

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 31»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь

От «29» августа 2024 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ


Скребец О.Н.

Подпись

«02» сентября 2024 г.

М.п.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Волейбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень: ознакомительный

Возраст детей: от 11 до 17 лет

Составитель: Кичанов Артем Григорьевич, педагог дополнительного образования

г. Симферополь, 2024

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка *Нормативно-правовая основа программы:*

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 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 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 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);
- 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;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года», с изменениями от 15.05.2023 г. № 1230-р;
- 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 просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- 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»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- 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»;
- 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 18.11.2015г. № 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 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 Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию». Авторы А.В. Огаркова, О.А. Пищаева, А.М. Вареников, С.И. Плохая, В.В. Кондратенко, Е.А. Бердина, КРИППО, 2014 г.

- Устав МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь;
- образовательная программа дополнительного образования МБОУ средняя общеобразовательная школа № 31;
- положение об образовательной общеразвивающей программе дополнительного образования МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополя

Направленность программы – физкультурно-спортивная. Программа нацелена на повышение роли физической культуры и **спорта** в воспитании и формировании интереса к здоровому образу жизни, физическому развитию детей, подростков и молодежи, подготовке к участию в спортивных играх и соревнованиях. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Принята в общеобразовательном учреждении, где используется программа «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию». Авторы А.В. Огаркова, О.А. Пищаева, А.М. Вареников, С.И. Плохая, В.В. Кондратенко, Е.А. Бердина, КРИППО, 2014 г

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность школьников с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач, стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по волейболу для повышения уровня физической подготовленности. В процессе тренировочных занятиях у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством спортивной деятельности по интересам.

Отличительные особенности программы. Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта. Программа составлена на один год обучения и обеспечивает непрерывность дополнительного образования. Она построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. В данную программу заложены следующие принципы: - принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка; - принцип доступности, последовательности.

Педагогическая целесообразность программы определяется одной из ведущих позиций волейбола среди других спортивных игр, занятия которым оказывают комплексное влияние на становление личности ребенка в целом и развитие его общих и специальных способностей, а также как прекрасного средства формирования положительной мотивации, интересов и эмоций учеников. Поэтому обучение игровому материалу содействует решению главной задачи – привлечение занимающихся к самостоятельным занятиям физической культурой в целом и спортивными играми в частности. определяется одной из ведущих позиций волейбола среди других спортивных игр, занятия которым оказывают комплексное влияние на становление личности ребенка в целом и развитие его общих и специальных способностей, а также как прекрасного средства формирования положительной мотивации, интересов и эмоций учеников. Поэтому обучение игровому материалу содействует решению главной задачи – привлечение занимающихся к самостоятельным занятиям физической культурой в целом и спортивными играми в частности.

Адресат программы. Программа рассчитана на учащихся в возрасте от 11 до 17 лет. Состав группы постоянный. В группы принимаются дети, имеющие справку, подтверждающую отсутствие противопоказаний к занятиям волейболом. Возраст подростков 11 – 17 лет - это самый долгий переходный период, который характеризуется рядом физических изменений. В это время происходит интенсивное развитие личности, ее второе рождение. Психологические особенности подросткового возраста получили название "подросткового комплекса". Что же он представляет собой? Вот его основные проявления: - чувствительность к оценке посторонних своей внешности; -крайняя самонадеянность и безапелляционные суждения в отношении окружающих; внимательность порой уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость с развязностью, желанием быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами - с обожествлением случайных кумиров Суть

"подросткового комплекса" составляют свои, свойственные этому возрасту и определенным психологическим особенностям, поведенческие модели, специфические подростковые поведенческие реакции на воздействия окружающей среды. Причина психологических трудностей связана с половым созреванием, это неравномерное развитие по различным направлениям. Этот возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения (от экзальтации до депрессии).

Наиболее аффективные бурные реакции возникают при попытке кого-либо из окружающих ущемить самолюбие подростка. Пик эмоциональной неустойчивости приходится у мальчиков на возраст 11-13 лет, у девочек - 13-15 лет. Для подростков характерна полярность психики: -целеустремленность, настойчивость и импульсивность, -неустойчивость может смениться апатией, отсутствие стремлений и желаний что-либо делать, -повышенная самоуверенность, безапелляционность в суждениях быстро сменяется ранимостью и неуверенностью в себе; -потребность в общении сменяется желанием уединиться; -развязность в поведении порой сочетается с застенчивостью; -романтические настроения нередко граничат с цинизмом, расчетливостью; -нежность, ласковость бывают на фоне недетской жестокости. Психологическая подготовка юных спортсменов включает общую (круглогодичную) подготовку, психологическую подготовку к соревнованиям и управление нервно-психическим восстановлением спортсменов.

В процессе психологической подготовки у каждого игрока и команды в целом формируются специальные морально-психические качества.

- устойчивый интерес к спорту;
- дисциплинированность в соблюдении тренировочного режима;
- чувство долга перед тренером и коллективом;
- чувство ответственности за выполнение плана тренировки и выступления в соревнованиях;
- трудолюбие и аккуратность.

В процессе управления нервно - психическим восстановлением спортсмена снимается нервно-психическая напряженность, восстанавливается психическая работоспособность после напряженных тренировок, соревновательных нагрузок.

Нервно - психическое восстановление осуществляется с помощью:

- словесного воздействия
- в процессе отдыха;
- переключением;
- рекреации и других средств.

Для этой цели используют также рациональные сочетания средств физической подготовки в режиме дня, средства культурного отдыха и развлечения, аутотренинг.

Объем и срок освоения программы – общее количество учебных часов в 1 группа – 34. Занятия проходят по 45 минут. Занятия проводятся в спортивном зале или на улице при условии специально оборудованной площадки с прорезиненным покрытием. Практические занятия по общей и специальной физической подготовке также рекомендуется проводить на улице с учётом погодных условий. Кроме этого проводятся соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские игры, сдача контрольных нормативов.

Уровень программы – ознакомительный.

Формы обучения – очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2), а также «допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения» (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 4);

Особенности организации образовательного процесса эффективность тренировочного процесса может быть обеспечена на основе определенной структуры, представляющей собой относительно устойчивый порядок объединения компонентов тренировочного процесса, их общую последовательность и закономерное соотношение друг с другом. Основными формами занятий являются: практические занятия, проводимые под руководством тренера-преподавателя по общепринятой схеме согласно расписанию; теоретические занятия проводятся в комплексе с практическими занятиями (беседа, рассказ в течение 10-12 минут в начале практического занятия с использованием схем, таблиц, рисунков и т.д.); просмотр учебных фильмов; тренировочные занятия по индивидуальным планам, участие в спортивных соревнованиях. В зависимости от цели практические занятия разделяют на: учебные, учебно - тренировочные, тренировочные, контрольные, соревновательные.

Режим занятий: общее количество учебных часов в 1 группе (34 часов (пн-10.15-11.00;)). - 34, Занятия проходят по 45 минут.

1.2. Цели и задачи

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – начальное, (базовое), изучение спортивной игры волейбол.

Основными **задачами** программы являются: **образовательные:**

- приобретение необходимых теоретических знаний; □ овладение основными приёмами техники и тактики игры;

личностные:

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;

метапредметные:

- повышение специальной, физической, тактической подготовки в волейболе; □ подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу.

1.3. Воспитательный потенциал программы.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебнотренировочных по 1-2 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по волейболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Воспитанники примут участие в различных спортивных соревнованиях: чемпионат города, «А ну-ка парни!», турнир СОШ №31; мастер классах по волейболу; знаменитости волейбола; Олимпийский волейбол; посетят матч на стадионе Таврия. Данные мероприятия способствуют более полноценно и широко воспитывать патриотизм и желание помочь развитию волейбола в стране.

1.4. Содержание рабочей программы

Развитие волейбола в России и за рубежом. Физическая подготовка юного волейболиста. Правила игры, судейство и арбитраж. Техника безопасности.

Передвижения: различные сочетания приемов передвижения с техникой владения мячом;

Передача мяча сверху: совершенствование точности передачи, умение рассчитывать силу; передача в заданные зоны;

Передача мяча снизу: совершенствование точности передачи, умение рассчитывать силу; передача в заданные зоны;

Подача мяча с низу: совершенствование подачи мяча; подача мяча в заданную зону.

Подача мяча сверху: совершенствование подачи мяча; подача мяча в заданную зону; силовая подача.

Блок, его виды; Блокирование в игре; одиночный блок; групповой блок; назначение блока в игре.

Игрок либеро: совершенствование способностей и умений игрока либеро;
групповые действия в нападении и в защите: совершенствование скорости организации атак; **командные действия в нападении и в защите:** организация быстрого и постепенного нападения. Совершенствования согласованности действий в обороне.

Учебный план 9-11 классы 1 год обучения (1 час в неделю)

Таблица 1.4.1

№	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1	История волейбола, режим дня волейболиста.	1	1	0	
2	Передача мяча двумя руками сверху	8	0	8	Тесты
3	Передача мяча двумя руками снизу	11	0	11	
4	Подача мяча сверху	11	0	11	Контрольный норматив (к/н)
5	Подача мяча снизу	3	0	3	
	Итого	34	1	33	

1.5. Планируемые результаты.

Данная рабочая программа направлена на достижение системы планируемых результатов освоения материала, включающей в себя личностные, метапредметные, предметные результаты. В том числе на формирование планируемых результатов освоения междисциплинарных программ. **Личностные результаты**

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание другим людям;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование установки на безопасный здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность участвовать в спортивных соревнованиях; - овладение начальными сведениями про ОФП волейболиста.

Предметные результаты

формирование первоначальных представлений о значении спортом для укрепления здоровья человека (физического, социального, и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическая, интеллектуальная, эмоциональная, социальная);

Обучающийся научится:

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- понимать определение допинга, основ антидопинговых правил и концепции честного спорта, осознавать последствия допинга;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

Обучающийся получит возможность научиться:

- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принёсших славу российскому спорту в волейболе;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры, и т.д.);

2.Комплекс организационно-педагогических условий

Занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.).

9-11 классы (1 часа в неделю).

Таблица 2.1.1

	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
Кол-во часов в месяц (гр.)	4				4				4				4				4				4			3				4				3		
Кол-во часов в неделю (гр.)	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/ формы контроля				Контрольный норматив											Контрольный норматив							Контрольный норматив											Контрольный норматив	
Объем учебной нагрузки на учебный год 34 часа																																		
— количество учебных недель - 34																																		
— количество учебных дней - 5																																		
— продолжительность каникул – осенние - (10 - календарных дней 28.10.24-06.11.24; зимние (11- календарных дней 29.12.24-08.01.25), весенние – (9- календарных дней 23.03.25-31.03.25)																																		
- даты начала и окончания учебных периодов / этапов – 1 полугодие 05.09.24-28.12.24; 2 полугодие 09.01.25-20.05.25																																		

2.2. Условия реализации программы

- **кадровое обеспечение:** учитель физической культуры (высшей категории); -
материально-техническое обеспечение:

К условиям реализации программы относится характеристика следующих аспектов:

материально-техническое обеспечение: спорт зал, волейбольная площадка, мячи волейбольные, мнишки, конусы, сетка.; **информационное обеспечение** –

1. <https://www.youtube.com/watch?v=z-SAEYi5I8M>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=QFqA6b93Ppc>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=APLvWQOfEUQ>
4. <https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA> *Методическое*

обеспечение программы включает в себя: *особенности организации образовательного процесса* – очно;

методы обучения: от простого к сложному; словесный, наглядный практический; репродуктивный; игровой, и воспитания: поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация .

формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая и групповая; *формы организации учебного занятия* – встреча с интересными людьми, игра, мастер-класс, олимпиада, открытое занятие, праздник, практическое занятие, соревнование, турнир, чемпионат,; *педагогические технологии* – технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология.

- *дидактические материалы* – инструкционные, технологические карты, задания, упражнения.

2.3 Формы аттестации.

Критерии оценки результатов освоения программы (приложение 3.1):

Высокий уровень освоения программы (высокая заинтересованность в тренировочном процессе. Показывают хорошие технические навыки выполнения элементов, хорошую физическую подготовку).

Средний уровень освоения программы (учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в тренировочном процессе. Может применять на практике технические элементы, имеет среднюю физическую форму).

Низкий уровень освоения программы (учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в тренировочном процессе. Не стремится самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретенные знания умения и навыки).

Форма подведения итогов – участие в контрольных играх, сдача контрольных нормативов, тестов.

Соревнования: дети участвуют в контрольных играх, которые служат показателем освоения детьми программы и сплачивает коллектив.

2.4 Список литературы.

Для педагогов:

1. Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.
2. А.В. Беляев Волейбол на уроке физической культуры, М - «Физкультура и спорт» 2005г.
3. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.

Для родителей:

1. Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов Юный волейболист, М - «Физкультура и спорт» 1979 г.
2. А.Г. Фурманов Волейбол в школе, Киев - 1987 г.

Для детей:

1. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.
2. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М - «Просвещение» 1989г

3. Приложения.

3.1 Оценочные материалы

Таблица 3.1.1

Развиваемое физическое качество	Контрольные нормативы
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 сек)
	Бег на 60 м со старта (не более 11,8 сек)
	Челночный бег 3x10м (не более 9,3 сек)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)

Выносливость	Тройной прыжок (не менее 360 см)
	Прыжок в высоту с места со взмахом руками (не менее 12 см)
	Бег на 1000 м

Таблица 3.1.2

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (НОРМАТИВ)								
	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Упражнения для игроков								
Передачи мяча на точность (число попаданий) из 10	6	7	8	6	7	8	6	7
Удержание мяча с помощью передач (сек).	—	—	—	20.0	30.5	35.0	40.0	45.5
Подача мяча (раз)	3	4	5	6	7	8	9	10

3.2 Методические материалы

Сайты с видео уроками по различным темам:

1. <https://www.youtube.com/watch?v=z-SAEYi5I8M>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=QFqA6b93Ppc>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=APLvWQOfEUQ>
4. <https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA>

3.3 Календарно-тематическое планирование по Волейболу для 9-11 классов. (34 часа (вт-15.30-16.15)).

Таблица 3.3.1

№	Название темы занятия	Колич ество часов	Дата по расписанию		Форма аттестац ии/ контроля	Примечан ие (корректиров ка)
			По плану	По факту		
Сентябрь						
История волейбола (1ч.)						
1	Инструктаж по ТБ. История и развитие волейбола в России.	1	05.09			
Передача мяча двумя руками сверху (8 ч.)						
2	Т.Б. Стойка игрока. Учебная игра	1	12.09			
3	Т.Б. Передвижение игрока. Учебная игра	1	19.09			
4	Т.Б. Передача мяча в стойке. Учебная игра	1	26.09		Контрольн ый норматив	
Итого за месяц		4				
Октябрь						
5	Т.Б. Стойка игрока.	1	03.10			

	Учебная игра					
6	Т.Б. Передвижение игрока. Учебная игра	1	10.10			
7	Т.Б. Передача мяча в стойке. Учебная игра	1	17.10			
8	Т.Б. Передача мяча над собой. Учебная игра	1	24.10			
Итого за месяц		4				
Ноябрь						
9	Т.Б. Передвижение игрока. Учебная игра	1	07.11			
Передача мяча двумя руками снизу (11ч.)						
10	Т.Б. Передача мяча двумя руками снизу. Учебная игра	1	14.11			
11	Т.Б. <i>Знаменитые Волейболисты России</i>	1	21.11			
12	Т.Б. Передача мяча на точность	1	28.11			
Итого за месяц		4				
Декабрь						
13	Т.Б. Передача мяча двумя руками снизу. Учебная игра	1	05.12			
14	Т.Б. Передача мяча на точность. Игра «в парах».	1	12.12			
15	Т.Б. Передача мяча в кругу. «Олимпийский волейбол»	1	19.12		Контрольный норматив	
16	Т.Б. Передача мяча в парах. Учебная игра	1	26.12			
Итого за месяц		4				
Итого за I полугодие		16				
Январь						

17	Т.Б. Передача мяча двумя руками снизу. Учебная игра	1	09.01			
18	Т.Б. Передача мяча на точность. Игра «в парах».	1	16.01			
19	Т.Б. Передача мяча в кругу.	1	23.01			
20	Т.Б. Передача мяча Игра «Квадрат».	1	30.01			
Итого за месяц		4				
Февраль						
Подача мяча сверху (11ч.)						
21	Т.Б. Подача мяча Учебная игра.	1	06.02			
22	Т.Б. Подача мяча в заданную зону. Учебная игра.	1	13.02		Контрольн ый норматив	
23	Т.Б. Подача мяча в зону 6. Учебная игра.	1	20.02			
24	Т.Б. «А ну-ка, парни!»	1	27.02			
Итого за месяц		4				
Март						
25	Т.Б. Участие в соревнованиях	1	05.03			
26	Т.Б. Турнир по волейболу МБОУ СОШ 31	1	12.03			
27	Т.Б. Элементы акробатики. Блок. Учебная игра	1	19.03			
Итого за месяц		3				
Апрель						
28	Т.Б. Подача мяча в зону 4. Учебная игра.	1	02.04			
29	Т.Б. Подача мяча. Блок. Учебная игра.	1	09.04			
30	Т.Б. Просмотр волейбольного	1	16.04			

	матча на Стадионе «Таврия».					
31	Т.Б. Элементы акробатики. Блок. Учебная игра.	1	23.04			
Подача мяча снизу (3 ч)						
32	Т.Б. Подача мяча на точность. Учебная игра.	1	30.04			
Итого за месяц		5				
Май						
33	Т.Б. <i>Мастер класс по волейболу.</i>	1	07.05		Контрольн ый норматив	
34	Т.Б. Подача мяча крученая. Мастер класс по волейболу.	1	14.05			
Итого за месяц		2				
Итого за год		34				

3.4 Лист корректировки

Согласовано Заместитель директора по ВР _____ Чуприна Т.Н. «_____»_____2024	Утверждено Директор МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополя _____ О.Н. Скребец Приказ № ____от
--	---

Лист корректировки

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Руководитель

Таблица 3.4.1

№	Название раздела	Тема урока	Дата проведения по плану	Причина коррекции	Корректирующее мероприятие	Дата проведения по факту

3.5 Лист контроля

Таблица 3.5.1

№	ФИО занимающегося	Форма аттестации/контроля	Дата	Зачёт/незачёт	Подпись преподавателя

3.6 План воспитательной работы

Таблица 3.6.1

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1	Участие в чемпионате школ города по волейболу	05.03	Кичанов А.Г.	
2	Знаменитые волейболисты России	21.11	Кичанов А.Г.	
3	«Олимпийский волейбол»	19.12	Кичанов А.Г.	
4	«А ну-ка, парни!»	27.02	Кичанов А.Г.	
5	Турнир по волейболу МБОУ СОШ 31	12.03	Кичанов А.Г.	
6	Просмотр волейбольного матча на Стадионе «Таврия».	16.04	Кичанов А.Г.	
7	Мастер класс по волейболу.	07.05	Кичанов А.Г.	

