

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 435
Курортного района г. Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО Руководитель ОДОД «Радуга»  Л.О. Гудалина «30» августа 2022 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ СОШ № 435  Т.Ю. Виткалова Приказ № 33 осн. «30» августа 2022 г.
РАССМОТРЕНО Заместитель директора по УВР  А.В. Гаупт «30» августа 2022 г.	

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Волейбол»

Возраст учащихся: 14-18 лет.

Срок реализации: 1 год.

Разработчик:
Швалева Виктория Викторовна
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3
2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА	
4.1. Особенности организации образовательного процесса	8
4.2. Задачи обучения (обучающие, развивающие, воспитательные)	8
4.3. Планируемые результаты обучения	9
4.4. Календарно-тематическое планирование	10
5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	
5.1. Формы аттестации	21
5.2. Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе	21
5.3. Методические материалы	22
6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	
6.1. Список литературы, используемой педагогом	23
6.2. Список литературы для учащихся	24

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.

Название программы	«Волейбол»
Сведения об авторе	ФИО: Швалева Виктория Викторовна
	Место работы: ГБОУ СОШ №435
	Должность: педагог дополнительного образования
Участие в конкурсах авторских образовательных программ и программно-методических комплексов/результат	
Материально-техническая база	Большой спортивный зал школы с необходимым для проведения занятий оборудованием и инвентарем.
Год разработки, редактирования	2022
Структура программы	
Направленность	Физкультурно-спортивная
Направление	Спортивные игры - волейбол
Возраст учащихся	14-18 лет
Срок реализации	1 год
Этапы реализации	3 этапа Ознакомление Практика Соревнования
Новизна	Использование современных методик для освоения технических действий.
Актуальность	В здоровом теле – здоровый дух!
Цель	- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма; - освоение знаний о волейболе, истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; - освоение и совершенствование техники.
Ожидаемые результаты	-желание заниматься спортом. -стремление овладеть основами техники игры волейбол. -расширение знаний по вопросам правил соревнований. -повышение уровня разносторонней физической подготовленности. -развитие волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, самообладания. -интерес родителей к занятиям ребенка в кружке.
Формы занятий (фронтальные (указать кол-во детей), индивидуальные)	Групповая
Режим занятий	два часа один раз в неделю
Формы подведения итогов реализации	Тесты, сдача нормативов, демонстрация владения техническими навыками.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Направленность данной программы – физкультурно-спортивная.

В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, тренер помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте.

2.2. Отличительные особенности

Заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы, предполагается использование тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиск информации в интернете, просмотр учебных программ, видеоматериала и т. д.

2.3. Актуальность программы – заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

2.4. Адресат программы – создавая программу учебно-тренировочных занятий по волейболу для детей 14-18 лет, была взята за основу типовая учебная программа по волейболу для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва (авторы - составители: Ю.Д. Железняк, доктор пед. наук; А.В. Чачин, кандидат пед. наук; Ю.П. Сыромятников, доктор мед. наук). Программа разработана на основе нормативных требований по физической и спортивно-технической подготовке юных спортсменов, сформированные на основе научно-методических материалов и рекомендаций по подготовке спортивного резерва, опыт работы спортивных школ по волейболу.

2.5. Объем и срок реализации программы

– общее количество учебных часов **108 (три часа один раз в неделю)**, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы; определяется содержанием и прогнозируемыми результатами программы; характеризуется продолжительностью программы (один год);

2.6. Цель и задачи программы.

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

Задачи программы:

Обучающие:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

2.7. Условия реализации программы

Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, пополнение материальной базы волейбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации;
- программы деятельности спортивной секции;
- тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

Условия набора в коллектив: Обучаться по программе принимаются все желающие дети соответствующего возраста не имеющие ограничений по состоянию здоровья.

Условия формирования групп: Группа формируется из разновозрастных учеников.

Наполняемость учебной группы по годам обучения: 1 год – не менее 15 человек

Особенности организации образовательного процесса – при достаточно ограниченном выборе учащихся тренер-преподаватель зачисляет в группы начальной подготовки всех желающих заниматься волейболом. Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. Создание условий для развития личности юных волейболистов.
2. Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных волейболистов.
4. Формирование знаний, умений и навыков по волейболу.
5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
6. Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных волейболистов.

Формы проведения занятий.

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Групповые, теоретические и практические занятия,
- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),
- Подвижные игры,
- Эстафеты,
- квалификационные испытания.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола.

Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

2.8. Планируемые результаты освоения программы

Личностные

У учащихся:

- будут сформированы навыки самопознания, рефлексии;
- произойдет включение в индивидуальную систему ценностей таких ценностей как: жизнь, время, безопасность, труд;
- будет сформировано ценностное отношение к себе и другим людям.

Предметные

Учащиеся будут знать:

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- правила игры в волейбол;

Метапредметные

Будут созданы условия для:

- формирования навыка целеполагания, планирования и контроля за достижением результатов;
- формирования навыка анализировать игровую ситуацию и находить правильное решение;
- формирования коммуникативных универсальных учебных действий: вести диалог, слушать собеседника, аргументировано излагать свое мнение, конструктивно решать конфликты и осуществлять совместную деятельность.

2.9. Уровень программы базовый.

3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	теория	практика	Формы контроля
1	Краткий обзор состояния и развития волейбола	0.5	-	Опрос
2	Краткие сведения о влиянии физических упражнений на организм человека	0.5	-	Опрос
3	Врачебный контроль и самоконтроль, первая помощь при травмах.	1	-	Опрос
4	Правила соревнований и методика судейства	1	-	Опрос
5	Техника и тактика игры и методы ее совершенствования	1	-	Опрос
6	Общая физическая подготовка.	-	16	Тесты
7	Специальная физическая подготовка	-	8	Нормативы
8	Изучение и совершенствование технических и тактических умений и навыков.	-	44	Контрольные упражнения
9	Учебно-тренировочная игра.	-	36	Наблюдение
10	Судейская практика.	-	На соревнования	Наблюдение
11	Участие в соревнованиях.	-	По плану	Наблюдение
	Всего	4	104	

3.1.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.	28.05.	36	108	1 раза в неделю по 2 академических часа (академический час равен 45 мин.)

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

В основу отбора и систематизации материала содержания программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности. Принцип комплексности программы выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебно- тренировочного процесса: теоретической, практической, физической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля. Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями возрастающего мастерства спортсменов, постепенном, от этапа к этапу усложнении содержания тренировок, в росте объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, единстве задач, средств и методов подготовки. Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки спортсменов. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи учитель может вносить свои коррективы в построении учебно- тренировочных занятий, не нарушая общих подходов. Учебный материал усложняется в зависимости от года обучения. Образовательный компонент программы предполагает обучение подростков 13-18 лет, параллельно которому идёт включение воспитательного процесса, организованного через тренировку. Данный процесс происходит не стихийно, а в результате целенаправленного педагогического воздействия. Программа предполагает: индивидуальное консультирование в течение учебного года и предсоревновательную подготовку обучающихся.

4.1. Особенности организации образовательного процесса.

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

4.2. Задачи

- Познакомить с историей возникновения данного вида спорта и его развития, с правилами игры и соревнований;
- Научить специальным упражнениям для овладения первоначальными навыками игры;
- Знакомство с игровой специализацией по функциям игроков;
- Укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- Содействие правильному физическому развитию детей и подростков;
- Повышение общей физической подготовленности;
- Развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- Развитие двигательной активности, координации движений, выносливости;
- Развитие навыков игры в волейбол, тактических знаний, приёмов владения мячом и игровой ситуацией;

- Приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- Подготовка и выполнение нормативных требований по видам подготовки.

4.3. Планируемые результаты

Личностные

У учащихся:

- будут сформированы навыки самопознания, рефлексии;
- произойдет включение в индивидуальную систему ценностей;
- будет сформировано ценностное отношение к себе и другим людям.

Предметные

Учащиеся:

- познакомятся с теоретическими знаниями и специальной терминологией по программе;
- обучатся правилам волейбола.

Метапредметные

Будут созданы условия для:

- формирования навыка целеполагания, планирования и контроля за достижением результатов;
- формирования навыков игры в волейбол;
- формирования коммуникативных универсальных учебных действий.

1. Знать общие основы волейбола;
2. Расширять представление о технических приемах в волейболе;
3. Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;
4. Уметь играть по упрощенным правилам игры;
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
6. Получить навыки технической подготовки волейболиста;
7. Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
8. Освоить технику верхних передач;
9. Освоить технику передач снизу;
10. Освоить технику верхнего приема мяча;
11. Освоить технику нижнего приема мяча;
12. Освоить технику подачи мяча снизу;

**4.4. Календарно-тематическое планирование.
на 2022-2023 учебный год**

ФИО педагога Швалева Виктория Викторовна

Название программы ___«Волейбол»___

Год обучения __1__

Группа № __1__

№	Дата занятия		Количество часов по расписанию	Содержание занятий	Количество часов	
	план	факт			Теория	Практика
1.			1	1. Краткий обзор состояния и развития волейбола. 2. Краткие сведения о влиянии физических упражнений на организм человека.	1	
2.			1	1. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками.		1
3.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
4.			1	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками. 4. Учебная игра.		1
5.			1	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками		1
6.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
7.			1	1. Развитие быстроты перемещения. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней прямой подаче.		1
8.			1	1. Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. 2.		1

				Обучение нижней прямой подаче.		
9.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
10.			1	1. Обучение верхней передаче после перемещений. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Изучение тактики первых и вторых передач.		1
11.			1	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач		1
12.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
13.			1	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач		1
14.			1	1. Обучение приему мяча с подачи. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней подаче. 4. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.		1
15.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
16.			1	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. 2. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. 3. Физическая подготовка.		1
17.			1	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач.		1
18.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
19.			1	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Совершенствование навыков подачи.		1

20.			1	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач		1
21.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
22.			1	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач		1
23.			1	1. Совершенствование навыков перемещения 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков” нижней подачи и приема мяча с подачи.		1
24.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
25.			1	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач.		1
26.			1	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач.		1
27.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
28.			1	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		1
29.			1	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3.		1

				Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		
30.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
31.			1	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Ознакомление с прямым нападающим ударом.		1
32.			1	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.		1
33.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
34.			1	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.		1
35.			1	. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.		1
36.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
37.			1	1. Верхние передачи. 2. Обучение прием мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающем удару		1
38.			1	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение прямому нападающему удару 3. Подача мяча верхняя прямая.		1
39.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
40.			1	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему.		1
41.			1	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3.		1

				Обучение прямому нападающему удару.		
42.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
43.			1	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
44.			1	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
45.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
46.			1	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
47.			1	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
48.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
49.			1	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		1
50.			1	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		1
51.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
52.			1	. 1, Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху		1

				и снизу двумя руками. . 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением 3. Совершенствование навыков верхней прямой подачи.		
53.			1	. 1, Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.		1
54.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
55.			1	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям, 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.		1
56.			1	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям, 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.		1
57.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
58.			1	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара.		1
59.			1	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара.		1
60.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
61.			1	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение		1

				индивидуальных тактических действий в защите.		
62.			1	1.Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.		1
63.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
64.			1	1.Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.		1
65.			1	1. Физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
66.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
67.			1	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
68.			1	1. Врачебный контроль и самоконтроль, первая помощь при травмах.	1	
69.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
70.			1	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.		1
71.			1	1. Обучение одиночному блокированию 2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.		1

72.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
73.			1	1. Обучение одиночному блокированию.2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.		1
74.			1	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.		1
75.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
76.			1	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении,		1
77.			1	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Тактика первых и вторых передач		1
78.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
79.			1	1. Обучение одиночному блокированию 2. Обучение нападающему удару с переводом влево.		1
80.			1	1. Обучение одиночному блокированию 2. Обучение нападающему удару с переводом влево.		1
81.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
82.			1	1. Совершенствование навыков блокирования. 2. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 3. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.		1

83.			1	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении		1
84.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
85.			1	1. Правила соревнований и методика судейства.	1	
86.			1	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование навыков нападающего удара, тактика нападающего удара. 3. Индивидуальные тактические действия в защите.		1
87.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
88.			1	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении.		1
89.			1	1. Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке, 2. Совершенствование навыков подачи мяча, 3. Совершенствование навыков Нападающего удара. 4. Индивидуальные тактические действия в защите.		1
90.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
91.			1	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в защите.		1
92.			1	1. Обучение индивидуальным и групповые тактическим действиям в нападении. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падение и перекатом в сторону на бедро и спину. 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.		1
93.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
94.			1	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и		1

				перекатом в сторону на бедро и на спину. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования.		
95.			1	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.		1
96.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
97.			1	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования.		1
98.			1	1. Совершенствование навыков первых и вторых передач. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. 3. Обучение командным тактическим действиям и защите.		1
99.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
100.			1	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подачи. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.		1
101.			1	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подачи. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.		1
102.			1	1. Учебно-тренировочная игра.		1
103.			1	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Обучение групповым тактическим действиям.		1

104.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
105.			1	1. Техника и тактика игры и методы ее совершенствования.	1	
106.			1	1.Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в защите.		1
107.			1	1.Учебно-тренировочная игра.		1
108.			1	1.Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении.		1
	ИТОГО:		108 часов			

4.5. Содержание занятий.

*Общеразвивающие упражнения без предметов:

- Упражнения для рук и плечевого пояса;
- Упражнения для туловища;
- Упражнения для ног;
- Упражнения сидя и лежа;
- Ходьба, бег.

* Общеразвивающие упражнения с предметами:

- Упражнения с короткой скакалкой;
- Упражнения с длинной скакалкой;
- Упражнения с гимнастической палкой;
- Упражнения с маленькими мячами;
- Упражнения с набивными мячами.

* Специальная физическая подготовка:

- Упражнения для развития силы мышц кистей;
- Упражнения для развития силы мышц верхнего плечевого пояса;
- Упражнения для развития силы мышц туловища;
- Упражнения для развития силы мышц ног;
- Упражнения для развития специальной быстроты;
- Упражнения для развития специальной выносливости;
- Упражнения для развития специальной ловкости;
- Упражнения для развития специальной гибкости.

* Технические приемы игры:

- Техника нападения (стойки, перемещения);
- передачи мяча;
- подачи мяча;
- нападающий удар;
- техника защиты (стойки, перемещения);
- прием мяча;
- блокирование.

*Тактические приемы игры:

- тактика нападения;
- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия;
- тактика защиты;
- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

5.1. Формы аттестации

Формы аттестации.

- устный контроль;
- наблюдение;

- тестирование;
- практическое закрепление навыков.

Формы отслеживания образовательных результатов помогают реализовать следующие методы:

- Методы устного контроля
- Методы практического контроля
- Метод наблюдения
- Тестирование

Формы фиксации образовательных результатов:

- составление графиков, диаграмм, таблиц.

5.2. Диагностические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

Пояснительная записка

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по программе имеет три основных составляющих:

1. Определение начального уровня знаний, умений и навыков учащихся.
2. Итоговый контроль.

Входящий контроль

- понимание основных терминов;
- представления о волейболе.

Итоговый контроль.

Окончательная оценка результатов усвоения программы проводится в виде проведения финальных соревнований

Оценка личностных результатов осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- Процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;
- Результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;
- По согласованию может процедура оценивания осуществляться с привлечением специалистов, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

Оценка личностных результатов осуществляется по выбору педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися программы отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 1 года обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.

5.3. Методические материалы.

- особенности организации образовательного процесса – очно,
- методы обучения: наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой, воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
- формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;
- формы организации учебного занятия – тренировка, игра, практическое занятие;
- педагогические технологии - технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технологии индивидуального обучения.

6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

6.1. Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепция развития дополнительного образования детей
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304 –ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся»
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678 – р.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Инструкции по технике безопасности.

6.2. Список литературы для педагогов:

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.

8. *Марков К. К.* Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. *Марков К. К.* Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. *Матвеев Л. П.* Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. *Никитушкин В.Г., Губа В.П.* Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. *Платонов В. Н.* Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

6.3.Список литературы для учащихся:

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.