

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

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

Одобрено
Педагогическим/Методическим
советом МБОУ Приозёрнская
СОШ
Протокол № 2
от «23 апреля» 2024г

Утверждено

Директор школы
С.В.Пинчукова
2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Тип программы: общеобразовательная
общеразвивающая
Вид программы: модифицированная
Уровень: стартовая
Возраст обучающихся: 11-15 лет
Составитель : Джаникулов Зият Янгибаевич
Должность: педагог дополнительного образования
ID-21579

Ленинский район
2024год

2. Пояснительная записка

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 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, утверждённая 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);
- 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 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. № АБ3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного

инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями 4 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»;

-Уставом МБОУ Приозёрненская СОШ

3.Направленность (профиль) программы

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных волейболистов. При разработке программы были использованы опыт обучения и тренировки юных волейболистов, результаты научных исследований по вопросам медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики и физиологии, гигиены и психологии.

4.Актуальность программы состоит в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации, возрастает значение физкультурных занятий, в укрепление здоровья, создание в юности надежной основы будущей долголетней и здоровой жизни. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье подростка представляет собой критерий качества современного образования.

Причинами ухудшения состояния здоровья детей являются:

- несоответствие системы обучения детей гигиеническим нормативам;
- перегрузка учебных программ;

Занятия волейболом - это возможность развития в игровой форме всех физических качеств - выносливости, силы, ловкости, гибкости, скорости в их гармоничном сочетании, а также изучение практических приемов и тактических схем игры.

5.Новизна программы заключается в том, что составлена она в дополнение к основной рабочей программе по физической культуре. Так же новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение приемов волейбола. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

6..Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности волейболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий. Программа организована согласно содержанию и соответствует «ознакомительному» уровню сложности.

Обязательна справка от врача с допуском к занятиям физкультурно-спортивной направленности.

7...Педагогическая целесообразность программы волейбола заключается в том, что занятия по ней дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю к победе, целеустремленность, являются хорошей школой движений. Проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения умения и навыков самостоятельно заниматься; развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости. Программа разработана для желающих заниматься в секции волейбола на основе современных научных данных и практического опыта педагога и является отображением единства теории и практики.

8..Адресат программы.

Программа рассчитана на детей 11-15 лет. Набор детей в группу свободный, принимаются все желающие. Учащимся необходимо иметь заключение врача о допуске к занятиям. В этот период происходят морфологические и функциональные изменения. Изучение возрастных особенностей становления двигательной функции, развитие физических качеств: быстроты, мышечной силы, выносливости, ловкости и гибкости – имеет большое значение. В этом возрасте интенсивно формируются все отделы двигательного аппарата, изменяются двигательные качества мышц: гибкость, быстрота, сила, ловкость и выносливость. Их развитие происходит неравномерно. Прежде всего, развиваются быстрота и ловкость движений.

9. Объём и срок освоения программы:Данная программа рассчитана на 1 год обучения.36 недели(1 полугодие -17 недель;2 полугодие 19 недель) и рассчитана на 36 часа

10.Уровень программы – стартовый. Программа рассчитана на один год обучения стартового уровня, 36 часа, численность группы составляет 15-20 чел Данный уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления данной программы. Программа стартового уровня направлена на развитие спортивных навыков, устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности; совершенствование специальных знаний и практических навыков.

11. Форма обучения – очная. Занятия проводятся в очной форме, но в случаях необходимости могут реализовываться в дистанционном формате и включать следующие инструменты онлайн-коммуникаций: социальная сеть ВКонтакте, чаты в мессенджерах Viber, WhatsApp. Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом. Состав группы постоянный, разновозрастной; в течение учебного года возможны отчисления и зачисления отдельных учащихся

12. Особенности организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом. Группа сформирована по возрасту; состав группы – постоянный; виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать: теоретические и практические занятия, мастер-классы, игры, выполнение самостоятельной работы, творческие работы. Занятия проводятся в группах от __ до __ человек, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Набор в группы проводится посредством подачи заявки в АИС «Навигатор ДО РК» с последующим предоставлением заявления родителем (законным представителем) или самим ребенком, достигшим 14-ти лет, и согласия на обработку персональных данных в письменном виде, а также медицинской справки, позволяющей находиться в детском коллективе, заниматься выбранным видом деятельности

Организация образовательного процесса предполагает:

1. Дифференцированный подход (учёт индивидуальных способностей, физических и психологических особенностей).
2. Работа с одарёнными детьми – есть один из вариантов конкретной реализации прав личности на индивидуальность. Педагогический процесс организован так, чтобы одаренные дети имели возможность изучать более сложный материал. Привлекая наиболее способных детей к спортивной деятельности, педагог даёт возможность проявить себя, свою фантазию, принять участие в спортивной жизни и т.д.
3. Регулирование темпа занятий с учётом утомляемости детей.
4. Связь занятий спорта с жизнью. Благодаря активному участию детей в спортивной деятельности, просмотром спортивных видеофайлов формируется их внутренняя позиция, складывается собственное отношение к окружающему миру и к самому себе.
5. Использование на занятиях принципа систематичности и последовательности

•

13..Режим занятий определяется правилами и нормативами СанПин 2.4.3648-20 и Положением о режиме занятий в МБОУ Приозёрненская СОШ Режим занятий по программе выстраивается в соответствии с методическим рекомендациям 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. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часа (1 академический час – 45 мин.). Количество занятий - 1 занятие в неделю по 1 часу, 1 занятие раз в две недели 1 час (теоретическое). Поскольку программа носит физкультурно-спортивную направленность, перерыв в течение занятий не предусмотрен.

Цель и задачи программы

14.Цель программы - подготовка физически крепких и развитых духовно юных спортсменов, готовых к социально-значимым видам деятельности. А также популяризация и развитие волейбола с целью организации досуга.

Задачи программы:

15.Образовательные

- формирование двигательных качеств;
- получение новых знаний.
- обучение игре в волейбол (техника, тактика).

16..Развивающие

- развитие физических навыков;
- закаливание;
- развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
- развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики волейбола.

17.Воспитательные

- воспитание интереса детей к спорту и приобщение их волейболу;
- воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-волейбол)
- воспитание силы воли, самоорганизованности, дисциплины.

Методы обучения

- Словесные методы (устное разъяснение теоретического материала);
- Наглядные методы (демонстрация, наблюдение, просмотр видео материалов, раскадровка, схемы, рисунки);
- Практические (самостоятельные работы)

Тип занятия

Основными типами занятий по программе «Волейбол» являются:

- Теоретический
- Практический
- Контрольный
- Тренировочный

18.Воспитательный потенциал программы

Воспитательный потенциал программы достаточно многогранен. Он выступает как средство формирования мотивации обучающихся к спорту и самосовершенствованию. Способствует формированию гуманистических ценностных ориентаций, дает возможность значительного расширения сферы общения с вечными ценностями, накопленными человечеством, способствует реальному взаимодействию и взаимообогащению культуры. Дает реальную возможность развития спортивных способностей ребенка, выбора им индивидуального образовательного пути в спорте, увеличивает пространство, в котором может развиваться личность, обеспечивая тем самым «ситуацию успеха для каждого ребенка» и реализуя на практике идеи свободного образования, образования по выбору. Компенсирует отсутствие в основном образовании некоторых спортивных учебных курсов, способствует определению жизненных планов, реализации профессионального выбора обучающихся. Включает детей в интересующие их спортивные виды деятельности, в ходе которых происходит формирование нравственных, духовных, культурных, социальных ориентиров, реализует огромный воспитательный потенциал. Необходимо отметить серьезные социальнопедагогические

возможности занимающихся спортом, рассматривая их как социальную среду по воспитанию личности, формированию социальных норм, правил поведения, усвоению социальных ролей. Доступность и открытость для разных категорий детей, с разным уровнем спортивной подготовки, из разных слоев общества. Занятия спортом решают проблему занятости детей и подростков. Для решения реальных проблем общества и страны, обучающиеся привлекаются в коллективные общественно полезные дела. Участие в массовых мероприятиях, в акциях, концертах и т.д.

Задачи воспитательной работы:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- воспитывать чувство ответственности и исполнительности;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты: - вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива; - улучшение психического и физического здоровья учащихся; - сокращение детского и подросткового травматизма; - развитие разносторонних интересов и увлечений детей

Формы организации занятий:

- Групповые практические занятия;
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами;
- Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;
- Участие в спортивных соревнованиях.

Основные формы проведения занятий: учебная, учебно-тренировочная, соревновательная.

Этапы реализации программы

Первый этап – начальной подготовки:

- познакомить с формами спортивно – оздоровительной деятельности;
- заложить основы формирования ЗОЖ;
- научить обучающихся подбирать спортивную форму, инвентарь и оборудование для занятий.

Второй этап - учебно-развивающий:

- сформировать уровень физической подготовки занимающихся;

- развить способности самоконтроля;

Третий этап - совершенствования:

- сформировать знания и умения для самостоятельного использования форм спортивно-оздоровительной деятельности;

- научить правилам судейства, тактике ведения игры;

Содержание программы

19. Учебно- тематический план

№	Раздел	Количество часов			Формат аттестации/конт роля
		Всего	Теоретиче ские занятия	Практиче ские занятия	
1.	Общие основы волейбола. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Правила игры	1	1	-	Опрос, анкетир овани е
2.	Общая физическая подготовка	3	-	3	Тестир ование
3.	Специальная физическая подготовка	4	-	4	Педаго гическо е наблюд ение
4.	Техническая подготовка	10	-	10	Педаг огическ ое наблюд ение
5.	Тактическая подготовка	7	-	7	Педаг огическ ое наблюд ение
6.	Игровая подготовка	10	-	10	Педаг огическ ое наблюд ение
7.	Контрольные нормативы	1	1		Тести ровани е

8.	Общее количество часов в год	36	2	34	
----	------------------------------	----	---	----	--

20..СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; специальная техническая и тактическая подготовка, игровая подготовка.

Теоретические сведения –1 часа

- История развития волейбола, и его роль в современном обществе. История зарождения волейбола в мире, СССР и России. Олимпийское движение в волейболе.
- Правила и техника безопасности на занятиях по волейболу.
- Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.
- Основные термины и понятия в волейболе.
- Волейбол и его применение в адаптивной физической культуре.
- Техническая и тактическая подготовка в волейболе. Основные технические приемы игры в волейболе: стойки, подачи, нападающие удары, передвижения.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Физическая подготовка волейболиста, направленное развитие физических качеств.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Подготовка места для занятий по волейболу, размеры игровой площадки, инвентарь
- Правила игры в волейбол.
- Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств в волейболе.
- Тактическая подготовка в волейболе.
- Подведение итогов года.

Общая физическая подготовка – 3часов

- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.
- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч в воздухе», «Мяч через сетку».

Специальная физическая подготовка – 4 часа

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.

- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

-Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом). -Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).

- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.

- Упражнения для развития чувства мяча.

- Подбрасывания и отбивание мяча на месте, в движении, бегом.

- Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег.

- Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах.

- Упражнения для развития силы кисти.

- Упражнения для развития быстроты.

- Упражнения для развития ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности.

- Упражнения на расслабление.

Специальная техническая подготовка– 10 часа

- Освоение техники передвижений:

- стойка игрока

- перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед - ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.) -

Освоение техники приемов и передач мяча:

- передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений

- передачи над собой, перед собой

- во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

- передачи мяча в прыжке через сетку.

- передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели

- передачи мяча в парах в движении

- передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

- Освоение техники подачи и приема подач мяча:

- верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии

- верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку

- прием подачи через сетку

- верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам

- верхняя прямая подача в прыжке - прием подачи в зону 3.

- Освоение техники прямого нападающего удара:

- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

- нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3

- нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4

- прямой нападающий удар при встречных передачах

- Защитные действия.

- Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.

Специальная тактическая подготовка – 7 часа

- Правила игры в волейбол.
- Значение тактической подготовки в волейболе.
- Выполнение подач в определенные зоны.
- Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4.
- Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.
- Выбор способа приема мяча.
- Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.
- Система игры в защите «углом вперед».

Игровая подготовка – 10 часа

- Обучение основным приемам техники и тактическим действиям игры.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами волейбола.
- Учебно-тренировочная игра в волейбол с привлечением к судейству обучающихся.
- Учебная игра в волейбол с заданиями.
- Товарищеские встречи со сборными командами других школ.

Контрольные нормативы –1 часа

1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).
2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)
3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)
4. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)
5. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)
6. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)
7. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)
8. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)
9. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)

21. Планируемые результаты

Предметные

Воспитанник научится:

- Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- Определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- Использовать игру и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- Подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма; физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- Тестировать показатели физического развития, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- Взаимодействовать со сверстниками в условиях тренировочной деятельности освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности
- Выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- Выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Метапредметные

- овладеет широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- овладеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в тренировочной деятельности.

Личностные

- овладеет навыками выполнения разнообразных физических упражнений, а также буде применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- научится максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической подготовке.

22.. Календарный учебный график

Программа рассчитана на 36 учебных часа, 36 недель, I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель. Начало занятий – сентябрь, окончание занятий по программе – май., учебный график для каждого года обучения и/или уровня.

Начало учебного года	Окончание учебного года	Периодичность занятий	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в месяц	Кол-во часов в год
сентябрь	май	1 раз в неделю	1	4	36

Условия реализации программы

23. Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимы:

1. Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 18-20 человек. Для проветривания помещений должны быть предусмотрены форточки. Проветривание помещений происходит в перерыве между занятиями.

2. Общее освещение кабинета лучше обеспечивать люминесцентными лампами в период, когда невозможно естественное освещение.

3. Специальное оборудование: Мячи, Сетка в/б, Свисток, Мячи теннисные. Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24х12м. Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь: 1. Сетка волейбольная- 1шт. 2. Стойки волейбольные-2шт. 3. Гимнастические стенки-2 шт. 4. Гимнастические скамейки-3-4шт. 5. Гимнастические маты-5шт. 6. Скакалки-8шт. 7. Мячи набивные (масса 1 кг)-10шт. 8. Резиновые амортизаторы-10 шт. 9. Мячи волейбольные (для мини-волейбола)-10 шт. 10. Рулетка-2 шт. 11. Макет площадки с фишками-2 комплекта.

24. Информационное обеспечение

Во время занятий и информационно-просветительских мероприятий используются обучающие видеофильмы и видеоролики, мастер-классы; дидактические материалы: иллюстрации и схемы, учебные пособия, практические работы, альбомы для творчества, таблицы, схемы, интернет-ресурсы и т.п. (перечислить все используемые ресурсы с датой обращения).

1. Методические пособия;

2. Перечень Интернет-ресурсов:

А) <http://www.minsport.gov.ru>

Б). <http://murmansport.ru> 3. <http://gorsport51.ru>

3. Дистанционное обучение осуществляется посредством платформы РДШ, мессенджера «Ватсап», «Вайбер», «Телеграмм», «Сферум».

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр;

К – полный комплект (на каждого обучающегося);

Г – комплект (для работы в группах).

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	кол-во
1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д
2	Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.: ил. – (Работаем по новым стандартам)	Д
3	Дидактические материалы по основным разделам	Г
4	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
5	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
6	Аудиозаписи	Д
7	Мультимедийный компьютер	Д
8	Ноутбук	Г

25 Кадровое обеспечение

Педагог владеет необходимой профессиональной компетентностью для реализации программы: имеет опыт работы с обучающимися данного возраста, имеет навык организации образовательной деятельности обучающихся, обладает сформированными социально ориентированными личностными качествами (ответственность, доброжелательность, коммуникабельность, целеустремленность, эмпатия, тактичность и др.), а также обладает необходимым уровнем знаний и практических умений в соответствующей предметной области.

26.Методическое обеспечение

Подбор средств и объем общефизической подготовки для каждого занятия зависит от конкретных задач обучения и от условий, в которых проводятся занятия. Так, на начальном этапе обучения, когда эффективность средств волейбола еще незначительна - малая физическая нагрузка в упражнениях по технике и двусторонней игре, - объем физической подготовки составляет до 50% времени, отводимого на занятия.

Целесообразно периодически выделять отдельные занятия на общую физическую подготовку. В этом случае в подготовительной части изучается техника, например, легкоатлетических упражнений, баскетбола, проводятся подвижные игры.

Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением юных спортсменов технике и тактике волейбола. Основным средством ее являются

специальные упражнения (подготовительные).

Подготовительные упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой и тактикой игры: силу кистей рук, силу и быстроту сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приемов, прыгучесть, быстроту реакции и ориентировки, умение пользоваться боковым зрением, быстроту перемещений, мгновенную реакцию в ответных действиях на сигналы, специальную выносливость (прыжковую, скоростную), к скоростным- силовым усилиям, прыжковую ловкость и специальную гибкость.

Среди средств физической подготовки значительное место занимают упражнения с предметами: набивными, баскетбольными, теннисными, хоккейными мячами; со скакалкой, с различными специальными приспособлениями, тренажерами.

Систематическое применение разнообразных предварительных упражнений составляет отличительную особенность обучения детей технике игры в волейбол.

Игровая подготовка

Комплексные упражнения, подводящие игры, двусторонние тренировочные игры

Главные методы интегральной подготовки - методы сопряженных воздействий. игровой, соревновательный. Высшей формой интегральной подготовки являются спортивные соревнования по волейболу.

Взаимосвязь физической, технической и тактической подготовки.

Взаимосвязь технической и тактической подготовки.

Интегральная подготовка

Игровая подготовка осуществляется в следующих формах: 1. Упражнения по технике в виде игры - «Эстафеты у стены» (передачи о стену сверху, снизу). «Мяч капитану», «Мяч в воздухе», «Точно в цель» (при передаче, подаче, нападающих ударах) и т. д.*. 2. Подготовительные к волейболу игры - в них должна быть отражена специфика волейбола. 3. Учебные двухсторонние игры в волейбол с заданиями, которые направлены на то, чтобы занимающиеся научились уверенно применять весь объем изученных технических приемов и тактических действий. 4. Контрольные игры с заданиями - установками на игру и последующим анализом игры. Контрольные игры, по существу, служат промежуточным звеном между учебными играми и официальными играми, и официальными соревнованиями.

Подготовительные игры.

«Два мяча через сетку» (основана на игре «Пионербол»). В ней участвуют две команды по 6 человек. Расстановка игроков, как в волейболе, после розыгрыша очка игроки делают переход, как при выигрыше подачи. Затем мячи вводят в игру верхней передачей, нижней подачей. Условия игры приближают к правилам игры в волейбол еще больше, когда мяч через сетку бросают третьим касанием, определяют направление броска и т.п. Как этап в овладении навыками ведения игры игра без подачи, мяч вводят по сигналу верхней передачей из зоны 6.

Учебные игры. Игра по правилам мини-волейбола. Игра по правилам волейбола. Расстановка игроков при приеме мяча от противника (игрок в зоне 3 у сетки). Игра в три касания. Игра с некоторыми отступлениями от правил (при приеме мяча фиксируют только грубые ошибки, разрешается повторная подача, если первая была неудачной). Игра при полном соблюдении правил игры в волейбол. Игра уменьшенными составами (4х4, 3х3, 2х2, 4х3 и т.п.) Игры полным составом с командами параллельных групп (старшей, младшей).

Контрольные игры. Проводят регулярно, учитывая наполняемость учебной группы. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Задания в игре по технике. Например, подача только нижняя (верхняя). прием

подачи снизу, через сетку мяч посылать в прыжке и т. п. Вести игру только в три касания. Через сетку мяч направлять в зону 1 (5), в любую точку, кроме зоны 6. Обязательное требование при проведении учебных игр - применение изученных технических приемов. В систему заданий в игре последовательно включают программный материал для данного года обучения.

Задания в игре по тактике. Поскольку техника и тактика тесно связаны, а для волейбола более характерны задания по тактике, то эти виды заданий представлены здесь более широко, рассчитаны на учебные и контрольные игры и заключаются в следующем.

Индивидуальные действия в нападении

Примерные задания при передачах: 1. Передача на удар игроку, к которому передающий обращен лицом (спиной). 2. Передача сильнейшему нападающему на линии. Передача сильнейшему нападающему на линии. 3. Передача после имитации передачи в противоположную сторону. 4. Передачи на удар только высокие (низкие). 5. Передачи в каждую зону, обусловленные по высоте и направлению. 6. Передачи в зону, где расположен «слабый» блокирующий. 7. Чередование передач на удар и обманных передач через сетку после отвлекающих действий.

Примерные задания при подачах: 1. подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча. 2. подача на игрока, вышедшего в результате замены. 3. подача на игрока, вышедшего в результате замены. 3. подача на выходящего игрока задней линии. 4. подача «вразрез». 5. подача в уязвимые места. 6. Чередование подач в дальние и ближние зоны. 7. подача на нападающего у сетки.

1. подача в таком направлении, чтобы связующий вынужден был давать основному нападающему передачу на удар, находясь к нему спиной.

Примерные задания при нападающих ударах: 1. Чередовать способы ударов. 2. Чередовать удары с обманами. 3. Нападать в незащищенном направлении. 4. Нападать через слабейшего блокирующего. 5. Чередовать удары на силу с «накатами». 6. На краю сетки играть по блоку в аут. 7. При первой передаче на удар применить откидку после имитации удара. 8. То же, но имитировать передачу в прыжке, после чего выполнять удар.

Групповые действия в нападении

Примерные задания: 1. Первой передачей мяч направлять в зону 3, вторая передача - на края сетки высокая, находясь лицом и спиной к нападающему (чередование или с учетом места нахождения сильнейшего нападающего на линии). Если передающий в данный момент находится в зоне 2 (или 4), то нападающий в зоне 3 оттягивается назад, передающий идет в зону 3 для передачи, а нападающие играют на краях сетки. 2. Первая передача на выходящего игрока задней линии (связующего), скрестные перемещения игроков в зонах и завершение нападающим ударом. Противник чаще обычного отдает мяч без удара, надо организовывать взаимодействия со скрестным перемещением при выходе из зоны 1 (игроков зон 3 и 2), зоны 6 (игроков зон 3 и 4), зоны 5 (Игроков зон 3 и 4).

Командные действия в нападении

Задание определяет систему, по которой волейболисты должны организовывать действия в нападении, в рамках одной системы групповые действия (их сочетания) или чередование систем либо вариантов.

Примерные задания: 1. Первую передачу направлять только в зону 3 (2, 4), в зону 3 или 2 в соответствии с расположением игрока зоны 3 (у сетки или оттянут). 2. Вторую передачу выполнять нападающему, к которому передающий обращен лицом (спиной). 3. Вторую передачу направлять сильнейшему нападающему (особенно в конце партии, игры). 4. Нападающие действия организовывать только через связующих игроков,

выходящих с задней линии к сетке. 6. Равномерно загружать в нападении все три зоны - 4, 2, 3, преимущественно зону 3, главным образом края сетки (зоны 4 и 2).

Индивидуальные действия в защите

Задания в игре должны последовательно включать основные индивидуальные действия в защите, для чего команда противника моделирует необходимые нападающие действия.

Примерные задания: 1. С подачи принимать мяч только снизу двумя руками. 2. В доигровке принимать мяч только сверху двумя руками. 3. на страховке принимать мяч снизу одной рукой с падением и перекатом в сторону на бедро. 4. Оставаться только в защите. 5. Идти только на страховку. 6. При блокировании закрывать только «диагональ» (с краев сетки). 7. То же, но только закрывать «линию». 8. При низких передачах на удар закрывать «ход». 9. Блокировать только сильнейшего нападающего.

Групповые действия в защите

Примерные задания: 1. При нападающих ударах из зон 4 и 2 основной блокирующий игрок зоны 3. Игроки зон 2 и 4 - вспомогательные блокирующие. 2. То же, но основные блокирующие крайние. Игрок зоны 3 - вспомогательный. 3. При нападении из зоны 4 блокирующие зон 2 и 3 закрывают «линию». Игрок зоны 4 принимает мячи, которые идут в «ход». 4. То же, при нападении из зоны 2 принимает мячи игрок зоны 2. Блокирующие игроки 4 и 3 закрывают «линию». 5. Страховку блокирующих выполняют игроки, не участвующие в блоке. 6. При нападении из зоны 4 страховку блокирующих игроков зон 2 и 3 выполняет игрок зоны 1. 7 При нападении из зоны 2 страховку блокирующих игроков зон 4 и 3 выполняет игрок зоны 5, 8. Страховку блокирующих выполняет только игрок зоны 6.

Командные действия в защите

Последовательно моделируют командные нападающие действия с входящими в них групповыми действиями. На этих моделях совершенствуют навыки защитных действий.

Примерные задания при системе углом вперед: 1. Основной блокирующий - игрок зоны 3, основная задача - закрыть диагональное направление при ударах с краев сетки. 2. Зону 6 занимает связующий игрок, в данный момент находящийся на задней линии (удобно играть в доигровке). 3. Зону 6 занимает игрок, слабо владеющий навыками игры в защите.

27.Формы аттестации

В результате освоения программы происходит развитие личностных качеств, общекультурных и специальных знаний, умений и навыков, расширение опыта творческой деятельности. Контроль или проверка результатов обучения является обязательным компонентом процесса обучения: контроль имеет образовательную, воспитательную и развивающую функции.

Вводный контроль: проводится педагогом с целью выявления способностей обучающихся.

Текущий - это систематическая проверка усвоения знаний, умений, навыков на каждом занятии. Тематический контроль оперативен, гибок, разнообразен по методам и формам (устный, письменный, наблюдение, проигрывание).

Периодический контроль - осуществляется после изучения крупных разделов программы.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года.

Кроме знаний, умений и навыков, содержанием проверки достижений является социальное и общепсихологическое развитие обучающихся, поскольку реализация

программы не только формирует знания, но и воспитывает и развивает. Содержанием контроля является также сформированность мотивов учения и деятельности, такие социальные качества, как чувство ответственности, моральные нормы и поведение (наблюдение, диагностические методики).

Формы контроля и подведение итогов реализации программы

Контрольные испытания

Общефизическая подготовка

Бег 30 м б х 5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии -стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Техническая подготовки

Испытания на точность передачи. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи - рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки - не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытание на точность передачи через сетку. На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 — размером 2 х 1, в зоне 1 и в зоне 6 - размером 3 х 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на точность подачи. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 и 1-2 (размером 6 х 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3 х 3 м. Каждый учащийся выполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах - 5 попыток).

Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4,2.

Испытание в защитных действиях ("защита зоны"). Испытуемый находится в зоне Г в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, учащийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Учащийся должен применить все изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки - первый год обучения - 5; второй год обучения - 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения - 15, второй год обучения - 20.

Тактическая и интегральная подготовка.

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с 14-16 лет - 15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

28..Список литературы

Для педагогов:

1. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., -- М.: «Физкультура, образование, наука», 2000.
2. Железняк Ю. Д. “Юный волейболист”. Учебное пособие для тренеров. - М.: «Физкультура и спорт», 1988.
3. Загорский Б. И., Залетаев И. П., Пузырь Ю. П. и др. “Физическая культура”. Высшая школа. 1989 г.
4. Ивойлов А. В. Волейбол: [Учебник для] ус..». пед. ин-тов].-- Мн.: Выш. школа, физ. воспитания 1979.
5. Ковалев В.Д. Спортивные игры; М., 1988
6. Коробейников Н. К., Михеев А. А., Николаенко Н. Г. “Физическое воспитание”. Учебное пособие для средних специальных учебных заведений. Высшая школа 1984 г.
- 7.Д.Железняк -«подготовка юных волейболистов», М. просвещение. 1989г
8. А.Г. Фурманов. Игра в мини-волейбол. М.
9. Ю.О. Чехов. Основы волейбола. М. ФИС. 1979 г.

Список литературы для учащихся

1. Железняк Ю.Д. Юный волейболист.- М.1988.
2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.,1998.
3. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол. – М., 1991. 4. Железняк Ю.Д. ,

Интернет-сайты: - <http://spo.1september.ru> Газета в газете «Спорт в школе» . - <http://www.abcsport.ru/> Обзор спортивных школ и спортивных обществ.

Список литературы для родителей):

1. Новости спорта, освещение событий Тематический каталог по различным видам спорта Озерецкая, Е. Олимпийские игры / Е. Озерецкая. - М.: Детская литература. Ленинград, 2017. - 515 с.
2. Ревский, Борис Пусть победит сильнейший / Борис Ревский. - М.: Детская литература. Ленинград, 2016. - 128 с.
3. Спорт. - М.: Росмэн, 2015. - 436 с.
4. Волейбол: учебник / под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М.: Физическое образование и наука, 2000. – 360 с.

29.Оценочные материалы

Учащийся на контрольно-проверочном мероприятии оценивается одной из следующих оценок: «зачтено» и «не зачтено».

Критерии выставления оценки «зачтено»:

- Оценки «зачтено» заслуживает учащийся, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.
- Оценка «зачтено» выставляется учащимся, показавшим полное знание учебного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, демонстрирующие систематический характер знаний по предмету.
- Оценкой «зачтено» оцениваются учащиеся, показавшие знание основного

учебного материала в минимально необходимом объеме, справляющихся с выполнением заданий, предусмотренных программой, но допустившим погрешности при выполнении контрольных заданий, не носящие принципиального характера, когда установлено, что учащийся обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством педагога.

Критерии выставления оценки «не зачтено»:

• Оценка «не зачтено» выставляется учащимся, показавшим пробелы в знаниях основного учебного материала, допускающим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Такой оценки заслуживают результаты учащихся, носящие несистематизированный, отрывочный, поверхностный.

Формы аттестации и оценочные материалы

№ п/п	Контрольные нормативы	Пол	Показатели		
			низкий	средний	высокий
1	Верхняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	12	14	16
		Дев.	9	11	14
2	Нижняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	10	12	14
		Дев.	8	10	12
3	Передача мяча в парах, без потерь. Расстояние 5–6 м (кол-во раз)	Юн.	17	20	25
		Дев.	12	15	20
4	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в площадку	Юн.	5	10	15
		Дев.	3	6	10
5	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в левую/ правую половину площадки, по заданию преподавателя	Юн.	2	3	4
		Дев.	1	2	3
6	Передача на точность через сетку, из зоны 4 в зону 6, из 5 попыток	Юн.	3	4	5
		Дев.	3	4	5
7	Нижние передачи над собой	Юн.	15	20	25
		Дев.	10	15	20
8	Верхние передачи над собой	Юн.	15	20	25
		Дев.	10	15	20

Н - низкий показатель; **С** - средний показатель; **В** - высокий показатель

Мониторинг результатов обучения при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (2023-2024 уч. год)

Название объединения: « Волейбол»

№	ФИО	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка учащихся		
		Теоретические знания	Владение	Практические умения и навыки	Владение	Практич.

п/п		Высокий (9-12б.)	Достат. (5-8б.)	Низк. (2-4б.)	е спец.терминолог.	Высок (9-12б.)	Достат (5-8б.)	Низкий (2-5б.)	специал.техн.	навыки
1										
2										
3										
4										

Джаникулов З.Я.

подпись

30. Методические материалы

1).Конспект занятия по теме:

Совершенствование техники верхнего приёма мяча и верхней прямой подачи.

Цель: Совершенствование техники выполнения элементов волейбола.

Задачи:

1. Совершенствование техники верхнего приёма мяча и верхней прямой подачи.
2. Обучение техники подач с прыжка.
3. Развитие координации движения.

Место проведения: спортивный зал

Оборудование: волейбольные мячи, волейбольная сетка.

Содержание урока	Дозировка	Метод. указания
Подготовительная часть — 10–15 минут		
1. Построение класса 2. Рапорт дежурного 3. Сообщение задач урока 4. Повороты	п.1-4: 1-2 мин.	1. Лопатки сведены, смотреть вперёд. Выявление больных, освобождённых.

5. Разминка в шаге а) руки вверх, на носках б) руки на пояс на пятках, на внешней стороне стопы в) руки за голову в полном приседе г) руки на пояс, вращение головы	п.5: 4-5 мин.	5. Дистанция 1 метр. а) руки прямые, ладонями во внутрь. б) спина прямая в) плечи развернуть, спина прямая. г) стараться идти прямо.
6. Беговая разминка. а) Руки на пояс приставными шагами левым, правым боком б) Бег с высоким подниманием бедра. в) Бег с захлестом голени г) Бег спиной вперед д) Бег с ускорением е) По диагонали прыжками с одновременным вращением рук вперед и назад ё) По диагонали прыжками на левой и правой ноге.	п.6: 3-4 мин.	а) Соблюдать интервал. б-в) интенсивная работа рук и ног г) смотреть через левое плечо д) соблюдать дистанцию е) руки прямые ё) смена ног на середине зала.
8. Общеразвивающие упражнения. а) И. П. Ср. стойка руки на пояс вращение головы на четыре счёта влево, право б) ИП: Ср. стойка — руки к плечам, вращение рук на 4 счёта: вперед, назад в) ИП: широкая стойка, руки на поясе. На счёт «раз» —	п.9: 4-5 мин.	в) ноги в коленях не сгибать, касаться руками пола. г) интенсивное вращение. д) тело параллельно полу е) спина прямая, пятки от пола не

наклон к левой ноге, «два» — к полу, «три» — к правой ноге, «четыре» — ИП г) ИП: ср.стойка — кисти в замок, вращение кистями влево, вправо. д) сгибание, разгибание рук из положения лёжа. е) ИП: средняя стойка — руки за головой, приседание. ж) Прыжки поочередно: на левой и правой ноге и на двух ногах	ж) 5-10 раз	отрывать. ж) максимальное выпрыгивание
Основная часть 25-30 минут		
1. Выполнение верхней передачи в парах: А) на месте над собой, партнеру Б) с перемещением влево, вправо, вперёд, назад В) в прыжке. 2. Выполнение верхней передачи в тройках по кругу: Игрок 1 выполняет передачу игроку 2, перемещается на его место. Игрок 2 выполняет передачу игроку 3 и т. д. 3. Выполнение верхней передачи из зоны «б» в зону «3», а затем из зоны «3» в зону «4». Далее передача мяча через сетку на месте и в прыжке. 4. Верхняя прямая подача мяча в различные зоны площадки. 5. Пробные подачи мяча с прыжка.	п.1-5: 4-6 мин.	1. Добиваться точности полёта мяча. Своевременный выход к мячу. Руки соприкасаются с мячом, на уровне лица, над головой. Кисти находятся в положении полного сгибания, пальцы слегка напряжены. 2. Рассчитывать скорость движения в соответствии с высотой и направлением полёта мяча. 3. Игроку из зоны «4» стараться посылать мяч в разные зоны площадки 4. Подачи выполнять из лицевой линии площадки в зоны «1», «б», «5» с одновременным верхним приёмом мяча партнёрами. 5. После выполнения 1–2 шагов разбега произвести удар в высшей точки прыжка.
Заключительная часть 4-5 минут		
1. Построение класса 2. Подведение итогов		3. Имитация подачи мяча в прыжке.

3. Домашнее задание		
4. Организованный уход		

2).Сценарий спортивного мероприятия по волейболу

Цели и задачи:

Популяризация волейбола среди учеников, учителей и родителей, совершенствование навыков игры.

Повышение образованности обучающихся в области истории возникновения и развития волейбола, формирование у них стремления заниматься данным видом спорта.

Воспитание у подрастающего поколения чувства гордости за честь своей команды.

Организаторы:учитель физической культуры

Участники мероприятия:

В мероприятии принимают участие команда учеников 7-9 класса, команда учителей и команда родителей. Состав команды 6 человек

Награждение:

Победители и призеры награждаются грамотами.

Ход мероприятия:

Под звуки спортивного марша участники заходят в спортивный зал и строятся. (Во время прохождения учащихся на фоне музыки звучит текст)

1 ведущий: Во имя грядущих побед,

Во славу школьного спорта,

Встречайте спортсменов сегодняшних дней,

Идущих к новым рекордам!

2 ведущий: Шагайте дружно, сильные и смелые!

Расправьте шире плечи!

Ребята, подтянись! За новые рекорды

Каждый день борись!

1 ведущий: Здравствуйтесь дорогие участники, уважаемые болельщики и гости! Мы рады приветствовать вас на нашем празднике, который посвящен замечательному виду спорта-волейболу.

2 ведущий: Сегодня мы станем свидетелями интересных матчей, захватывающей борьбы, техничного владения мячом, молниеносных передач и точных ударов. Получим массу положительных впечатлений и заряд бодрости.

1 ведущий: Слово для приветствия предоставляется директору школы.

(Выступление директора)

(Также представляется судейская бригада)

-

-

1 ведущий: Представляем вам участников. В наших соревнованиях участвуют команды:

- команда учеников 9 класса (представление)

- команда учителей 10 класса (представление)

-команда родителей 11 класса(представление)

1 игра Родители - Учителя

2 игра Учителя – Ученики

3 игра Родители – Ученики

№	команда	1	2	3	очки	место
1	родители					
2	ученики					
3	учителя					

Награждение. Слово предоставляется главному судье соревнований Пинчуковой С.В..

1 ведущий: Пусть этот день запомнит каждый,

Задор его с собой возьмет,

А с волейболом кто подружится однажды,

Сквозь годы эту дружбу пронесет!

2 ведущий: Спасибо, волейбол,

За то, что ты веселый,

За то, что бодрость

Даришь нам всегда.

Спасибо, волейбол,

За солнечные старты!

Мы говорим тебе:

Физкульт-Ура!

1 ведущий: Вот и подошел к завершению наш праздник. Мы желаем вам здоровья, успехов и новых побед. До новых встреч.

31.Календарный учебный график

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата по расписанию		Примечание/коррекция
					По плану	По факту	
		Всего	теория	практика			
1	«Техника безопасности на занятиях по волейболу». «История развития волейбола. Правила игры в волейбол.» Есть такая профессия: «Спортивный менеджер»		1		сент		
2	Разучивание техники нападения: стойки и перемещения. Основная, низкая, ходьба, бег.	1		1			
3	Закрепление техники нападения: перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1		1			
4	Разучивание техники передачи мяча над собой. Разучивание техники приема мяча двумя снизу.	1		1			
5	Разучивание нижней прямой подача. .	1		1	октябрь		
6	Разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху после перемещений. Разучивание техники передачи сверху у стены.	1		1			
7	Разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны.	1		1			
8	Разучивание техники выполнения передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Разучивание техники нижней прямой подача. Прием мяча двумя руками снизу.	1		1			
9	Разучивание техники выполнения передачи	1		1	нояб		

	мяча в прыжке. Разучивание техники выполнения верхней прямой подачи				рь		
10	Закрепление техники выполнения нижней прямой подачи. Прием мяча двумя снизу с подачи.	1		1			
11	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1		1			
12	Разучивание техники выполнения передачи мяча в парах в движении. Учебная игра в волейбол.	1		1			
13	Разучивание техники выполнения передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4.	1		1	декабрь		
14	Разучивание техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1		1			
15	Разучивание техники выполнения верхней прямой подачи с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1		1			
16	Разучивание техники выполнения передачи мяча из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1		1			
17	Закрепление техники выполнения передачи мяча из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	1		1	январь		
18	Совершенствование техники выполнения верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1		1			
19	Прием контрольных нормативов по общефизической подготовке.	1		1			
20	Совершенствование техники верхней прямой подачи в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4..	1		1			
21	Разучивание техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4..	1		1	февраль		

22	Закрепление техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	1		1			
23	Совершенствование техники выполнения прямого нападающего удара. Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	2		2			
24	Разучивание техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища.	1		1	март		
25	Разучивание техники выполнения индивидуального блокирования.	1		1			
26	Закрепление техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища. .	1		1			
27	Разучивание техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование..	1		1			
28	Разучивание техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища.	1		1	апрел ь		
29	Совершенствование техники выполнения нападающего удара с поворотом туловища.	1		1			
30	Разучивание техники выполнения передачи мяча. Учебная игра Есть такая профессия: «Инженер по эксплуатации объектов спортивной инфракструктуры»	1		1			
31	Закрепление техники выполнения индивидуального блокирования.	1		1			
32	Учебно-тренировочная игра в волейбол.	2		2	май		
33	Разучивание техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование..	1		1			
34	Закрепление техники выполнения нападающего удара без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование.	1	1				
ИТОГО		36	2	34			

**32...Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Волейбол»**

№п/п	Дата		Тема	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Согласование с заместителем директора, методистом (подпись)

33.. План воспитательной работы спортивной секции «Волейбол»

Цель воспитательной работы: создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

Задачи воспитательной работы:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- воспитывать физическую культуру учащихся;
- воспитывать чувство ответственности и исполнительности;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты:

- вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива;
- улучшение психического и физического здоровья учащихся;
- развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, игра, викторина, конкурс, обучающие занятия

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный	Участники мероприятия
1	Первенство школы по волейболу	октябрь	Классные руководители	7-9 кл
2	Участие в районных соревнованиях по волейболу	В течение года	Руководитель ДОП	7-11
3	Внутри школьные соревнования по волейболу среди сборных команд учителей и обучающихся школы.	декабрь	Самоуправление школы	8-11 кл
4	Участие в соревнованиях по волейболу в рамках районной спартакиады школьников.	В течение года	Зам.дир. по УВР Руководитель ДОП	8-11 кл
5	Соревнования по волейболу среди сборных команд родителей , команд учеников и команд учителей школы.	апрель	Зам.дир.по УВР Руководитель ДОП	8-11 кл.
6	Фестиваль волейбольного мяча	май	Руководитель ДОП Самоуправление школы	7-11 кл
7	Проведение классных часов « Занятия физическими упражнениями и спортивными играми »	В течение года	Зам.дир.по УВР	1-11 кл

34.Оформление ДОП

Календарный учебный график объединения «Волейбол»

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь			февраль		
Неделя обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Год обучения	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										Промежуточный контроль					
Всего часов в год 36ч	4	4				5					4	3				5

РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Волейбол» (физкультурно-спортивной направленности), реализуемую в МБОУ Приозёрненская СОШ, представленную Джаникуловым З.Я., учителем физической культуры Муниципального бюджетного образовательного учреждения Приозёрненская средняя общеобразовательная школа, Ленинского района Республики Крым.

Представленная программа содержит все структурные компоненты, содержание которых раскрыты в полном объеме.

Структура программы содержит титульный лист, пояснительную записку, учебно-тематический план, методическое обеспечение, список литературы.

Данная программа актуальна в настоящее время, т.к. направлена на приобщение детей к миру спорта.

Волейбол - олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия волейболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в волейбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения предмета «Волейбол» у обучающихся формируется потребность в

систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Система подачи теоретических и практических знаний и умений представляет собой движение от простого к сложному.

Обучение строится на основе личностно-ориентированного, системно-деятельного и компетентного подходов, что позволяет педагогу выстроить как групповую, так и индивидуальную работу с учащимися.

Данная программа соответствует требованиям и может быть реализована в системе дополнительного образования.

Рецензент::Заместитель директора по УВР Желтырёва Е.П.