

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ромашкинская средняя школа» Сакского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО
Руководитель МС
 /Т.А. Цымбалюк
подпись ФИО
Протокол заседания МС
от 28 июня 2022 г. № 4

УТВЕРЖДЕНО
Приказ от 30.06.2022



И.о. директора МБОУ
«Ромашкинская средняя школа»
И.М. Черкасская
подпись ФИО

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы 1 год (72 часа)

Вид программы: модифицированная

Уровень стартовый

Возраст обучающихся 12-16 лет

Составитель: Мамбетов Алим Экремович, должность: учитель физической культуры

с. Ромашкино,
2022г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07.2020);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

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

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

– Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»); Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями 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».

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

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена потребностями современного общества и образовательным заказом государства сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Новизна - данной дополнительной общеобразовательной программы опирается на поэтапное освоение учащимися, предлагаемого курса, даёт возможность воспитанникам с разным уровнем восприятия учебного материала и освоить те этапы сложности, которые соответствуют их возрастным способностям. Используется индивидуальный подход к каждому воспитаннику при помощи подбора упражнений и заданий разного уровня сложности.

Отличительные особенности программы. Индивидуальный подход базируется на личностноориентированном подходе к ребёнку, при помощи создания педагогом «ситуации успеха» для каждого учащегося, таким образом данная методика повышает эффективность и результативность образовательного процесса. Подбор упражнений и заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью воспитанника на занятии. Особенность данной программы заключается в использовании нетрадиционных форм работы с родителями, то есть включение их в активную совместную деятельность, а именно в участие в «Семейных волейбольных турнирах», мероприятиях, посвященных различным праздничным датам и др.

Педагогическая целесообразность. Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Данная дополнительная

общеобразовательная общеразвивающая программа решает задачу комплексного гармоничного развития детей среднего и старшего школьного возраста. Программа построена “от простого к сложному”. Рассматриваются различные виды упражнений и приемов игры в волейбол. Применяемые на занятиях методы обучения и содержательный компонент программы в полной мере отвечают возрастным особенностям детей. Индивидуальный подход позволяет даже в рамках групповой формы занятий раскрыть и развить физические и творческие способности школьников, раскрыть для них стремление к самосовершенствованию, почувствовать себя творцом новых достижений. Непременное общее физическое развитие, развитие координации движений и ловкости, которое происходит во время занятий, оказывает свое благотворное влияние и на интеллектуальное развитие ребенка.

Адресат программы. Программа «Волейбол» предназначена для обучающихся 6-11 классов, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта и положительное заключение медицинского работника (наличие справки). Группы по 15-20 человек формируются из обучающихся, имеющих разницу в возрасте не более одного года.

Психолого-педагогические особенности: при разработке программы «Волейбол» были учтены психолого – педагогические особенности детей 12-16 лет.

Объем и срок освоения программы. На освоение программы запланировано 68 часов; срок освоения -1год.

Уровень программы-стартовый.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса происходит в соответствии с индивидуальными учебными планами в объединениях по интересам, сформированных в группы учащихся разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения; состав групп постоянный; занятия групповые и виды занятий по программе определяются содержанием программы и включают общеразвивающие физические упражнения, спортивные игры и соревнования.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий – 72 часа в год; 2 часа в неделю; продолжительность занятий 45 мин.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: изучение базовой техники игры в волейбол, формирование потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- изучить теоретические основы и правила игры в волейбол, познакомиться с историей данного вида спорта;
- научить приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- обучить технике и тактике игры в волейбол, сформировать навыки работы с мячом;
- обучить правилам гигиены, технике безопасного поведения на занятиях физкультурой и спортом;
- обучить основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.);
- улучшить физическое развитие детей и подростков через упражнения общей физической подготовки.

Развивающие:

- сформировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия;
- сформировать коммуникативные навыки;
- развить основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию;
- развить познавательную активность и интерес к игре в волейбол и спорту в целом;
- формировать навыки и умения самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения и правильной осанки;
- формировать основы культуры питания и здорового образа жизни.

Воспитательные:

- сформировать установку на здоровый образ жизни;
- воспитывать морально-волевые качества у юного спортсмена;
- воспитывать культуру общения и взаимодействия в учебной и игровой деятельности
- формировать потребности в здоровом образе жизни и стремления работать над собой;
- воспитывать дисциплинированность и самодисциплину у обучающихся ;
- воспитывать чувство ответственности и взаимопомощи;
- приобщать к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- воспитывать чувства толерантности к другим и умения «постоять за себя»;
- воспитывать чувство справедливости, вежливое отношение к сопернику...

1.3 Воспитательный потенциал программы

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в

школьных и районных соревнованиях, мастер-классах различного уровня, направленных на формирования общей спортивной культуры. Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к соревновательной деятельности и уровня личностных достижений учащихся, привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

1.4 Содержание программы Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/ контроля
			теория	практика	
1	Инструктаж по ТБ. История волейбола	1	0,5	0,5	беседа тестирование
2	Стойка. Перемещения в стойке	7	0,5	6,5	наблюдение учебная игра
3	Способы перемещения	8	0	8	наблюдение учебная игра
4	Передача мяча сверху двумя руками	8	0	8	наблюдение учебная игра
5	Прием мяча снизу двумя руками	8	0	8	наблюдение учебная игра
6	Нижняя прямая подача с середины площадки	8	0	8	наблюдение учебная игра
7	Приём и подача мяча	8	0,5	7,5	наблюдение учебная игра
8	Общая и специальная физическая подготовка	В течение каждого занятия			индивидуальный зачет эстафета
9	Игровые занятия	24	0	24	спортивные игры соревнования

	Итого	72	1,5	70,5	
--	-------	----	-----	------	--

Содержание учебного плана

Раздел 1. Инструктаж по ТБ Краткие сведения истории возникновения волейбола

Теория. План работы секции. Правила поведения и режим работы. История волейбола.

Практика. Легкоатлетические упражнения.

Раздел 2. Стойки и перемещения в стойке

Практика. Освоение навыков выполнения стойки волейболиста.

Действия игрока при выборе места на площадке.

Раздел 3. Способы перемещения

Практика. Использование различных способов перемещения на площадке в стойке волейболиста: приставной шаг, двойной шаг, бег (рывок к мячу), прыжки. Перемещения в стойке по сигналу – в стороны, вперёд, назад. Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных заданий.

Раздел 4. Передача мяча сверху двумя руками

Практика. Освоение техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками. Передачи в парах с передвижением приставными шагами по длине игровой площадки. Передачи мяча на точность: в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке (гимнастические обручи и др.). Подвижные игры с верхней передачей мяча: «Эстафета у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч над сеткой», «Вызов номеров» и др.

Раздел 5. Приём мяча снизу двумя руками

Практика. Освоение приема мяча снизу двумя руками. Приём мяча перпендикулярно траектории полёта мяча. Выполнение тренировочных упражнений.

Раздел 6. Нижняя прямая подача с середины площадки

Практика. Освоение навыков правильно выполнять нижнюю прямую подачу мяча с середины площадки и тактически реализовывать. Выполнение подводящих упражнений.

Раздел 7. Приём и подача мяча

Теория. Виды подачи, их особенности. Правила выбора вида подачи.

Практика. Упражнения на технику подачи. Упражнения для подготовки мышц к подаче. Отработка техники подачи. Тактические хитрости.

Раздел 8. Общая и специальная физическая подготовка

Теория. Понятие и функции общей и специальной физической подготовки.

Практика. Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета.

Раздел 9. Игровые занятия

Практика. Групповые взаимодействия при нижнем приеме мяча. Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий: Игры с перемещениями игроков, игры с передачами мяча. Соревновательно-игровые задания и эстафеты.

1.5 Планируемые результаты

Ожидаемые результаты по окончании реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»:

учащиеся будут знать:

- историю возникновения и развития волейбола;
- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- жесты волейбольного судьи;
- выполнять технические приёмы и тактические действия, контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом, играть в волейбол с соблюдением основных правил, демонстрировать жесты волейбольного судьи, проводить судейство по волейболу, владеть навыками игры в волейбол, уметь исполнять заданную роль в командной игре;

учащиеся будут уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития волейбола, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека,
- представлять волейбол как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
 - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
 - бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
 - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
 - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом.
- *предметные результаты* – будет знать значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся, будет соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом, выполнять технические приёмы и тактические действия, контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом, играть в волейбол с соблюдением основных правил, демонстрировать жесты волейбольного судьи, проводить судейство по волейболу, владеть навыками игры в волейбол, уметь исполнять заданную роль в командной игре.
- *метапредметные результаты* –будет выполнять упражнения на технику подачи и подготовку мышц к подаче, технические элементы игры в волейбол, разовьет физические качества, будет владеть техникой выполнения подачи и приема мяча, групповому взаимодействию в ходе игры;
- *личностные результаты* –будут воспитаны морально - волевые и нравственные качества, развита устойчивая потребность к физическому развитию, будет проявлять стремление к победе, разовьет лидерские качества, будет соблюдать правила безопасности во время занятий и соревнований по баскетболу;

2. Комплекс организационно- педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график образовательного учреждения учитывает в полном объеме возрастные и психофизические особенности обучающихся, отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

Продолжительность учебного года

Учебный период - с 01 сентября по 31 мая.

Количество учебных недель – 36 недель.

Количество учебных дней – 108 дней

Продолжительность каникул – 01 июня – 31 августа.

На освоение учебного материала отводится 72 часа в год.

Программа рассчитана на 1 год обучения. 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность занятий

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором образовательной организации, и могут проводиться с понедельника по воскресенье, включая каникулы, согласно календарно-тематического планирования.

Режим занятий с 15.30 часов до 19.00 часов. Продолжительность занятий в группах:

- 45 минут (в группах с детьми от 8 лет и старше);
- перерыв между занятиями составляет – 10 минут (санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей).

Воспитательные мероприятия проводятся педагогами не реже одного раза в месяц, продолжительностью до 40 минут. Воспитательные мероприятия не включаются в расписание учебных занятий.

2.1 Календарный учебный график

Уровень базовый группа(ы) _____

Аттестация/ формы контроля	1 полугодие																		2 полугодие																	
	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь			февраль				март				апрель				май				июнь
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол	8				8				8				8				6			8				8				8				2				
Кол-во часов в	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Тестирование																																				
Учебная игра																																				
Контрольный срез знаний																																				
Контрольные нормативы																																				
Спортивная игра																																				
Тестирование																																				
Контрольные нормативы																																				
Индивидуальный зачет																																				
Спортивная игра																																				
Контрольный срез знаний																																				
Спортивная игра																																				
Тестирование																																				
Контрольные нормативы																																				
Соревнования																																				
Спортивная игра																																				
Контрольные нормативы																																				

Объем учебной нагрузки на учебный год 72 часа на одну группу

2.2 Условия реализации программы

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Для проведения тренировочного процесса и решения задач по обучению занимающихся основными требованиями к материально-технической базе и инфраструктуре организации являются:

- наличие игрового зала;
- наличие раздевалок;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения уровней освоения образовательной программы.

Материально-техническое обеспечение

Оборудование и спортивный инвентарь

п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование и спортивный инвентарь			
1	Сетка волейбольная со стойками	комплект	2
2	Мяч волейбольный	шт	25
3	Протектор для волейбольных стоек	шт	4
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
4	Барьер легкоатлетический	шт	20
5	Гантели массивные от 1 до 5 кг	комплект	3
6	Мяч набивной (медицинбол) весом от 1 до 5 кг	шт	16
7	Корзина для мячей	шт	2
8	Мяч теннисный	шт	10
9	Мяч футбольный	шт	2
10	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	шт	3

11	Скакалка гимнастическая	шт	25
12	Скамейка гимнастическая	шт	4
13	Утяжелитель для ног	комплект	25
14	Утяжелитель для рук	комплект	25
15	Эспандер резиновый ленточный	шт	25

Информационное обеспечение

Методические пособия по обучению игре в волейбол.

Плакаты, схемы по технике игры в волейбол и технике безопасности;

Карточки-задания по оказанию первой медицинской помощи.

Кадровое обеспечение

Разработка и реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется педагогом дополнительного образования, что закрепляется профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение образовательной программы

1. Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в очной форме, 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Программа не предъявляет особых требований к уровню подготовленности обучающихся. С учетом времени освоения программы и объема материала в группе могут заниматься обучающиеся с разницей в возрасте не более 1 года

2. Методики

При реализации программы могут быть использованы различные методики:

- мониторинга усвоения обучающимися учебного материала;

- организации воспитательной работы, комплектования учебной группы (формирования коллектива, выявления неформального лидера);
- анализа результатов деятельности;
- авторского проведения занятия;
- организации и проведения массового мероприятия (конкурса, соревнования, праздника, игровой программы);

3. Методы обучения

Программа предусматривает вариативность, как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

На занятиях спортивной секции применяются разнообразные формы обучения в зависимости от возраста обучающихся. Среди них: репродуктивные (воспроизводящие), тренинговые (развитие знаний, приобретение умений и навыков), объяснительно-иллюстративные (рассказ, объяснение, беседа, иллюстрация, дискуссия и др.), дискуссионные, проблемно-поисковые (исследовательские, поисковые). При проведении практических занятий предпочтение отдается подвижным и спортивным играм. Применяются различные методы обучения, раздаточные материалы, технические средства обучения, наглядные пособия.

4. Методы воспитания

- убеждение;
- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация;
- воспитание на личном примере;
- контроль и самоконтроль;
- оценка и самооценка.

5. Формы организации образовательного процесса: групповая (фронтальная), индивидуально-групповая, индивидуальная. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

6. Возможные формы организации учебного занятия:

- лекция - устное изложение какой-либо темы, развивающее мыслительную деятельность обучающихся.
- учебно-тренировочные занятия – направлены на обучение спортсмена, общую физическую подготовку и повышение спортивного мастерства.
- соревнования – проводятся с целью выявления сильнейших спортсменов и команд, совершенствования спортивного мастерства, пропаганды физической культуры и спорта;
- «Мозговой штурм» - один из наиболее популярных методов стимулирования творческой активности, это хороший способ быстрого включения всех учащихся группы в работу на основе свободного выражения своих мыслей по рассматриваемому вопросу;

- учебная спортивная игра - занятие, которое имеет определенные правила и служит для познания нового, активного отдыха и удовольствия.

7. Педагогические технологии

- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология разноуровневого обучения;
- технология дифференцированного обучения;
- коммуникативная технология обучения;
- технология коллективной творческой деятельности;
- технология игровой деятельности.

8. Алгоритм учебного занятия

Программа «Волейбол» основана на сочетании теоретических и практических форм работы таким образом, чтобы они дополняли и обогащали друг друга.

При разработке занятия необходимо внимательно изучить:

- учебно-тематический план реализуемой образовательной программы;
- согласовывать определенный раздел и тему раздела с содержанием программы;
- определить взаимосвязь содержания занятий с предыдущими и последующими;
- определить тип и структуру занятия, его тему, цель, задачи.

Целевые, установки занятия должны быть направлены на определённые, конкретные цели данного занятия (воспитательные, развивающие и обучающие), выходящие на реальный, достижимый результат.

Для программы «Волейбол» основным является выполнение задач по развитию личности обучающегося, поэтому на первый план выдвигаются задачи по развитию реальных творческих способностей детей и задачи нравственного, эмоционального воздействия.

Педагогом продумывается специфика занятия, логика построения (взаимосвязь и завершенность всех частей занятия с подведением итогов каждой части по практическому и теоретическому материалу), определяется объем образовательного компонента учебного материала.

На первоначальном этапе занятия педагог создает благоприятный морально-психологический климат, настраивая детей на сотворчество и содружество в процессе познавательной деятельности, на завершающем этапе – анализируются все выполненные детьми работы и отмечаются даже самые большие достижения детей.

К теоретическому этапу занятия подготавливается учебно-методический комплекс: раздаточный материал, аудио, видеотека и др. Педагог продумывает методику наиболее продуктивного использования применяемого наглядного материала. Далее определяются индивидуальные задания для детей с опережением в развитии, объем и форма самостоятельной работы с детьми, разрабатывается краткий конспект настоящего занятия.

9. Дидактические материалы

Для подвижных игр используются учебные карточки, цель которых совершенствование приемов, например:

- Игра «Снайперы» - совершенствование техники подачи мяча в соревновательных условиях, развитие точности глазомера, скоростно-силовых качеств.
- «Бомбардиры» - совершенствование техники нападающего удара в соревновательных условиях.
- «Соперники» - совершенствование техники блокирования в соревновательных условиях.
- «Сумей принять» - совершенствование техники приема верхней передачи мяча, отработка техники взаимодействия с партнером в игровых условиях.
- «Защитники» - совершенствование техники действий защиты в соревновательных условиях.

При обучении учащихся техническим приёмам используется метод упрощённых вариантов игры и карточки с заданиями.

Варианты игры в волейбол:

- передача (сверху) – число игроков 1 х 1
- прием мяча (снизу) – 2 х 2
- передача мяча назад за голову – 2 х 2
- передача в треугольнике – 3 х 2
- подача (нижняя, прямая, боковая) – 3 х 3, 4 х 4, 6 х 6
- блокирование и страховка нападающих – 3 х 3, 4 х 4
- обманы и страховка блокирующих – 4 х 4, 6 х 6
- защита 4 х 4, 6 х 6.

Карточки:

- 1 вид – от лицевой до штрафной, от штрафной до лицевой, от лицевой к линии нападения, от линии нападения к штрафной, от штрафной к средней и ускорения до лицевой линии обратно.
- 2 вид – лицевая, штрафная, лицевая средняя и ускорение до лицевой линии.
- 3 вид – бег от одной боковой линии до другой змейкой, с касанием одноименной руки боковой линии и т.д.

На уроках и в процессе тренировок для обучения применяется установленная в спортзале магнитную доску, благодаря которой появляется возможность использовать многочисленные карточки, соответствующие теме урока, например, стойка волейболиста, верхний и нижний прием мяча, нападающий удар, блокирование и расстановка игроков на площадке.

Таким образом, при применении словесного метода и наглядности использование карточек способствует более качественному усвоению учебного материала.

Также разработана и применяется на занятиях последовательность тактических задач в учебных играх. Например:

1. передача через сетку
 - в пустую зону 1x1
 - на партнера
 2. передача над собой и передача через сетку
 - двумя руками снизу
 - двумя руками в прыжке 1x1
 3. передача партнеру
 - высокая
 - низкая 2x2
- и передача через сетку
- на пасующего игрока
 - на основного игрока 2x2
4. передача в три касания 2x2

Также нами разработаны:

- контрольные упражнения и нормативы для оценки технической подготовленности по волейболу (для юношей и девушек);
- контрольные упражнения и нормативы для оценки физической подготовленности (выраженные в оценках – удовлетворительно, хорошо, отлично);
- тест – опрос по тактико-технической подготовке;
- учебные нормативы по волейболу с 6 по 11 класс.
- верхняя передача над собой и приемы мяча снизу
- приемы сверху, снизу от стены и чередование приемов у стенки
- подача – верхняя, нижняя
- подача по зонам
- оценить блок одиночный у стены
- нападающий удар
- игровые взаимодействия
- судейство

Оценивание технических приёмов производится по двум параметрам: техника выполнения элемента и результативность.

Еще один метод, который мы используем при обучении волейболу – это практический, применяемый при непосредственном разучивании двигательных действий и формировании двигательных навыков.

2.3 Формы аттестации

Отслеживание результатов проводится разными способами:

- беседа;
- наблюдение,
- тестирование,
- соревнование,

- учебная игра;
- спортивные игры;
- индивидуальные зачеты.

Сдача контрольных тестов проходит каждые два месяца и для каждого уровня в отдельности. Участие в соревнованиях разного уровня контролируется как учителем, так и самими учениками. Данные заносятся в общую таблицу и в индивидуальные карты развития. Так каждый учащийся может проследить историю своего физического становления в спортивном объединении.

2.4 Список литературы

1. Амалин М.Е. Тактика волейбола. / М.Е. Амалин. – М.: Физкультура и спорт, 2012. –53 с.
2. Ахмеров Э.К. Волейбол в школе / Э.К. Ахмеров, Э.Г. Канзас– Минск: Нарасвета, 2010 – 143 с.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх / М.С. Бриль – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 68 с.
4. Колоницкий Г.А.. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. / Г.А. Колоницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов - М.: Просвещение, 2011 216 с.
5. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований / А.А. Гераськин, Э.Г. Канзас [и др.]; – Омск: СибГАФК, 2002 – 7 с.
6. Железняк Ю.Д. Волейбол: методика обучения школьников 11-14 лет. / Ю.Д. Железняк – М.- 2013. – 149 с.
7. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учеб.пособие для тренеров. / Ю.Д. Железняк – М.: Физкультура и спорт, 2012. 686 с.
8. Железняк Ю.Д. Подготовка юных волейболистов.: / Ю.Д. Железняк, Ю.Н.Клещев, О.С. Чехов– М.: Физкультура и спорт, 2011. – 426 с.
9. Железняк Ю.Д. Волейбол в школе. / Ю.Д. Железняк, Л.Н. Скупский - М.: «Просвещение». 2011.- 376 с.
10. Кривошеин А.А. «Прогнозирование роста и развития детей» / А.А. Кривошеин - М.: «Просвещение». 2011.-246 с.
11. Нерсисян Л.С. Экспериментальное исследование психологической готовности к спортивной игровой деятельности (На материале волейбола) : автореф канд. пед. наук / Л. С. Нерсисян ; Московский гос. ун-т им. М. В. Ломоносова, 2005. – 279 с.
12. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студ. высш. учеб. заведений (Гриф) / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: издательский центр «Академия», 2004. – 400 с.
13. Шнуров В.Х. Практические основы воспитания морально-волевых качеств волейболистов / В.Х. Шнуров – М: «ФиС» 2005. – 264 с.

ИНТЕРНЕТ - РЕСУРСЫ

Медицина спорта // Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://medsport.3dn.ru/> (дата обращения: 10.06.2014).

Всероссийская федерация волейбола <http://www.volley.ru/pages/497/p1/> (дата обращения: 21.06.2014).

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» [Электронный ресурс] // Минобразования и науки РФ.[сайт].- М.,2011.-URL (дата обращения: 01.07.2014).

1. Усков В.А. Теория и методология научного обоснования закона обучения связующих игроков в волейболе // Современные научные исследования и инновации. 2014. № 5 [Электронный ресурс]. Режим доступа: URL: <http://web.snauka.ru/issues/2014/05/33916> (дата обращения: 04.06.2014).

3 Приложения

3.1 Оценочные материалы

Диагностическая карта промежуточного уровня теоретических знаний, практических умений и навыков

Объединение «Волейбол»

№ п/ п	Фамилия, имя учащегося	Основные сведения о значении и развитии физическо й культуры	Основные базовые действия, развивающи е основные группы мышц	Навык выполнения комплекса специальны х упражнений	Навыки совместного взаимодействи я с партнерами по игре	Развитие посредством игры внимания, памяти, восприятия окружающег о	Культур а общения , ведения диалога	Уровень развития коммуникативны х навыков группового взаимодействия	Итого – в %		
									+	*	–
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											

11.												
12.												
13.												
14.												
15.												

- Условные обозначения: «+» умеет и делает хорошо; «*» делает недостаточно хорошо; «-» не умеет делать.

**Карта учета результатов освоения дополнительной образовательной программы
Объединение «Волейбол»**

№ п/ п	Фамилия, имя учащегося	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Учебноинтеллектуальные умения		Учебнокоммуникативные умения		Учебноорганизационные умения		% освоения	
		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие	
		I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													

9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													

- Максимальный балл от 6 до 10
- Минимальный балл 1
- Средний балл от 2 до 5

3.2 Методические материалы

1. Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по волейболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в волейбол.
- Правила игры в волейбол.
- Правила судейства в волейболе.
- Положение о соревнованиях по волейболу.

2. Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с волейбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по волейболу.

3. Инструкции по охране труда.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты в занятиях волейболом

В учебно-тренировочном процессе по волейболу подвижные игры, соревновательно-игровые задания и эстафеты применяются для закрепления технических приёмов и тактических действий. Они могут быть включены в подготовительную часть занятия как продолжение разминки и в конце основной части занятия. Выбор подвижных игр зависит от материально-технической оснащённости учебного процесса (спортивный зал, стадион, пришкольная спортивная площадка, инвентарь), от возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий

Игры с перемещениями игроков

1. «Спиной к финишу». Игроки построены в одну шеренгу за лицевой линией, спиной к финишу. Интервал между ними 4–5 м. По сигналу игроки бегут 18 м спиной вперёд (до противоположной лицевой линии). Побеждает игрок, который первым пересечёт линию финиша.

2. «Бег с кувырками». Команды построены в колонну по одному за лицевой линией площадки (линия старта-финиша). На расстоянии 9 м перед командами кладут по гимнастическому мату. По сигналу первые игроки команд бегут до гимнастического мата, выполняют кувырок вперёд и продолжают бег до противоположной лицевой линии. Заступив одной ногой за линию, игроки возвращаются спиной вперёд, выполняют на мате кувырок назад и продолжают бег спиной вперёд до линии старта-финиша. Победитель приносит своей команде 1 очко. Следующие игроки выполняют то же задание. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

3. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков». Предварительно на обеих половинах волейбольной площадки устанавливают по три кубика (можно кегли) на линиях разметки: два на пересечении линии нападения и боковых линий (по одному с каждой стороны) и один в центре на средней линии. В эстафете принимают участие две команды по шесть человек, которые располагаются на противоположных лицевых линиях. По сигналу первые участники от каждой команды, добежав до пересечения линии нападения с боковой линией (на своей стороне площадки), берут в руки кубик, бегут обратно и ставят его на лицевую линию. Затем то же действие выполняют со вторым кубиком, находящимся на противоположной стороне от первого кубика. После чего устремляются к средней линии, берут третий кубик, возвращаются назад и передают его второму участнику своей команды. Тот в свою очередь выполняет это же задание, только в обратной последовательности и т.д. Выигрывает команда, последний участник которой первым закончит перенос и установку кубиков в исходное (до игры) положение.

Игры с передачами мяча

1. Игровое задание «Художник». Передачами мяча сверху обозначить на стене какую-либо геометрическую фигуру, букву или цифру.

2. «Мяч над головой». Занимающиеся разбиваются на команды с равным числом игроков. Время игры (обычно 1–1,5 мин) объявляется заранее. Одновременно могут играть две и более команды. При нехватке волейбольных мячей команды вступают в игру по очереди. Игроки каждой команды произвольно располагаются на отведённой им части площадки. Одна команда отделяется от другой меловой линией или линиями имеющейся разметки. Каждый участник получает волейбольный мяч. От команды выделяется один человек, который контролирует игру команды-соперницы. По сигналу все играющие начинают выполнять верхнюю передачу над собой. Игрок,

уронивший мяч или поймавший его, выбывает из игры и садится на скамейку. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше игроков. Игру повторяют 2–3 раза.

3. «Обстрел чужого поля». На боковых линиях волейбольной площадки обозначают два круга диаметром 2 м один напротив другого. По очереди игроки заходят в круг и выполняют передачу мяча сверху двумя руками, стараясь попасть в противоположный круг. Если мяч не попадает в цель, игрок получает штрафное очко. Побеждает игрок, набравший наименьшее количество штрафных очков.

4. «Не урони мяч». Игроки делятся на пары и располагаются на расстоянии 4 м друг от друга. У каждой пары – волейбольный мяч. По сигналу начинают встречную произвольную передачу мяча в парах. Пара, поймавшая или уронившая мяч, садится на скамейку. Последняя пара, оставшаяся на площадке, объявляется победителем. Игру можно проводить по командам, сформировав их из определённого количества пар.

5. «Передачи в движении». Игроки в парах на расстоянии 4 м друг от друга из-за лицевой линии начинают передачи мяча двумя руками сверху (снизу) в движении, перемещаясь боком к противоположной линии и обратно. Побеждает та пара, которая допустила меньше потерь мяча.

6. «Свеча». В игре принимают участие две и более команды с равным числом игроков. На полу мелом обозначают круг или кладут гимнастический обруч. Команды располагаются в колонны по одному. По сигналу первые игроки команд забегают в круг, выполняют передачу над собой и выбегают из круга, а их места занимают вторые номера и т.д. Побеждает команда, сделавшая больше передач за определённое время.

7. «Поймай и передай». Участники разделяются на несколько команд, которые становятся в колонны по одному напротив друг друга на боковых линиях площадки. По команде направляющие одной из колонн подбрасывают мяч одной рукой и выполняют передачу снизу двумя руками партнёру во встречную колонну. Тот ловит мяч и аналогичным образом возвращает его обратно в противоположную колонну. Игроки, выполнившие передачу мяча, становятся в конец своей колонны. Побеждает команда, которая выполнит это упражнение быстрее и с меньшим количеством ошибок или совсем без ошибок.

3.3 Календарно-тематическое планирование

Название объединения Волейбол группа _____

№	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
сентябрь						
1.	Инструктаж по ТБ. История волейбола	1			беседа тестирование	
	Стойка. Перемещения в стойке	7				
2	Освоение навыков выполнения стойки волейболиста	1			наблюдение	
3	Освоение навыков перемещения в стойке	1			наблюдение	
4	Перемещения в стойке	1			наблюдение	
5	Перемещения в стойке	1			наблюдение	
6	Выполнение действий игрока при выборе места на площадке	1			наблюдение	
7	Учебная игра	1			наблюдение	
8	Учебная игра	1			учебная игра	
Итого за месяц		8				
октябрь						
	Способы перемещения	8				
9	Перемещения на площадке в	1			наблюдение	

	стойке волейболиста					
10	Перемещения на площадке в стойке волейболиста	1			наблюдение	
11	Перемещения на площадке в стойке волейболиста	1			наблюдение	
12	Перемещения в стойке по сигналу	1			наблюдение	
13	Перемещения в стойке по сигналу	1			наблюдение	
14	Перемещения в стойке по сигналу	1			наблюдение	
15	Эстафеты с перемещения ми различными способами	1			Контрольный срез знаний	
16	Эстафеты с выполнением различных заданий	1			Контрольные нормативы	
Итого за месяц		8				
ноябрь						
	Передача мяча сверху двумя руками	8				
17	Подача мяча по зонам. Закрепление подачи мяча. Нападающий бросок. Приём подачи, передача	1			наблюдение	

	сетке. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам.					
18	Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой Прием мяча после подачи. Игра по упрощённым правилам.	1			Спортивная игра	
19	Прыжки со скакалкой. Прием мяча после подачи. Игра по упрощённым правилам.	1			наблюдение	
20	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Развитие силовой выносливости.	1			наблюдение	
21	Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам.	1			наблюдение	
22	Обучение приему мяча от сетки. Закрепление нападающего броска. Игра	1			наблюдение	

	по упрощённым правилам.					
23	Прием мяча от сетки. Закрепление нападающего броска. Игра по упрощённым правилам.	1			наблюдение	
24	Закрепление нападающего броска. Прием и передача мяча сверху. Учебная игра.	1			наблюдение	
Итого за месяц		8				
декабрь						
	Прием мяча снизу двумя руками	8				
25	Прием мяча от сетки. Закрепление нападающего броска. Игра по упрощённым правилам.	1			наблюдение	
26	Закрепление нападающего броска. Прием и передача мяча снизу. Игра.	1			наблюдение	
27	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление приема мяча от сетки.	1			наблюдение	

	Игра.					
28	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление нападающего броска со второй линии. Закрепление приема мяча от сетки.	1			наблюдение	
29	Прием мяча в падении. Передача мяча. Учебно-тренировочная игра.	1			наблюдение	
30	Прием мяча в падении. Передача мяча. Закрепление приема мяча от сетки. Игра.	1			наблюдение	
31	Прием мяча в падении. Передача мяча. Прием мяча с подачи. Развитие силовых способностей	1			Тестирование	
32	Прием мяча в падении. Передача мяча. Прием мяча с подачи. Игра.	1			Контрольные нормативы	
Итого за месяц		8				
Итого за I полугодие		32				
январь						

	Нижняя прямая подача с середины площадки	6				
33	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков. Приём мяча на месте и после перемещения.	1			наблюдение	
34	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков. Учебно-тренировочная игра.	1			наблюдение	
35	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами.	1			наблюдение	
36	Прием мяча в падении. Передача мяча. Учебно-тренировочная игра.	1			наблюдение	
37	Обучение действиям игрока в защите. Приём мяча с подачи. Закрепление технических приёмов. Формировани	1			наблюдение	

	е навыков командных действий.					
38	Формирование навыков командных действий. Игра.	1			Индивидуальный зачет	
Итого за месяц		6				
февраль						
	Приём и подача мяча	8				
39	Закрепление приема мяча с подачи, от сетки. Подачи. Игра.	1			Спортивная игра	
40	Действия игроков в защите.	1			наблюдение	
41	Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию. Закрепление технических приёмов в защите. Формирование навыков командных действий	1			наблюдение	
42	Закрепление технических приёмов в защите. Подача и прием подачи. Учебная игра.	1			наблюдение	
43	Обучение командным	1			наблюдение	

	тактическим действиям. Упражнения на координацию. Учебная игра.					
44	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Учебная игра.	1			наблюдение	
45	Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения. Учебная игра.	1			наблюдение	
46	Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка. Упражнения с набивными мячами.	1			наблюдение	
Итого за месяц		8				
март						
	Игровые занятия	20				
47	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи.	1			Контрольный срез знаний	
48	Закрепление тактических действий при выполнении подач и передач. Судейство.	1			наблюдение	

49	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
50	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
51	Групповые взаимодействия при приеме мяча. Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий: Игры с перемещением игроков, игры с передачами мяча.	1			наблюдение	
52	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
53	Соревновательно-игровые задания и эстафеты. Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
54	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
Итого за месяц		8				

апрель						
55	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
56	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
57	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			Спортивная игра	
58	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			Тестирование	
59	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
60	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
61	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
62	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
Итого за месяц		8				
май						
63	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			Контрольные нормативы	
64	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			Соревнования	

65	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
66	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	1			наблюдение	
67	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
68	Спортивные соревнования	1			Спортивная игра	
69	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	1			наблюдение	
70	Спортивные соревнования	1			Спортивная игра	
Итого за месяц		8				
июнь						
71	Выполнение контрольных нормативов	1			Контрольные нормативы	
72	Подведение итогов спортивных достижений обучающихся	1				
Итого за месяц		2				
Итого за II полугодие		40				
Итого за год		72				

3.4 Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы
Волейбол
(название)

№п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с ответственным (подпись)

3.5 План воспитательной работы

???????

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Токарева Ирина Владимировна

Действителен с 29.03.2022 по 29.03.2023