитывать волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- воспитывать чувство ответственности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, занятием избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни

Метапредметные (развивающие):

- развивать физические способности учащихся: быстроту, силу, выносливость, гибкость и координационные способности;
- развивать специальные технические и тактические навыки игры

1.3. Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Воспитательная работа - это неотъемлемая часть учебного процесса. Воспитательная работа с группой и каждым отдельным обучающимся проводится непосредственно во время каждого учебного занятия.

Главная цель воспитания заключается в формировании у занимающихся высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия, развитии качеств личности гражданина, спортсмена, отвечающих национально-государственным интересам России, формирование моральной и психической готовности активно соревноваться, защищая честь своей группы, спортивной школы, района и т.п.

Воспитание у юных спортсменов сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям достигается через постановку определенных задач для каждого обучающегося. Воспитание уважения к старшим – через уважительное отношение к детям, дружественное общение «на равных», понимание и помощь в решении поставленных задач, поддержки в трудных ситуациях, разделении эмоций успеха каждого ребенка.

Важным условием успеха воспитательной работы является своевременное начало занятий, их эффективность, высокая требовательность к посещаемости и выполнению норм и правил личной гигиены. Особое значение имеет личный пример тренера-преподавателя.

Немаловажное значение имеет стимулирование обучающихся к спортивной деятельности, достижению поставленных целей (награждение грамотами, медалями, освещение достижений в средствах массовой информации, официальном сайте учреждения, стенде учреждения. Ни один ребенок не должен оставаться в тени, незамеченный преподавателем. Каждый ребенок должен иметь свой личный успех.

Воспитательная работа с обучающимися: Трудовое воспитание: подготовка и уборка мест тренировочных занятий, правильное пользование шкафчиками для одежды.

Патриотическое воспитание:

- участие во внутришкольных соревнованиях, посвященных Дню народного единства, Дню Победы;

- Участие в демонстрациях в День района, в День солидарности трудящихся. Нравственное воспитание: беседы на этические и спортивно-этические темы, о сплоченности коллектива. Воспитание ответственности за свое здоровье: беседы о здоровом образе жизни, гигиене юных спортсменов, закаливании, режиме дня, правильном питании и питьевом режиме, медицинском контроле и самоконтроле, безопасном поведении в общественных местах, на дорогах, в быту, на природе, безопасном интернете.

Воспитательная работа с привлечением родительской общественности:

В процессе воспитательной работы планируется проведение родительских собраний:

- 1) Согласование расписания занятий, организационные моменты занятий, режим дня юного спортсмена, форма одежды, профилактика детского дорожно-транспортного травматизма, антитеррористическая безопасность.

- 2) Стимулирование детей со стороны родителей к занятиям спортом, обязательность занятий, в том числе, во время непогоды, профилактика заболеваний, медицинский контроль, профилактика правонарушений.

- 3) Итоги работы за учебный год. Самостоятельная работа детей в летний период, закаливание. Безопасность детей на природе и в быту в летний период. Планируется привлечение родителей (лиц их заменяющих) к проведению внутришкольных мероприятий, соревнований.

1.4. Содержание программы

Таблица 1

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, Тестирование, беседа/Входной контроль
2	Теоретическая подготовка	2	2	-	Опрос, тестирование, зачет, беседа, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
3	Общая физическая подготовка	40	2	38	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
4	Технико-тактическая подготовка	42	2	40	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль. Соревнования
5	Судейская практика	8	-	8	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
6	Контрольные нормативы	4	2	2	Практическое задание/Текущий контроль/Тестирование ОФП
7	Участие в соревнованиях	8	1	7	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
8	Аттестация	2	-	2	Соревнование/Итоговый контроль
	Всего часов:	108	10	98	

Содержание учебного плана

Раздел: 1 (2часа). Вводное занятие.

Теория (1 час): Тема 1. Вводное занятие. Инструктажи по ТБ.

Практика (1 час): Тема 2. Выполнение нормативов ОФП. Входная диагностика.

Форма аттестации: Тестирование. Беседа. Опрос.

Раздел 2 (2 часа). Теоретическая подготовка.

Теория (2 часа): Тема 3. Понятие СФП. Костная и мышечная системы. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Врачебный контроль и самоконтроль. Нервная системы. Тема 4. Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Использование естественных сил природы в целях закаливания организма.

Форма аттестации: Беседа, тестирование

Раздел 3 (40 часов). Общая физическая подготовка.

Теория (2 часа): Тема 5. Понятие ОФП. Функции ОФП. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса. Тема 6 Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей

Практика (38 часов): Тема 7 Строевые упражнения. Эстафеты. Тема 8 Бег по прямой. Эстафеты. Тема 9 Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног. Тема 10 Бег приставными шагами. Упражнения типа «полоса препятствий». Тема 11 Бег с высокоподнятыми ногами. Эстафеты. Тема 12 Упражнения для развития силы. Упражнения для развития ловкости. Тема 13 Челночный бег. Эстафеты. Тема 14 Кувырки вперед и назад. Эстафеты. Тема 15 Приседание на месте. Эстафеты. Тема 16 Прыжки вверх. Эстафеты. Тема 17 Гимнастические упражнения. Эстафеты. Тема 18 Гимнастические упражнения. Эстафеты. Тема 19 Акробатические упражнения. Тема 20 Акробатические упражнения. Тема 21 Легкоатлетические игры. Тема 22 Легкоатлетические игры. Тема 23 Подвижные игры («Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель»). Тема 24 Спортивные игры. Тема 25 Подвижные

игры («Подвижная цель», Мяч – среднему», «Встречная эстафета»).Тема 26 Спортивные игры. Тема 27 Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц. Тема 28 Упражнения, развивающие быстроту ответных действий. Тема 29 Упражнения, развивающие быстроту ответных действий. Тема 30 Упражнения для прыгучести. Тема 31 Упражнения для прыгучести. Тема 32 Упражнения для прыгучести. Тема 33 Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча. Тема 34 Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча. Тема 35 Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча. Тема 36 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающего удара. Тема 37 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающего удара. Тема 38 Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Тема 39 Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Тема 40 Акробатические упражнения. Тема 41 Подвижные и спортивные игры. Тема 42 Подвижные и спортивные игры. Тема 43 Специальные эстафеты. Тема 44 Контрольные упражнения (тесты).

Форма аттестации: Тестирование ОФП

Раздел 4 (42 часа). Техничко-тактическая подготовка

Теория (2 часа): Тема 45. 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. Тема 46. Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология. Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики.

Практика (40 часов):Тема 47. Промежуточная аттестация. Тема 48. Промежуточная аттестация. Тема 49. Стойки в сочетании с перемещениями. Тема 50. Передачи мяча сверху и снизу в парах. Тема 51. Приём мяча сверху через сетку. Тема 52. Нижняя прямая подача. Тема 53. Сочетание способов перемещений (лицом, боком, спиной). Тема 54. Передачи мяча в сочетании с

перемещениями. Тема 55. Приём мяча, направленного ударом (в парах). Тема 56. Нижняя прямая подача. Верхняя подача в стену. Тема 57. Двойной шаг, скачок, остановка прыжком. Тема 58. Встречная передача вдоль сетки и через сетку. Приём сверху нижней прямой подачи. Тема 59. Верхняя прямая подача через сетку. Тема 60. Сочетание перемещений и технических приёмов в защите. Тема 61. Передача мяча сверху, стоя спиной к партнёру. Тема 62. Чередование приёмов мяча сверху и снизу. Тема 63. подача в заданную часть площадки. Тема 64. Сочетание перемещений и технических приёмов. Тема 65. Передача мяча со сменой мест. Прием снизу верхней прямой подачи. Тема 66. Совершенствование техники. Тема 67. Совершенствование техники. Тема 68. Индивидуальные действия в нападении. Тема 69. Техника нападения: Действия с мячом. Тема 70. Техника нападения: подача мяча, нападающие удары. Тема 71. Индивидуальные действия в нападении: выбор места для выполнения второй передачи у сетки. Тема 72. Индивидуальные действия в защите. Тема 73. Индивидуальные действия в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приема - сверху или снизу. Тема 74. Групповые действия в нападении. Тема 75. Групповые действия в нападении. Тема 76. Групповые действия в нападении: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3. Тема 77. Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 1, 5 и 6 на приеме подачи. Тема 78. Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 4, 2 и 6. Тема 79. Командные действия в нападении. Тема 80. Командные действия в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)). Тема 81. Командные действия в защите. Тема 82. Индивидуальные действия в защите. Тема 83. Групповые действия в защите. Тема 84. Командные действия в защите: выбор места при приеме нижней подачи. Тема 85. Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, при системе игры «углом вперед». Тема 86. Тактика защиты.

Форма аттестации: Тестирование, соревнования

Раздел 5 (8 часов). Судейская практика.

Практика (8 часов): Тема 87. Судейская практика. Тема 88. Судейская

практика: освоение терминологии, принятой в волейболе. Тема 89. Судейская практика: овладение основными строевыми командами, построение группы, передача рапорта. Тема 90. Судейская практика: умение подготовить места проведения занятий и соревнований. Тема 91. Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам). Тема 92. Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам). Тема 93. Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам). Тема 94. Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам).

Форма аттестации: Опрос, тестирование

Раздел 6 (4 часа). Контрольные нормативы.

Теория (2 часа): Тема 95. Раздел: Контрольные нормативы. Содержание и методика контрольных испытаний.

Тема 96. Содержание и методика контрольных испытаний.

Практика (2 часа): Тема 97 Сдача контрольных нормативов. Тема 98. Сдача контрольных нормативов.

Форма аттестации: Тестирование ОФП

Раздел 7 (8 часов). Участие в соревнованиях

Теория (1 час); Тема 99. Участие в соревнованиях. Правила игры в волейбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Права и обязанности игроков.

Практика (7 часов): Тема 100. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 101. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 102. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 103. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 104. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 105. Участие в соревнованиях согласно календарного плана. Тема 106. Участие в соревнованиях согласно календарного плана.

Форма аттестации: Тестирование, соревнования

Раздел 8 (2 часа). Аттестация

Практика (2 часа): Тема 107. Тестирование. Тема 108. Аттестация: Сдача контрольных нормативов.

Форма аттестации:

1.5. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся должны:

знать:

- основные требования к занятиям по ОФП;
- историю развития изучаемого вида спорта волейбол;
- гигиенические требования к занимающимся и местам проведения занятий и соревнований;
- влияние физических упражнений на функциональные возможности организма;
- основы техники тактики в волейболе, способы проведения соревнований.

уметь:

- выполнять зачетные требования по ОФП;
- владеть основами техники и тактики волейбола;
- владеть основными навыками восстановительных мероприятий;
- принимать участие в соревнованиях;
- использовать знания, умения, навыки на практике.

Предметные результаты:

- овладение теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- овладение основами судейства в волейболе;
- овладение терминологией, принятой в волейболе;
- соблюдение гигиенических требований к внешнему виду, одежде и обуви спортсмена;
- знание способов сохранения и укрепление здоровья, техники безопасности на занятиях по волейболу;
- знание истории возникновения и развития волейбола.

Метапредметные результаты:

- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного

труда, находить возможности и способы их улучшения;

- повышение показателей физического состояния организма.

Личностные результаты:

- освоение мотивов спортивной тренировки и личностного смысла занятий в спортивной секции;

- проявление этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, проявление доброжелательного и уважительного отношения при объяснении ошибки способов их устранения;

- повышение показателей физического и функционального состояния организма.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график Программы составлен с учетом годового календарного графика МБОУ ДО «ДЮСШ» Белогорского района РК и учитывает в полном объеме возрастные, психофизические особенности обучающихся, отвечает требованиям охраны жизни и здоровья и нормам СанПиНа. Количество учебных недель – 36. Количество учебных дней – 108. Дата начала и окончание учебного периода – сентябрь – май. Учебные занятия проводятся с понедельника по пятницу согласно расписанию, утвержденному директором МБОУДО «ДЮСШ», включая каникулярное время. Календарный - учебный график может корректироваться в течение учебного года.

Таблица 2

Календарный учебный график

Уровень базовый

год обучения _____

группы _____

	1 полугодие																2 полугодие																			
Месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь			февраль				март				апрель				май				
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов в неделю (гр.)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
Кол-во часов в месяц (гр.)	12				12				12				12				9			12				12				15				12				
Аттестации/Формы контроля	Входная диагностика/ Опрос, тестирование				Текущий контроль/ Практическое задание								Промежуточная аттестация. Выполнение контрольных нормативов по ОФП				Текущий контроль/Практическое задание																Итоговая аттестация/ Опрос, зачет, соревнование.			
Объем учебной нагрузки на учебный год 108 часов на одну группу																																				

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Для эффективного обеспечения образовательной программы необходимо:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие игрового зала,
- наличие раздевалок, душевой;
- наличие медицинского кабинета;
- наличие оборудования: различные мячи для игр, гимнастические скамейки, бруссы, перекладина.
- требования к экипировке: футболка, шорты, носки, кроссовки, кеды.

Для реализации данной программы необходим следующий спортивный инвентарь и технические средства обучения (см. Таблица 3, 4):

Таблица 3

Спортивный инвентарь

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Количество
Гантели	20
Гимнастические маты	20
Гимнастические стенки	2
Волейбольные мячи	20
Резиновые малые мячи	10
Набивные мячи	10
Теннисные мячи	15
Гимнастические скамейки	4
Волейбольная сетка и стойки	1
Конусы	20
Скакалки	10
Обручи	10
Дуги	10
Насос ручной	1

Перечень технических средств обучения

Наименование технических средств обучения	Количество
ноутбук	1
музыкальный центр	1

Информационное обеспечение.

Таблица 5

Перечень учебно-методических материалов

Наименование учебно-методических материалов	Количество
Видеоматериалы спортивных соревнований ВФФ – Всероссийская Федерация Волейбола: - URL: http://www.volley.ru/pages/25/ (Клещев Ю., Фурманов А. Юный волейболист дата обращения 04.05.2022 года)	5
Фотографии выполнения технических приемов ВФФ – Всероссийская Федерация Волейбола: - URL: http://www.volley.ru/pages/497/ (методическая литература 04.05.2022 года)	20

Кадровое обеспечение. Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется преподавателем, имеющим опыт общения с детьми, обладающим широким арсеналом методов и приемов организации учебного процесса, соответствующим требованиям профстандарта «тренер преподаватель».

Методическое обеспечение. Методические материалы включают в себя методическую литературу и методические разработки для обеспечения учебно-воспитательного процесса (календарно-тематическое планирование, планы-конспекты занятий, дидактические материалы и т.д.), являются приложением к

программе, хранятся у педагога дополнительного образования и используются в учебно-воспитательном процессе.

Особенности организации образовательного процесса. Основной формой обучения является занятие. Виды занятий определяются содержанием программы. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта учащимся делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы.

Обучение детей происходит по группам в соответствии с календарно-тематическим планированием. Состав групп постоянный, одновозрастной. Занятия групповые с ярко выраженным индивидуальным подходом. Виды занятий подбираются в соответствии с содержанием, дидактической задачей и психологическими особенностями детей данного возраста и предусматривают практические и теоретические занятия.

При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (успеваемость, предпочтения учащихся). Некоторые занятия могут проводиться с участием обучающихся из других групп, с привлечением родительской общественности.

Методы обучения, применяемые при реализации данной программы:

- словесные: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядные: иллюстрации, демонстрации; наблюдение;
- аудио - и визуальные (сочетание словесных и наглядных методов);
- практические: упражнения;
- метод игры;
- методы стимулирования интереса к учению:
- познавательные игры, создание ситуации успеха.
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

Формы организации образовательного процесса: групповые, индивидуальные, коллективные, индивидуально - групповые.

В процессе реализации программы используются различные *формы занятий*: теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма

используется чаще и включает теоретическую(беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций) и практическую части (ОФП и игры; занятия оздоровительной направленности; эстафеты, домашние задания).

Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

Алгоритм учебного занятия подготовка спортивного зала к проведению занятия (проветривание кабинета, подготовка необходимого инвентаря); организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний и умений); теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала); практическая часть - закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме,); окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия).

Дидактические материалы - раздаточные материалы, мячи, обручи, скакалки.

2.3. Формы аттестации

Контроль усвоения учебного материала проходит в течение всего периода обучения. Формами контроля являются: опрос (беседа, тестирование), зачет, практическое задание, участие в соревнованиях, контрольных играх; выполнение контрольных нормативов по ОФП.

Определение форм контроля:

Опрос-метод сбора информации, способ, позволяющий получать информацию непосредственно с помощью вопросов.

Практическое задание-форма организации учебного процесса, заключающаяся в выполнении учащимися под руководством преподавателя комплекса физических упражнений, с целью усвоения научно-теоретических основ вида спорта волейбол, и приобретения практических умений и навыков.

Зачёт-вид проверочного испытания (в спортивных упражнениях и т.п.), а также отметка, удостоверяющая прохождение таких испытаний.

Соревнования - форма деятельности, соперничество за достижение превосходства, лучшего результата (выигрыша, признания и т.п.)

Степень усвоения учебной программы оценивается по результатам контрольных нормативов выполнения различных упражнений по общей и специальной физической подготовке.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- опрос учащихся по пройденному материалу,
- наблюдение за учащимися вовремя тренировочных игр и соревнований,
- контроль соблюдения техники безопасности,
- привлечение обучающихся к судейству соревнований школьного уровня,
- контрольные игры с заданиями,
- выполнение отдельных упражнений с заданиями,
- контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований,
- встреча с обучающимися во внеурочное время и наблюдение за их досугом.

Формы предъявления и демонстрации:

- тестирование общефизической, специально- физической, технической, тактической и психологической подготовки,

- тестирование по теоретическому материалу,
- соревнования.

В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности усвоения программного материала используя следующие *формы контроля*.

I этап (входной) – проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится на первом вводном занятии путем проведения собеседования, анкетирования или тестирования с последующим анализом результатов). Позволяет выявить уровень подготовленности и возможности, обучающихся для занятия данным видом деятельности.

II этап (текущий) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся. Проводиться в форме выполнения практического задания.

III этап (промежуточный) - проводится в конце изучения раздела в форме опроса, теста, зачёта, выполнение контрольных нормативов по ОФП с целью проверки степени усвоения учащимися учебного материала по итогам прохождения раздела или темы. Эти сведения необходимы для успешного управления процессом обучения в ходе занятий.

IV этап (итоговый) – проводится в конце срока обучения по программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения Программы за год. Форма проведения: тестирование, сдача контрольных нормативов, соревнования.

2.4. Список литературы

Список литературы для педагога:

- 1. Банников А.М.,** Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика)/А.М. Банников, В.В. Костюков – Краснодар, 2001.
- 2. Волейбол:** поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. – Москва, 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
- 3. Волейбол/под ред. А.В.Беляева, М.В.Савина.** – Москва, 2000.
- 4. Железняк Ю.Д.** К мастерству в волейболе./Ю.Д. Железняк - Москва, 1978.
- 5. Железняк Ю.Д.** Юный волейболист./Ю.Д. Железняк – Москва., 1988.
- 6. Железняк Ю.Д,** Волейбол./Ю.Д. Железняк, А.В. Ивойлов – Москва, 1991.
- 7. Железняк Ю.Д.,** У истоков мастерства./ Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский – Москва., 1998.
- 8. Марков К.К.** Руководство тренера по волейболу./К.К. Марков – Иркутск, 1999.
- 9. Марков К.К.** Тренер – педагог и психолог./К.К. Марков – Иркутск, 1999.
- 10.** Настольная книга учителя физической культуры/под ред. Л.Б. Кофмана. – М., 1998.
- 11. Никитушкин В.Г.,** Методы отбора в игровые виды спорта./ Губа В.П. – М., 1998.
- 12.** Основы управления подготовкой юных спортсменов/под ред. М.Я. Набатниковой. – М., 1982.

Список литературы для родителей:

- 1. Матвеев Л.П.** Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте./Л.П. Матвеев – Киев, 1999.
- 2.** Настольная книга учителя физической культуры/под ред. Л.Б. Кофма – Москва, 1998.
- 3. Никитушкин В.Г.,** Методы отбора в игровые виды спорта./В.Г. никитушкин, В.П. Губа – Москва, 1998.
- 4.** Основы управления подготовкой юных спортсменов /под ред. М.Я. Набатниковой. – Москва, 1982.

Список литературы для обучающихся:

- 1. Платонов В.Н.** Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./В.Н. Платонов – Киев, 1997.
- 2.** Система подготовки спортивного резерва. - Москва, 1999.
- 3.** Современная система спортивной подготовки /под ред. Ф.П.Суслова, В.Л.Сыча, Б.Н.Шустина. – Москва, 1995.
- 4.** Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. – 15-е издание. В.С.Родиченко и др. – Москва, ФиС 2005. 144 с.
- 5. Клещев Ю.Н.** Юный волейболист./Ю.Н. Клещев – Москва: Физкультура и спорт. 1989.

3. Приложения

Приложение 1

3.1. Оценочные материалы

Оценочным критерием выполнения контрольных испытаний является положительная динамика показателей в сравнении с показателями стартовой диагностики (анализируются протоколы испытаний на начало и конец обучения).

Входной, текущий, промежуточный контроль учащихся - оценочные материалы:

Форма проведения:

- сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке (см. таблицу 6), Беседа;
- контрольные задания (см. таблицу 7), Опрос.

Таблица 6

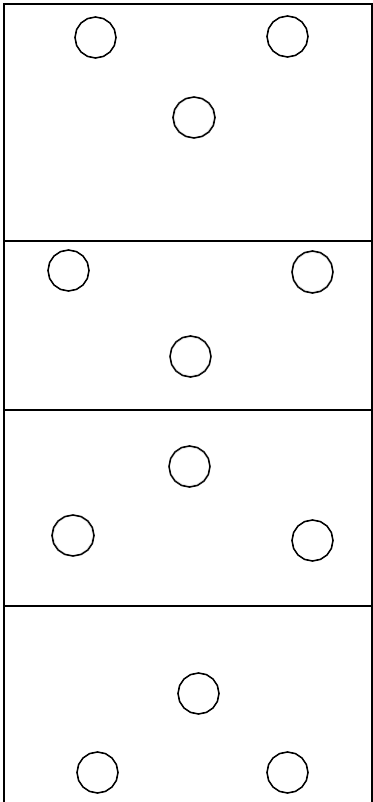
Контрольные нормативы по общей физической подготовке

Физические способности	Контрольное упражнение	Возраст (лет)	Уровень		
			низкий	средний	высокий
скоростные	Бег 30 м,с	11-12	7,6 и выше	7,5 - 6,4	5,8 и ниже
		13-14	7,3	7,2-6,2	5,6
		15-16	7,0	6,9-6,0	5,3
		17	6,6	6,5-5,6	5,2
координационные	Челночный бег 3*10м,с	11-12	11,7 и выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
		13-14	11,2	10,7-10,1	9,7
		15-16	10,8	10,3-9,7	9,3
		17	10,4	10,0-9,5	9,1
скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11-12	85 и ниже	110-130	150 и выше
		13-14	90	125-140	155
		15-16	110	135-150	160
		17	120	140-150	170
выносливость	6-минутный бег, м	11-12	500 и менее	600-800	900 и выше
		13-14	550	650-850	950
		15-16	600	700-900	1000
		17	650	750-950	1050
гибкость	наклон вперед из положения сидя, см	11-12	2 и ниже	6-9	12,5и выше
		13-14	2	5-8	11,5
		15-16	2	6-9	13,0

		17	3	7-10	14,0
силовые	Подтягивание на низкой перекладине, кол-во раз	11-12	2 и ниже	4-8	12 и выше
		13-14	3	6-10	14
		15-16	3	7-11	16
		17	4	8-13	18

Таблица 7

Контрольные задания

№ п/п	Задание	Кол- во баллов
1	Волейбольная площадка  1. Подпиши название каждой линии на площадке 2. Подпиши название каждой зоны, выделенной кругом. 3. Отметь стрелками последовательность перехода игроков из одной зоны в другую	3
2	Выберите правильный ответ: Как называется линия, расположенная под волейбольной сеткой? а) штрафная б) средняя в) лицевая	1

13-16 баллов – высокий уровень

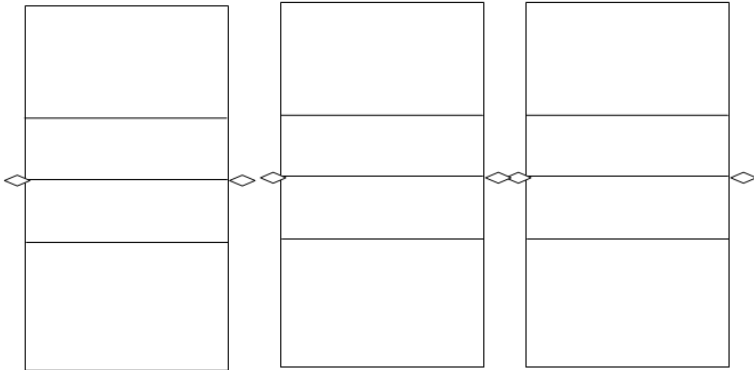
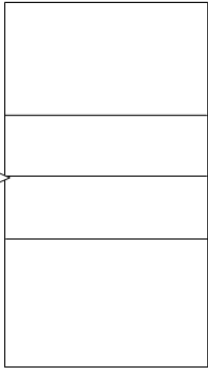
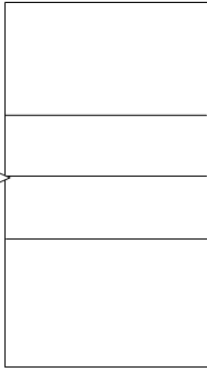
Итоговый контроль учащихся II полугодие, оценочные материалы.

Форма проведения:

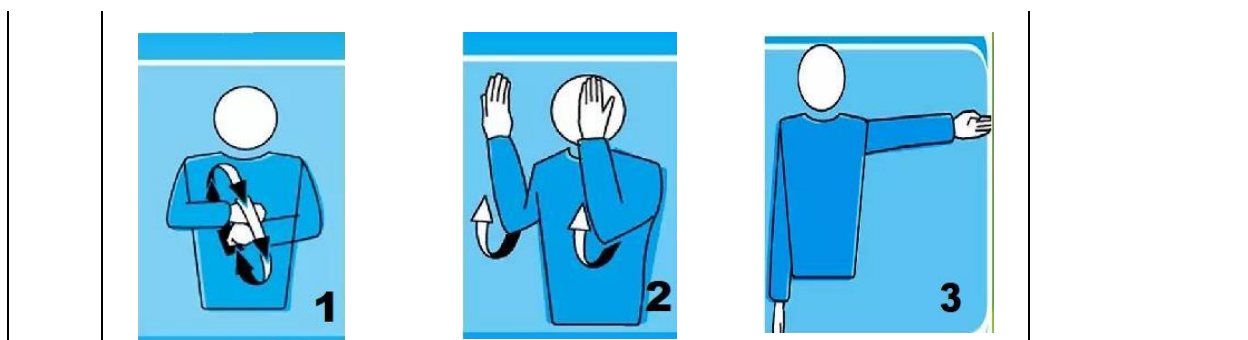
- контрольные задания (см. таблицу 8).

Контрольные задания

Таблица 8

№ п/п	Задание	Кол-во баллов
1	Отметь расстановку игроков на площадке при системе игры: «Углом вперед»  «Углом назад»  «В линию» 	3
2	Выберите правильный ответ: Какая страна считается родиной волейбола? а) Англия б) Франция в) США	1
3	В каком году и кто придумал волейбол? а) 1891г., Джеймс Нейсмит б) 1895 г., Уильям Морган в) 1896г., Пьерде Кубертен	1
4	Сколько игроков от каждой команды на поле? а) по 5 б) по 6 в) по 7	1
5	До сколько очков длится партия? а) 21 б) 25 в) 30	1

6	Засчитывается ли очко, если мяч попадает в лицевую или боковую линию поля? а) да б) нет в) судья назначает спорный мяч	1
7	В каком направлении совершается переход? а) по часовой стрелке б) против часовой стрелки в) и первый и второй варианты правильные	1
8	Сколько игроков в команде играет на передней линии, а сколько на задней? а) 3 спереди, 3 сзади б) 2 спереди, 4 сзади в) 4 спереди, 2 сзади	1
9	Укажите размеры волейбольной площадки? а) 16 на 9 м б) 18 на 9 м в) 20 на 10 м	1
10	Какого вида подачи не существует? а) сверху б) силовой в) двумя руками снизу	1
11	Сколько раз игроку можно подбросить мяч во время подачи? а) 1 б) 2 в) без разницы	1
12	Сколько партий играется в профессиональном волейболе? а) от 2 до 3 б) от 3 до 5 в) от 2 до 5	1
13	До каких пор продолжается партия при счёте 24 - 24? а) кто набирает следующим очко, тот и победил б) до тех пор, пока разница не будет 2 очка в) победит тот, кто первым наберёт 30 очков	1
14	Впишите правильные ответы: Что означают жесты судьи? 1. _____ 2. _____ 3. _____	3



0-8 баллов – низкий уровень; 9-14 баллов – средний уровень; 15-18 баллов – высокий уровень

3.2. Методические материалы

УПОК №

ТЕМА: «Судейская практика»

ЗАДАЧИ:

1. Судейская практика: овладение основными строевыми командами, построение группы, передача рапорта.
2. Приём и передача мяча в волейболе (техника). Нападающий удар в парах.
3. Подача мяча.

ЦЕЛЬ: формировать сознательное отношение к занятиям спортом.

МОТИВАЦИЯ: вести здоровый образ жизни, использование приобретенных навыков в повседневной жизни.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: Спортивный зал. _____

СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ: свисток, волейбольные мячи, сетка.

ТРЕНЕР-ПРЕПОДАВАТЕЛЬ: _____

Таблица 9

[illegible]

	* И.П. – ноги врозь. Круговые движения руками 1 – 4 вперед, 5 – 8 назад. * И. П.- узкая стойка ноги врозь, правая рука вверх. 1-2- отведение прямых рук назад 3-4-тоже со сменой положения рук. * И.П. - широкая стойка ноги врозь, руки на пояс: 1- наклон туловища к левой ноге, 2 - наклон туловища вперед, 3– наклон туловища к правой ноге, 4 – И.п. * И.П. – о.с. 1 – 4 – выпады правой ногой вперед, руки на пояс, 5 – 8 – левой. * И.П. – о.с. 1 – выпад влево, руки вперед, 2-и.п., 3 – выпад вправо, 4 – и.п г)ОРУ с мячами в парах: 1. Броски двумя руками из-за головы 2. Броски левой и правой рукой 3. Броски с отскоком от пола 4. Броски параллельно пола Подведение итогов: что сделали в подготовительной части урока, к чему подготовились	8-12р. 8-10р. 10-12р. 10-12р. 10-12р	бег энергичными движениями рук. Спину держать ровно, не делать резких движений. Следить за положением спины. Выпады делать глубокими. Обратить внимание на движение кистей, мяч провожать прямыми руками. Рука прямая, хлесткое движение кисти; нога, противоположная бросающей руке выставлена вперед.
II.	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ: Объяснение и показ тренером основных строевых команд, передачи рапорта. Техники правильного выполнения упражнения передачи мяча сверху и снизу. Поддачи мяча. 1. Судейская практика: овладение основными строевыми командами, построение группы, передача рапорта. 2. Приём и передача мяча в волейболе (техника). Нападающий удар в парах. 3. Поддача мяча.	25 мин. 5 мин 10 мин. 10 мин	Следить за техникой безопасности. Правила игры Указывать на ошибки. Объяснить технику. Следить за техникой выполнения.
III.	ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ: 1. Построение. 2. Подведение итогов. 3. Указания на ошибки. 4. Замер ЧСС	5 мин. 1 мин. 2 мин. 1 мин. 1 мин.	Фронтальный метод Анализа занятия. Измерение состояния ЧСС.

3.3.Календарно-тематическое планирование на _____ учебный год

«Волейбол. Серебряный мяч»

Группа №1, №2, №3

Дни занятий:

Группы №1, №2, №3 – Три раза в неделю.

1 год обучения, количество часов в год-108

Таблица 10

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечания (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Вводное занятие. Инструктажи по ТБ.	1			Опрос, /Входной контроль	
2.	Выполнение нормативов нормативовОФП. Входная диагностика.	1			Тестирование/ Входной контроль	
3.	Раздел: Теоретическая подготовка. Понятие СФП. Костная и мышечная системы. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Врачебный контроль и само контроль. Нервная системы.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
4.	Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Использование естественных сил природы в целях закаливания организма.	1			Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежу точный контроль	
5.	Раздел: Общая физическая подготовка. Понятие ОФП. Функции ОФП. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
6.	Значение двигательной	1			Практическое	

	активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей				задание/Текущий контроль	
7.	Строевые упражнения. Эстафеты	1			Практическое задание/Текущий контроль	
8.	Бег по прямой. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
9.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
10.	Бег приставными шагами. Упражнения типа «полоса препятствий»	1			Практическое задание/Текущий контроль	
11.	Бег с высокоподнятыми ногами. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
12.	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития ловкости.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
13.	Челночный бег. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
14.	Кувьрки вперед и назад. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
15.	Приседание на месте. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
16.	Прыжки вверх. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
17.	Гимнастические упражнения. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
18.	Гимнастические упражнения. Эстафеты.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
19.	Акробатические упражнения.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
20.	Акробатические упражнения.	1			Практическое задание/Текущий контроль	

21.	Легкоатлетические игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
22.	Легкоатлетические игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
23.	Подвижные игры («Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель»)	1			Практическое задание/Текущий контроль	
24.	Спортивные игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
25.	Подвижные игры («Подвижная цель», Мяч – среднему», «Встречная эстафета»).	1			Практическое задание/Текущий контроль	
26.	Спортивные игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
27.	Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
28.	Упражнения, развивающие быстроту ответных действий.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
29.	Упражнения, развивающие быстроту ответных действий.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
30.	Упражнения для прыгучести	1			Практическое задание/Текущий контроль	
31.	Упражнения для прыгучести	1			Практическое задание/Текущий контроль	
32.	Упражнения для прыгучести	1			Практическое задание/Текущий контроль	
33.	Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
34.	Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча.	1			Практическое задание/Текущий контроль	

35.	Упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передачи мяча.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
36.	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающего удара.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
37.	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающего удара.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
38.	Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
39.	Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
40.	Акробатические упражнения.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
41.	Подвижные и спортивные игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
42.	Подвижные и спортивные игры.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
43.	Специальные эстафеты	1			Практическое задание/Текущий контроль	
44.	Контрольные упражнения (тесты).	1			Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль	
45.	Раздел: Техническо-тактическая подготовка. 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	1			Практическое задание/Текущий контроль	

	результат игры.					
46.	Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
47.	Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики.	1			Практическое задание	
48.	Промежуточная аттестация	1			Выполнение нормативов	
49.	Стойки в сочетании с перемещениями.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
50.	Передачи мяча сверху и снизу в парах.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
51.	Приём мяча сверху через сетку.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
52.	Нижняя прямая подача.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
53.	Сочетание способов перемещений (лицом, боком, спиной).	1			Практическое задание/Текущий контроль	
54.	Передачи мяча в сочетании с перемещениями.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
55.	Приём мяча, направленного ударом (в парах).	1			Практическое задание/Текущий контроль	
56.	Нижняя прямая подача. Верхняя подача в стену.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
57.	Двойной шаг, скачок, остановка прыжком.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
58.	Встречная передача вдоль сетки и через сетку. Приём сверху нижней прямой подачи.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
59.	Верхняя прямая подача через сетку.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
60.	Сочетание перемещений и технических приёмов в защите.	1			Практическое задание/Текущий контроль	

61.	Передача мяча сверху, стоя спиной к партнёру .	1			Практическое задание/Текущий контроль	
62.	Чередование приемов мяча сверху и снизу.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
63.	Подача в заданную часть площадки.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
64.	Сочетание перемещений и технических приемов.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
65.	Передача мяча со сменой мест. Прием снизу верхней прямой подачи.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
66.	Совершенствование техники	1			Практическое задание/Текущий контроль	
67.	Совершенствование техники	1			Практическое задание/Текущий контроль	
68.	Индивидуальные действия в нападении.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
69.	Техника нападения: Действия с мячом.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
70.	Техника нападения: подача мяча, нападающие удары	1			Практическое задание/Текущий контроль	
71.	Индивидуальные действия в нападении: выбор места для выполнения второй передачи у сетки.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
72.	Индивидуальные действия в защите.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
73.	Индивидуальные действия в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приема - сверху или снизу.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
74.	Групповые действия в нападении.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
75.	Групповые действия в нападении.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
76.	Групповые действия в нападении: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с	1			Практическое задание/Текущий контроль	

	игроком зоны 3.					
77.	Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 1, 5 и 6 на приеме подачи,	1			Практическое задание/Текущий контроль	
78.	Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 4, 2 и 6.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
79.	Командные действия в нападении.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
80.	Командные действия в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)).	1			Практическое задание/Текущий контроль	
81.	Командные действия в защите.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
82.	Индивидуальные действия в защите.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
83.	Групповые действия в защите.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
84.	Командные действия в защите: выбор места при приеме нижней подачи.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
85.	Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, при системе игры «углом вперед».	1			Практическое задание/Текущий контроль	
86.	Тактика защиты.	1			Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль	
87.	Раздел:Судейская практика	1			Практическое задание/Текущий контроль	
88.	Судейская практика: освоение терминологии, принятой в волейболе.	1			Практическое задание/Текущий контроль	

89.	Судейская практика: овладение основными строевыми командами, построение группы, передача рапорта.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
90.	Судейская практика: умение подготовить места проведения занятий и соревнований.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
91.	Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам).	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
92.	Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам).	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
93.	Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам).	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
94.	Судейская практика: участие в судействе учебных и товарищеских игр в своей группе (по упрощенным правилам).	1			Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежу точный контроль	
95.	Раздел: Контрольные нормативы. Содержание и методика контрольных испытаний.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
96.	Содержание и методика контрольных испытаний.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
97.	Сдача контрольных нормативов.	1			Практическое задание/Теку щий контроль	
98.	Сдача контрольных нормативов.	1			Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по	

					ОФП/Промежу точный контроль	
99.	Раздел: Участие в соревнованиях. Правила игры в волейбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Права и обязанности игроков.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
100.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
101.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
102.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
103.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
104.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
105.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
106.	Участие в соревнованиях согласно календарного плана.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
107.	Раздел Аттестация: Тестирование	1			Опрос, зачет, /Итоговый контроль	
108.	Аттестация: Сдача контрольных нормативов	1			Соревнование/ Итоговый контроль	

3.4. Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Волейбол. Серебряный мяч»

Таблица 11

Дата внесения изменений	На основании / в соответствии	Внесённые изменения (в каком разделе программы).	Кем внесены изменения (Ф.И.О. подпись)
В 2024 – 2025 учебном году	Внесены изменения в НПА данной программы в соответствии с требованиями к структуре дополнительных общеобразовательных программ на основании приказа Минпросвещения России от 29.09.2023 № АБ-2935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей). Приказа Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2012 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».	Пояснительная записка	Парахина Г.И.

3.5. План воспитательной работы
 в учебных группах, занимающихся
 по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
 программе «Волейбол. Серебряный мяч»
 _____ учебный год

Цель воспитательной работы – воспитание личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения и самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Таблица 12

Направление воспитательной работы	Название мероприятия	Дата проведения	Ответственный
Семейное воспитание	Создание группы для проведения онлайн-собраний для родителей.	Сентябрь	
Гражданско–патриотическое	Посвящение в волейболисты	Сентябрь	
Семейное воспитание	День открытых дверей Открытое мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья»	Октябрь	
Спортивно-оздоровительное воспитание	Показательные игры	Ноябрь	
Спортивно-оздоровительное воспитание	Веселые старты с элементами волейбола	Декабрь	

Спортивно-оздоровительное воспитание	Промежуточная сдача нормативов	Январь	
Семейное воспитание	Родительское собрание по результатам полугодия	Январь	
Духовно-нравственное направление	Беседа с учащимися на тему: «Лучший друг»	Февраль	
Нравственно-эстетическое воспитание	Конкурс рисунков по тематике: «Я и волейбол»	Февраль	
Гражданско-патриотическое воспитание	Просмотр документального фильма «Они были первыми»	Март	
Гражданско-патриотическое воспитание	Открытый классный час «История волейбола – история России»	Апрель	
Гражданско-патриотическое воспитание	Участие в турнире посвященном дню Победы	Май	
Спортивно-оздоровительное воспитание	Чествование активных участников мероприятий	Май	
Семейное воспитание	Родительское собрание по результатам учебного года	Май	

План воспитательной работы может корректироваться в течение учебного года.