ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ опубликован на официальный сайт: batalnoe.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "БАТАЛЬНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Действителен с: с 16.06.2026, 07:50
Действителен до: до 09.09.2027, 07:50
Ключ подписи: 4AE2911FAF1FBE8A7D0638441E568B73

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"БАТАЛЬНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО/ПРИНЯТО
Педагогическим/Методическим советом
МБОУ Батальненская СОШ
Протокол №2
От «28»марта 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ Батальненская СОШ
_____Н.В.Сергеева
«28» марта 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Волейбол»

Направленность: Физкультурно- спортивная
Срок реализации программы: 1 год.
Тип программы: общеобразовательная общеразвивающая
Вид программы: модифицированная
Уровень:базовый
Возраст учащихся: 10-15 лет
Составитель: Кищак Андрей Викторович
Должность: Педагог дополнительного образования

Ленинский район
2025 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Волейбол» проводится в рамках школьного спортивного клуба, является модифицированной и разработана на основании следующих нормативных документов:

– 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);

– 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);

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

– Указ Президента Российской Федерации от 9.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

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

– 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 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

– 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 Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (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);

– 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;

– 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 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 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»;

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

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

– 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»;

– Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Батальненская средняя общеобразовательная школа" Ленинского района Республики Крым.

– Положение о ДООП МБОУ Батальненская СОШ.

Направленность программы «Волейбол» - ***физкультурно-спортивная*** и предназначена для углубленного изучения раздела «Волейбол» образовательной программы общеобразовательной школы в рамках школьного спортивного клуба.

Актуальность программы состоит в том, что на сегодняшний день имеет оздоровительный эффект, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Новизна и отличительные особенности программы заключаются в том, что в ней предусмотрено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «волейбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами.

Адресат программы:

Программа реализуется для обучающихся **10-15 лет** (мальчики и девочки), проявляющих интерес к спорту.

Состав групп – разновозрастной. Психологический климат в группе позволяет каждому ребенку раскрыть свои способности, получить

удовлетворение от занятий, почувствовать поддержку и помощь старших товарищей.

Условия приема детей: принимаются все желающие на основании заявления родителей (законных представителей), допущенные по состоянию здоровья врачом. Наполняемость в группе – 18-25 человек.

Условия формирования групп: разновозрастные группы.

Объем и сроки освоения Программы:

На реализацию учебного материала отводится 1 год - 72 часа.

Уровень программы –базовый**.**

Форма обучения – очная.

При необходимости (введении ограничений в связи с эпидемиологическими мероприятиями, изменением санитарных норм и др.) возможно применение ***электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий*** при реализации образовательной программы.

При дистанционном обучении используется официальный сайт учреждения: на страницах педагогов размещены папки с названием кружка и группы, в которых размещаются материалы согласно программе и учебному плану. Обратная связь осуществляется через электронные почты педагогов, также размещенных на страницах педагогов.

Особенности организации образовательного процесса

Разновозрастные группы. Психологический климат в группе позволяет каждому ребенку раскрыть свои способности, получить удовлетворение от занятий, почувствовать поддержку и помощь старших товарищей.

Форма занятий - физические упражнения (разминка, специальные упражнения, игровые спарринги, игру), беседы по правилам и судейству соревнований. Родитель (законный представитель) обязан подать заявку для зачисления на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе через АИС «Навигатор дополнительного образования детей Республики Крым (Приказ МОНМ РК от 16.07.2021г. №1204 «Об автоматической информационной системе Республики Крым «Навигатор дополнительного образования детей Республики Крым»)

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раз в неделю по 1 академических часа (72 часа в год) согласно расписанию; подготовка и участие в соревнованиях – в соответствии с

календарем соревнований. Занятия проводятся в одну смену согласно расписанию.

В каникулярные, праздничные и нерабочие дни центр работает согласно расписанию, утвержденному директором образовательной организации.

При организации учебного процесса используются различные **формы организации** деятельности: групповые занятия, тематические консультации, соревнования, игры, тренировки, онлайн занятия (по санитарно-эпидемиологической обстановке) и т.д.

При дистанционном обучении допускается внесение изменений в содержание данной Программы.

1.1. Цель и задачи Программы

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

Основными **задачами** программы являются:

образовательные

- ознакомить обучающихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях в образовательном учреждении и дома;
- изучить основы техники и тактики игры;
- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний;
- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;

развивающие

- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
- развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
- содействовать правильному физическому развитию;
- развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
- развивать специальные технические и тактические навыки игры;
- подготовить учащихся к соревнованиям по волейболу;
- содействовать отбору лучших учащихся для ДЮСШ;

воспитательные

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
- формировать здоровый образ жизни.

1.1. Воспитательный потенциал Программы

Воспитательная работа в рамках программы «Волейбол» направлена на воспитание моральных и волевых качеств подростков, формирование здорового образа жизни.

Волейбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Общая физическая подготовка – это процесс физического воспитания, создающий общие предпосылки для высокопродуктивного труда человека в любой сфере.

Специальная физическая подготовка направлена на подготовку к конкретной профессиональной или спортивной деятельности.

Педагог формирует у обучающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), эстетические чувства прекрасного, аккуратность, трудолюбие.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у обучающихся понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне ее. Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Учебный план

№ п\п	Тема	Всего (час)	Теория (час)	Практика (час)	Формы контроля/ аттестация
1	Вводное занятие. История развития волейбола Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства.	**2**	**1**	**1**	устный опрос
2	Перемещения. Стойки	2	1	1	
3	Подачи	8	1	7	
4	Передачи	8	1	7	
5	Нападающие удары	10	1	9	Контрольные нормативы
6	Прием мяча	6	1	5	
7	Блокирование	6	1	5	Контрольные нормативы
8	Индивидуальные действия	4	-	4	
9	Групповые действия	4	-	4	Контрольные нормативы
10	Индивидуальные действия	6	1	5	
11	Групповые действия	6	1	5	
12	Командные действия	6	1	5	
13	Соревнования.	2	-	2	соревнования
14	**Итоговое занятие.**	**2**	**2**	**-**	
	ИТОГО	**72**	**12**	**60**	

1.4.2. Содержание учебного плана

Вводное занятие (2 часа)

Теория. Становление волейбола как вида спорта. Последовательность и этапы обучения волейболистов. Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства соревнований. Упрощенные правила игры. Правила безопасности при занятиях волейболом.

Изучение техники игры в волейбол (40 часов)

Техника нападения (28 часов)

Теория и практика:

Перемещения и стойки

Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении, в защите.

Подачи

Обучение технике нижней прямой подачи. Обучение технике нижней прямой подачи. Обучение технике верхней прямой подачи. Обучение технике верхней боковой подачи. Обучение укороченной подаче.

Передачи

Обучение технике верхних передач. Обучения технике передач в прыжке (отбивание
кулаком выше верхнего края сетки).Обучение технике передач снизу.

Нападающие удары

Обучение технике нападающих ударов, подводящие упражнения с набивным мячом. Упражнения для обучения напрыгиванию. Упражнения для обучения замаху и удару по мячу. Упражнения с теннисным мячом. Специальные упражнения у стены в опорном положении.

Техника защиты (12 часов)

Теория и практика:

Обучение технике приема подач, упражнения для обучения перемещению игрока.

Блокирование

Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное).

Изучение тактики игры в волейбол (28 часов)

Тактика нападения (8 часов)

Теория и практика:

Индивидуальные действия

Обучение и совершенствование индивидуальных действий.

Групповые действия

Функции игроков. Характеристика командных действий в нападении. Условные названия тактических действий в нападении. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями.

Тактика защиты (20 часа)

Теория и практика:

Индивидуальные действия

Обучение приему мяча от сетки. Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме нападающих ударов. Развитие координации. Учебная игра. Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар.

Групповые действия

Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиям. Технико-тактические действия в защите при страховке игроком 6 зоны Учебная игра. Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока.

Командные действия

Обучение командным действиям в защите. Учебная игра с заданием.

6. Участие в соревнованиях (2 часа)

7. Итоговое занятие (2 часа)

Подведение итогов работы кружка за учебный год, характеристика работы каждого учащегося. Обобщение знаний, умений, навыков учащихся.

1.5. Планируемые результаты

Обучающиеся должны знать:

-историю возникновения и развития игры волейбол;

-основные приемы техники и тактики игры волейбол;

- правила самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;

- основы техники и тактики игры в волейбол;

-роль волейбола в формировании ЗОЖ, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;

-основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

-способы организации самостоятельных занятий по волейболу, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;

-правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физической культурой;

Обучающиеся должны уметь:

-составлять и выполнять комплексы упражнений утренней гимнастики;

-выполнять комплексы ОРУ на развитие основных физических качеств;

-осуществлять судейство соревнований по волейболу;

-соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений.

2.1 Календарный учебный график

Начало учебного года – сентябрь 2024 года
Окончание учебного года – май 2025 года
Продолжительность учебного года – 36 недель.

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Разработка и реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» осуществляется педагогом дополнительного образования, соответствующимтребованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», имеющим высшее образование, обладающим профессиональными знаниями в данной области.

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы имеются следующие материально-технические условия:

1. Спортивный зал.
2. Волейбольная площадка.
3. Две волейбольные сетки.
4. Стойки для волейбольных сеток. Настенные крепежи.
5. Волейбольные мячи.
6. Набивные мячи.
7. Сетка для переноса мячей.
8. Баскетбольные и футбольные мячи.

Информационное обеспечение:

Аудиозаписи на флеш картах, видеозаписи, презентации, фотоматериалы, интернет – источники.

Методическое обеспечение рабочей программы:

Используемые методические пособия:

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г.. Волейбол в школе. Москва.

«Физкультура и спорт» 1976.
4. Журнал «Физкультура в школе» №7,8,9. 2003.
5. Журнал «Физкультура в школе» №3. 2006.
6. Журнал «Физкультура в школе» №5,8,11.2007.
7. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991.
8. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2007.

Виды дидактических материалов:

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются наглядные пособия следующих видов:

- звуковой (аудиозаписи на CD носителях, флеш картах);
- картинный и картинно-динамический (фотоматериалы);
- смешанный (видеозаписи занятий);
- дидактические пособия (карточки).

Дидактико-методическое оснащение:

Учебники по физической культуре. Учебники по волейболу. Методические пособия по волейболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Учебные карточки с заданиями. Разработанные и утверждённые тесты, и нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок и т.п.

Способы проверки умений и навыков:

Проверка умений и навыков проходит на каждой тренировке путем выполнения изученных элементов каждым ребенком. При необходимости проводится индивидуальная отработка элементов.

Формы подведения итогов

- контрольные и товарищеские игры;
- соревнования на первенство района, Республики Крым;
- контрольные тесты и нормативы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.

2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003

3. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. «Волейбол в школе». М.: «Просвещение», 1989

4. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2007.

5. Фурманов А.Г. «Начальное обучение волейболистов». Минск, «Беларусь», 1976

Для обучающихся:

1. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

2. Голомазов В.А., Ковалев В.Д., Мельников А.Г. «Волейбол в школе». М.: «ФК и С», 1976

3. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. «Волейбол в школе». М.: «Просвещение», 1989

4. Железняк Ю.Д. «К мастерству в волейболе». М.: «ФК и С», 1978

5. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу». М.: «ФК и С», 1970

6. Козырева Л. «Волейбол». Азбука спорта. М.: «ФК и С», 2003

Для родителей:

1. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. «Юный волейболист». М.: «ФК и С», 1979 7. Перельман М.Р. «Специальная физическая подготовка волейболиста». «ФК и С», 1969

2. Слупский Л.Н. «Волейбол: игра связующего». М.: «ФК и С», 1984

3. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. «Волейбол». Азбука спорта. М.: «ФК и С», 1983

4. Эйнгорн А.Н. «500 упражнений для волейболиста». М.: «ФК и С», 1959

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Приложение 1

Тест по теме «Волейбол»

1. В каком веке появился волейбол как игра:
а) XX; б) XXI; в) XIX.
2. В каком году волейбол входит в программу Олимпийских игр:
а) 1964; б) 1991; в) 1997
3. Какая страна стала Родиной волейбола:
а) Россия; б) Франция; в) США
4. Кто придумал волейбол как игру:
а) Джордж Майкен; б) Д.Фрейзер; в) Уильям Дж. Морган.
5. Что означает слово «волейбол»:
а) удар с лёта и мяч; б)удар с лёта; в) мяч;
6. Размеры волейбольной площадки (м):
а) 18×15; б) 18х9 ; в) 17×16.
7. Высота волейбольной сетки для женщин (см):
а) 199; б) 2,24 м; в) 200.
8. Вес волейбольного мяча (г):
а) 280-300; б) 350; в) 260-280
9. Нарушение правил в волейболе.
а) фол; б) касание рукой соперника; в) касание рукой пола.
10. Сколько игроков во время игры может находиться на площадке:
а) 4; б) 6; в) 5.
11. Где выполняется подача мяча?
а) с площадки; б) из-за лицевой линии; в) со штрафной линии.
12. Сколько раз можно подбросить мяч для подачи?
а) 1; б) 2 ; в) 3.
13. Сколько времени дается на перерыв между партиями (мин.):
а) 2; б) 5; в) 3.
14 Как выполняется переход команды на площадке?
а) против часовой; б) по часовой; в) по горизонтали.
15 Либеро – это…
а) судья; б) игрок; в) тренер.
16. Из 1 зоны игрок переходит в…
а) 7; б) 4; в) 6.

17. Что такое «Пайп»?
а) вариант атаки; б) подача мяча; в) замена игроков

Приложение 2

Тесты по волейболу

1. В каком году появился волейбол? а) в 1895 г.; б) в 1890 г.; в) в 1915 г.; г) в 1900 г..

2. В какой стране появился волейбол? а) в России; б) в США; в) в Англии; г) в Германии.

3. Кто придумал игру в волейбол? а) Пьер де Кубертен; б) Джеймс Нейсмит; в) Вильям Морган.

4. Вес волейбольного мяча (г): а) 260-280; б) 350; в) 280-300.

5. Для мужчин волейбольная сетка имеет высоту ….. сантиметра а) 245 сантиметров; б) 248 сантиметров; в) 243 сантиметра; г) 246 сантиметров.

6. Для женщин волейбольная сетка имеет высоту ….. сантиметра а) 240 сантиметров; б) 215 сантиметров; в) 220 сантиметров; г) 224 сантиметра.

7. Размер волейбольной площадки. а) 18 х 9 м; б) 24 х 14 м; в) 18 х 10; г) 18 х 15 м.

8. На поле во время игры в волейбол одновременно находятся ..... а) 9 игроков б) 6 игроков в) 5 игроков г) 8 игроков

9. На крупных соревнованиях по волейболу игра проводится из …
а) двух партий; б) трех партий; в) пяти партий.

10. В волейболе в партии счет может быть … а) 24 **:** 25; б) 24 **:** 23; в) 28 **:** 29; *г) 30 : 32.*

11. Волейбольная площадка условно делится на ……… деятельности. а) 8 зон; б) 4 зоны; в) 6 зон; г) 5 зон.

12. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?
а) Сверху двумя руками. б) Снизу двумя руками. в) Одной рукой снизу.

13. Какой подачи не существует?
а) Нижняя прямая подача. б) Двумя руками снизу. в) Верхней прямой прямая. г) Верхней боковой подача.

14. Переход в волейболе между игроками делают… а) по часовой стрелке. б) против часовой стрелки. в) по диагонали г) по чётным и нечётным зонам

15. Где выполняется подача мяча? а) с площадки; б) из-за лицевой линии*;* в) со штрафной линии.

16. Специальная разминка волейболиста включает в себя …
а) беговые упражнения; б) упражнения с мячом*;* в) силовые упражнения.

17. Либеро – это.. а) судья б) секретарь в) игрок г) тренер

18. Максимальный состав игроков команды в волейболе?

а) 10 б) 12 в) 14 г) 16

19. Волейбол, в переводе с английского это - …

а) «мяч над сеткой» б) «игра в мяч руками» в) «парящий мяч»

20. За выигрыш каждого розыгрыша мяча, команде присуждается …..

а) 1 очко б) 2 очка в) 3 очка г) после нападающего удара и блока 2 очка.

Приложение 3

Инструкция по технике безопасности занятий по волейболу

1. Перед началом занятия или соревнований по волейболу необходимо надеть спортивную форму (шорты, трико, футболку) и спортивную обувь с нескользящей подошвой.

2. Нужно снять все украшения, ногти на руках должны быть коротко острижены.

3. Проверяется исправность и надёжность спортивного инвентаря и оборудования, пол спортивной площадки должен быть сухим.

4. Для предотвращения травм каждый участник должен разогреться (не менее 15 минут).

5. Во время занятий или соревнований необходимо: строго соблюдать правила поведения и правила соревнований (особенно - заступ линии середины площадки и касание сетки);

6. Все действия производить только по команде тренера или судьи;

7. При плохом самочувствии прекратить заниматься и сообщить об этом учителю, тренеру или судье;

8. При падениях нужно сгруппироваться во избежание получения травм.

9. На спортивной площадке не должно быть посторонних лиц или предметов, которые могут стать причиной травм.

10. Между упражнениями и подачами передавать мяч только под сеткой.

11. Участник должен:

11.1. При руководстве тренера соблюдать технику передачи сверху: большие пальцы вытянуты на себя, указательные и большие пальцы образуют треугольник /сердечко(см. рис.1), не принимать сильно летящий мяч двумя руками сверху, а принимать двумя руками снизу на предплечья; соблюдать технику нападающего удара и блока: при приземлении ноги должны быть полусогнуты (см.рис.2)

11.2. Следить за перемещением игроков на своей половине площадки

11.3. Стоять только лицом к мячам;

11.4. Во время упражнений через сетку стоять лицом к сетке;

11.5. Подбирать все мячи, мешающие упражнениям и игре;

11.6. Известить тренера о медицинских противопоказаниях и травмах для составления индивидуальной программы.

12. В целях предотвращения травм коленных суставов рекомендуется перед тренировкой и игрой одевать наколенники.

3.2 Методические материалы

Сценарий воспитательного мероприятия

Название мероприятия: «Волейбольный фестиваль: За здоровьем и командой!»

Цель мероприятия: Формирование интереса к волейболу, развитие командного духа и спортивных навыков, пропаганда здорового образа жизни.

Участники: Учащиеся 6-10 классов

Время проведения: 2 часа

Место проведения: Школьный спортивный зал или открытая площадка с волейбольной сеткой

Подготовка

- Подготовить мяч для волейбола, награды для команд (медали, грамоты).
- Создать команды (по 6-8 участников в каждой).
- Подготовить плакаты с символикой команд и заданий.

Ход мероприятия

1. Вступительное слово (10 минут)

Ведущий приветствует участников и объясняет цель мероприятия.

- Ведущий: «Здравствуйте, друзья! Сегодня мы проведем волейбольный фестиваль, где вы сможете показать свои навыки, поиграть в любимую игру и развивать командный дух!»

2. Разделение на команды (5 минут)

- Учащиеся делятся на 4-6 команд. Каждая команда выбирает название и создаёт девиз.

3. Инструктаж по правилам (10 минут)

- Ведущий объясняет основные правила игры в волейбол:
  - Правила подачи мяча, розыгрыша, очков.
  - Ограничения по фолам, неправильной подаче и нарушениям.
  - Основные позиции и роли игроков на площадке.

4. Конкурсы и соревнования (90 минут)

Конкурс 1: «Разминка и зарядка» (10 минут)

- Команды проводят разминку, включающую общие физические упражнения и игры на внимание.

Конкурс 2: «Точность удара» (15 минут)

- Каждая команда по очереди выполняет удары по мячу, стараясь попасть в заранее подготовленные мишени (обручи, метки на полу). Оценивается точность.

Конкурс 3: «Подача на дальность» (15 минут)

- Игроки команды по очереди выполняют подачу на дальность. Следует измерить расстояние, которое мяч пролетел. Лучший результат позволяет команде получить дополнительные баллы.

Конкурс 4: «Командный матч» (30 минут)

- Проводится несколько коротких матчей (по 10 минут) между командами по круговой системе. Каждая игра оценивается по очкам, количеству выигранных сетов и общей атмосфере командной работы.

Конкурс 5: «Мини-турнир» (20 минут)

- На этапе с лучшими командами проходят финалы, где команды сражаются за первое место. Определяются победители и призеры.

5. Подведение итогов и награждение (10 минут)

- Ведущий подводит итоги соревнований, объявляет победителей и вручает призы. Также поощряются активные участники и те, кто проявил дух спортивного дружества.

6. Заключительное слово и рефлексия (10 минут)

- Ведущий: «Спасибо всем за активное участие! Надеюсь, вам было весело, и вы узнали что-то новое о волейболе!»

- Учащиеся делятся своими впечатлениями о мероприятии, чему научились и как проведённое время повлияло на их желание заниматься спортом.

Календарно-тематическое планирование

№	Название темызанятия	К-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации /контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. История развития волейбола Общие основы волейбола. Правила игры и методика судейства.	2			Входная диагностика, устный опрос	
	Изучение техники игры в волейбол	**40**				
	Техника нападения	**28**				
2	Перемещения и стойки. Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении, в защите.	2				
3	Подачи. Обучение технике нижней прямой подачи.	2				
4	Обучение технике верхней прямой подачи.	2				
5	Обучение технике верхней боковой подачи.	2				
6	Обучение укороченной подаче.	2				
7	Передачи. Обучение технике верхних передач.	2				
8	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	2				
9	Обучение технике передач снизу.	2				
10	Нападающие удары. Обучение технике нападающих ударов, подводящие упражнения с набивным мячом. Специальные упражнения у стены в опорном положении.	2				
11	Упражнения для обучения напрыгиванию.	2				
12	Упражнения для обучения замаху и удару по мячу.	2				
13	Упражнения с теннисным мячом.	2				
14	Специальные упражнения у стены в опорном положении.	2				
15	Специальные упражнения у стены в опорном положении. Контрольные нормативы.	2			Контрольные нормативы	

	Техника защиты	**12**				

16	Обучение технике приема подач, упражнения для обучения перемещению игрока.	2				
17	Обучение технике приема подач, упражнения для обучения перемещению игрока.	2				
18	Обучение технике приема подач, упражнения для обучения перемещению игрока.	2				
19	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное).	2				
20	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное).	2				
21	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное). Контрольные нормативы.	2			Контрольные нормативы	
	Изучение тактики игры в волейбол	**28**				
	Тактика нападения	**8**				
22	Индивидуальные действия. Обучение и совершенствование индивидуальных действий.	2				
23	Обучение и совершенствование индивидуальных действий.	2				
24	Групповые действия. Функции игроков. Характеристика командных действий в нападении. Условные названия тактических действий в нападении.	2				
25	Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями.	2			Контрольные нормативы	
	Тактика защиты	**20**				
26	Индивидуальные действия. Обучение приему мяча от сетки.	2				
27	Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме нападающих ударов.	2				
28	Развитие координации. Учебная игра. Обучение индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар.	2				
29	Групповые действия. Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями.	2				
30	Технико-тактические действия в защите при страховке игроком 6 зоны. Учебная игра.	2				

31	Технико-тактические действия в защите для страховки крайним	2				
	защитником, свободным от блока.					
32	**Командные действия.** Обучение командным действиям в защите. Учебная игра с заданием.	2				
33	Обучение командным действиям в защите. Учебная игра с заданием.	2				
34	Обучение командным действиям в защите. Учебная игра с заданием.	2				
35	Соревнования.	2			Соревнования	
36	**Итоговое занятие.**	**2**				
	Итого	**72**				

Лист корректировки

Все изменения, дополнения, вносимые в Программу в течение учебного года, согласовываются с администрацией учреждения и вносятся в лист корректировки программы.

Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

_____

(название программы)

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделения (подпись)

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Участие в мероприятиях	ДАТА проведения
1	День открытых дверей. Формирование групп.	сентябрь
2	Встречи с родителями с целью привлечения детей к занятиям волейболом.	сентябрь
3	Проведение бесед по ТБ, о гигиене и др.	в течение года
4	Просмотр учебных фильмов, соревнований.	в течение года
5	Участие в соревнованиях	в течение года
6	Показательные выступления для обучающихся и родителей (законных представителей);	в течение года
7	Присутствие родителей на занятиях	в течение года
8	Приглашение на итоговые соревнования	в течение года

Основные воспитательные мероприятия:
- торжественный прием зачисленных в кружок обучающихся;
- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности обучающихся;
- проведение тематических праздников;
- тематические диспуты и беседы;
- оформление стендов в кабинете.

План воспитательной работы в ходе реализации программы содержит:
- групповую и индивидуальную работу с обучающимися;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- творческую работу;
- проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно-спортивных, творческих и иных мероприятий;
- организацию просмотра фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой и др.

Календарный учебный график

Месяц	Сентябрь					Октябрь				Ноябрь				Декабрь					Январь			Февраль			Март				Апрель				Май			
Недели обучения	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
Год обучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Аттестация/ форма контроля	*Входной контроль*												Комплексная работа	*Промежуточный контроль*													Практическая работа							*Практическое задание; итоговый контроль*			
Всего часов в год – 72	**5**					**4**				**4**				**5**					**3**			**3**			**4**				**4**				**4**			