


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА
ЕВПАТОРИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №1 имени Героя Советского Союза
Максима Губанова города Евпатории Республики Крым»**

<p>ПРИНЯТО Педагогическим методическим советом МБОУ «СШ №1 им. М. Губанова» от «<u>30</u>» <u>08</u> 2022 г. Протокол № <u>3</u></p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «СШ №1 им. М. Губанова»  Ф. Л. Хитрич «<u>30</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>
--	--

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛЕЙБОЛ»

Направленность: **физкультурно-спортивная**
Срок реализации: **1 год**
Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 6-16 лет
Составитель: Цыганок А. А., учитель физкультуры

Евпатория

2022

1.Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база 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;
- 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)»);

Направленность: физкультурно-спортивная. Программа направлена на обучение интеллектуально-познавательного вида спорта для учащихся разного возраста и развитие устойчивого интереса к занятиям. Дополнительная общеобразовательная программа «Волейбол» направлена на физкультурно-оздоровительное воспитание детей через занятие волейболом.

Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

Новизна данной программы опирается на поэтапное освоение обучающимися, предлагаемого курса, даёт возможность воспитанникам с разным уровнем восприятия учебного материала освоить базовые элементы игры в волейбол, которые соответствуют их возрастным способностям. В своей методике педагог использует индивидуальный подход к каждому воспитаннику при помощи подбора упражнений разного уровня сложности, от начального уровня до продвинутого. Индивидуальный подход базируется на личностно-ориентированном подходе к ребёнку, при помощи создания педагогом «ситуации успеха» для каждого обучающегося, таким образом данная методика повышает эффективность и результативность образовательного процесса. Подбор упражнений осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за соревновательной и игровой 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.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что данная программа направлена на развитие мотивации личности к познанию, целеустремленности, физическому развитию, мастерству и творчеству через обучение игре в волейбол.

Программа по своей сути является игровой, простой: освоение идёт от простого к сложному, от знакомства с элементарными понятиями игры к постепенному расширению и углублению знаний во всех областях.

Каждое занятие, соревнование, турнир, дружеский матч тщательно разбираются, анализируются педагогом и детьми. Физическая деятельность имеет неограниченные возможности. Каждый ребёнок становится исследователем с того момента, как научился правильно принимать мяч и отдавать пас. В процессе обучения применяются разнообразные методы, приёмы и средства: беседы, объяснения, демонстрация различных упражнений.

Педагогическая целесообразность программы. С помощью учебных занятий по волейболу можно развить не только быстроту, ловкость, силу и выносливость, но еще и такие черты характера, как взаимовыручку, коллективизм, ответственность, чувство уважения к соперникам. Занятия позволяют решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Формирует установку на здоровый образ жизни, на бережное отношение к своему здоровью.

Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений;

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- использование технологий личностно-ориентированного подхода в обучении.

Адресат программы. Возраст учащихся 6 – 16 лет.

В объединение принимаются учащиеся по письменному заявлению родителей или законных представителей. Наполняемость учебных групп – не более 20 человек.

Объем и срок освоения программы – 36 недель за курс обучения, 144 часа в год, 4 часа в неделю.

Уровень: базовый.

Формы обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса происходит в сформированных разновозрастных группах;

состав группы – постоянный; занятия групповые; виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривает лекции, практические занятия, мастер-классы, выездные занятия, выполнение самостоятельной работы и соревнования, турниры.

Режим занятий.

Основной формой является учебное занятие. Оно приводится по общепринятой структуре согласно расписанию.

Продолжительность занятий: для детей в возрасте 6 лет составляет – 2 часа по 40 минут с 10 минутным перерывом.

Продолжительность занятий детей среднего и старшего возраста: 2 занятия по 45 минут с 10-минутным перерывом между ними для отдыха и проветривания помещения.

Во время обучения учащиеся будут иметь представление о командной игре, правилах игры в волейбол, базовых азах владения мячом. К концу учебного года научатся играть по правилам. Получив начальные знания и умения, учащейся может перейти на последующий год обучения для совершенствования игры в волейбол, а также использовать свои знания в других спортивных кружках.

1.2. Цель и задачи образовательной программы.

Цель – развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития посредством занятий волейболом; обеспечение прав ребенка на развитие, личностное самоопределение и самореализацию. В процессе занятий обучающиеся получают целый комплекс полезных умений и навыков, необходимых практической деятельности, а также развивают мышление, память, внимание, наблюдательность, строгую последовательность рассуждений.

Задачи:

образовательные – ознакомить с принципами здорового образа жизни, ознакомить детей с принципами и правилами игры в волейбол, ознакомить с правилами поведения спортсменов и со способами разрешения нестандартных ситуаций на соревнованиях, научить основам тактики и техники игры, ознакомить детей с правилами проведения соревнований по волейболу, истории развития и формирования волейбола, обучить правилам восстановления организма после

тренировок, ознакомить с назначением упражнений на развитие координации движений, ловкости, реакции, научить правильно выполнять комплекс общеразвивающих и специальных упражнений, выявление способностей занимающихся, обучить знаниям теоретических сведений о волейболе, ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры.

личностные – прививать навыки самодисциплины, воспитать целеустремленность, самообладание, бережное отношение ко времени, воспитывать уважение к сопернику, умение владеть собой и добиваться цели, заложить идеи развития у обучающихся собственной активности, целеполагания, личной ответственности, воспитание волевых и моральных качеств.

метапредметные – развивать навыки групповой работы, развивать физические процессы, память, внимание, умения производить логические операции, развивать качества настоящего спортсмена (волю к победе, уверенность и т.д.), воспитывать у учащихся волю, стремление к достижению цели.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы направлена на развитие содержательного досуга учащихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности и обусловлена многими причинами: рост нервно-эмоциональных перегрузок, увеличение педагогически запущенных детей. В центре современной концепции общего образования лежит идея развития личности ребёнка, формирование его физических и творческих способностей, воспитание важных личностных качеств. Всему этому и многому другому способствует процесс обучения игре в волейбол.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в городских и районных соревнованиях, турнирах, мастер-классах различного уровня, направленных на формирование общей культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в волейбол. Предполагается, что в результате проведения 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

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/ контроля
			теория	практика	
1.	Введение. История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Правила игры. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.	5	5		Опрос, анкетирование
2.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	20		20	Тестирование
3.	Общая физическая подготовка (ОФП) (Подготовительные упражнения.)	56	1	55	Тестирование
4.	Техническая подготовка (ТП) (Стойка игрока. Приёмы и передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху. Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия - блоки, страховки).	14	1	13	Педагогическое наблюдение
5.	Специальная физическая подготовка (СФП) (Подвижные игры. Эстафеты).	36		36	Педагогическое наблюдение
6.	Тактическая подготовка (ТП) (Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча).	9	1	8	Педагогическое наблюдение
7.	Контрольно-оценочные испытания	4		4	Контрольное тестирование
	Итого:	144	8	136	

Содержание учебного плана

Введение (5 часов)

История возникновения и развития волейбола.
 Правила безопасности при занятиях волейболом.
 Правила игры.
 Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.
 Режим дня спортсмена.

Общеразвивающие упражнения (20 часов)

ОРУ на месте без предметов
 ОРУ в движении без предметов
 ОРУ с набивными мячами
 ОРУ с волейбольными мячами
 ОРУ в парах

Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория (1 час)

Значение ОФП в подготовке волейболистов.

Практика (55 часа)

Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.

Эстафеты. Подвижные игры.

«Салки по месяцам». Дети строятся в шеренгу. В 12–15 м от них обозначается линия. Выбирается водящий. Он говорит: «Все, кто родился в январе, – вперед!» Ребята, день рождения которых падает на этот месяц, бегут к противоположной линии, а водящий пытается их осалить. Из тех, кто осален, выбирается новый водящий. Он вызывает детей, родившихся в феврале, и т.д. Победителями становятся игроки, не осаленные водящим.

«Азбука». Две команды образуют шеренги на противоположных сторонах площадки, каждая за своей линией. Воспитатель называет одну букву алфавита. Это служит началом игры. Все ребята одновременно, не толкаясь, перебегают на противоположную сторону площадки и выстраивают названную букву (основанием к центру площадки), после чего принимают положение упора присев. Выигрывает команда, быстрее выполнившая задание. Игра повторяется несколько раз, и каждый раз задается другая буква.

«Делай наоборот». Ребята строятся в шеренгу, либо колонну. Учитель показывает упражнение, а дети должны выполнить его в противоположную сторону. Например, педагог выполняет наклон вперед, а ученики должны выполнить наклон назад и т. д. Побеждает тот, кто ни разу не перепутает направление движения.

«Вызов номеров». Ребята делятся на две равные по числу команды и выстраиваются в колонны по одному перед линией старта. В каждой команде игроки рассчитываются по порядку. На расстоянии 10–12 м против каждой команды ставится поворотная стойка. Учитель произвольно называет различные номера. Игроки, номер которых назвали, добегают до стойки, огибают ее и возвращаются на свое место. Тот, кто сделает это первым, выигрывает 1 очко для своей команды. Побеждает команда, получившая больше очков.

Правило 1: Если оба игрока прибежали одновременно, то очко не присуждается никому.

Правило 2: Если игрок не добежал до конечного пункта, то очко засчитывается его сопернику из другой команды.

«Эстафета цветов (зверей, птиц)». Подготовка и инвентарь те же, что в предыдущей игре. Игроки, стоящие в каждой команде первыми, вторыми и т. д., принимают название цветка (зверя, птицы). Учитель называет любой цветок (зверя, птицу). Участники игры, носящие данное название, бегут к стойке, огибают ее и

возвращаются обратно. Тот, кто прибежит первым, выигрывает 1 очко для своей команды. Побеждает команда, получившая больше очков.

«Пустое место». Играющие становятся в круг на расстоянии полушага друг от друга, руки за спиной. За кругом – водящий. Он бежит за спинами участников игры, дотрагивается до кого-либо, после чего бежит по кругу в другую сторону. Игрок, которого он коснулся, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего прибежать на пустое место. Водящим становится тот, кто не успел занять свободное место.

«Удочка». Дети становятся в круг, а водящий с веревкой в руках – в центр круга. Водящий вращает веревку с мешочком на конце так, чтобы мешочек скользил по полу под ногами игроков. Ребята внимательно наблюдают за движением мешочка и подпрыгивают в тот момент, когда мешочек оказывается около их ног. Задевший мешочек или веревку ногами становится водящим, а бывший водящий идет на его место. Выигрывает тот, кто за установленное время ни разу не зацепил веревку с мешочком.

«Охотники и утки». Играющие делятся на две команды – «охотников» и «уток». «Охотники» образуют круг, перед их носками проводится линия. «Утки» располагаются произвольно внутри круга. У одного из «охотников» в руках мяч. По сигналу учителя «охотники», перебрасывая мяч в разных направлениях, стараются осалить («подстрелить») им «уток», которые свободно передвигаются внутри круга. «Утки» увертываются от мяча. «Охотник», «подстреливший утку», меняется с ней ролями, и игра продолжается. Выигрывают те, кто дольше пробыл в роли «уток».

Игру можно проводить и на время: 3 мин. «стреляют» одни «охотники», затем 3 мин. – другие. Отмечается, кто больше «настрелял уток» за это время.

«Дни недели». Один конец шнура, резинки привязывается к дереву, либо стойке на высоте 40 см, другой конец держит учитель. Он называет первый день недели: понедельник. Дети один за другим с разбега перепрыгивают через шнур. С каждым днем недели высота шнура увеличивается на 5 см. Выигрывают дети, за 7 прыжков меньшее число раз задевшие шнур.

«Кто дальше прыгнет». Дети строятся в две колонны перед прыжковой ямой. Сбоку от ямы делаются отметки, соответствующие 5, 10, 15 очкам. Ребята из первой команды выполняют каждый по одному прыжку и подсчитывают сумму набранных очков. После этого аналогичное задание выполняет вторая команда. Побеждает команда, набравшая большую сумму очков.

«Подвижная цель». Дети строятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками проводится окружность. Один из играющих получает мяч. Выбирается водящий, который идет в середину круга. Участники игры, перекидывая мяч, стараются попасть им в водящего, а водящий – увернуться от мяча. Тот, кто попал в водящего мячом, меняется с ним местами. Игра продолжается 5–7 мин., после чего отмечаются наиболее ловкие водящие, сумевшие продержаться в кругу дольше других, и самые меткие игроки.

Правила: 1. Засчитывается попадание в ноги и в любую часть туловища. Попадание в голову не засчитывается. 2. Попадание мяча, отскочившего от земли, не засчитывается. 3. При броске мяча в водящего нельзя заступать за линию круга.

«Вращение обручей». Дети располагаются по кругу, в руках у каждого обруч. По сигналу учителя они начинают вращать обручи. Побеждает тот, чей обруч вращается дольше. Игра повторяется 2–3 раза, после чего определяются победители. Если обручей на всех не хватает, дети выполняют задание по очереди.

«На новое место». Дети строятся в 2–4 колонны перед линией старта. В 15–20 м от нее проводится еще линия. По сигналу учителя первые и вторые номера в каждой колонне, взявшись за руки, бегут за линию. Первые номера остаются на новом месте, а вторые возвращаются, берутся за руки с игроками, стоящими третьими, и опять бегут до линии. Вторые номера остаются, а третьи возвращаются, чтобы объединиться с четвертыми, и т. д. Побеждает команда, все игроки которой раньше окажутся за второй линией.

Игровые задания с элементами спортивных игр:

волейбол: «Точный пас», «Вверх-вниз», «Навстречу через сетку»;

футбол: «Мяч в сетку», «Порази в цель», «Послушный мяч».

Техническая подготовка (ТП)

Теория (1 час)

Значение технической подготовки в волейболе.

Практика (13 часов)

Стойки игрока.

Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху).

Поддачи снизу.

Прямые нападающие удары.

Защитные действия (блоки, страховки).

Специальная физическая подготовка (СФП)

Практика (36 часов)

Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

Акробатические упражнения.

Подвижные и спортивные игры.

Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

Тактическая подготовка (ТП)

Теория (1 час)

Правила игры в волейбол.

Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика (8 часа)

Тактика подач.

Тактика передач.

Тактика приёмов мяча

Контрольно-оценочные испытания (4 ч.).

Проведение промежуточной аттестации в конце 1 полугодия и итоговой аттестации в конце года. Результативность усвоения и закрепления приобретенных в процессе обучения практических знаний, умений, навыков оценивается по результатам контрольно-переводных нормативам (приложение № 1).

Открытое занятие для родителей. Педагог может использовать альтернативные формы проведения. Итоговое занятие.

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты

Личностные результаты. Обучающиеся должны:

- овладеть начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- сформировать установку на безопасный, здоровый образ жизни, мотивацию к творческому труду, работу на результат, бережное отношение к материальным и духовным ценностям;

- сформировать уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;

- освоить технику перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;

- освоить технику верхних передач;

- освоить технику передач снизу;

- освоить технику верхнего приема мяча;

- освоить технику нижнего приема мяча;

- освоить технику подачи мяча снизу

- овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;

- получить навыки технической подготовки волейболиста;

Метапредметные результаты

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;

- правильно выполнять специальные упражнения;

- правильно восстанавливаться после тренировок;

- правильно составлять свой распорядок дня;

- применять тактические и технические приемы в игре;

Предметные результаты

- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и базовые тактические приемы игры;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;
- играть в волейбол на уровне соревнований учреждения и района.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Продолжительность каникул
1 год	01.09.2022	31.05.2023	36	144	2 раз в неделю по 2 часа	

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

№ п/	Название	Количество
1	Сетка волейбольная со стойками	2
2	Мяч волейбольный	20
3	Манишка (2 цвета по 14 штук)	28
4	Свисток	3
5	Секундомер	2
6	Фишки (конусы)	25
7	Корзина для мячей	1
8	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	5
9	Скамейка гимнастическая (2 м)	2
10	Гантели массивные (1 кг)	20
11	Скакалка (2,6 м)	1
12	Утяжелитель для ног	6
13	Утяжелитель для рук	6
14	Сетка для переноски мячей	2

Кадровые ресурсы: обучение ведет педагог высшей категории, учитель физической культуры Цыганок Александр Александрович

Методическое обеспечение:

1. Особенности организационного процесса

Занятия проводятся в очной форме 2 раза в неделю по 2 академических часа. Программа не предъявляет особых требований к уровню подготовленности обучающихся.

С учетом времени освоения программы и объема материала в группе могут заниматься обучающиеся как одинакового возраста, так и разных возрастных

групп.

2. Методики – авторские методики проведения занятия, методика организации воспитательной работы, методика анализа результатов деятельности, методика организации и проведения массового мероприятия (соревнования, праздника, игровой программы).

3. Методы обучения – методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, диспут, работа с книгой, дискуссия, лекция;

- наглядные: использование оборудования, просмотр фотографий, видеofilmов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов;

- практические: тренировки, соревнования, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить в формате соревнований.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный (качественный показ, демонстрация техники; просмотр видео материалов, мастер-классов, посещение соревнований для повышения общего уровня развития учащихся);

- частично-поисковый;

- исследовательский:

- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание ситуаций, приближенных к соревновательным);

- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Формы организации образовательного процесса: очно, групповая

Формы организации учебного занятия: В процессе реализации программы используются разнообразные формы занятий: беседа, рассказ педагога, сопровождаемый наглядным показом на демонстрационной доске, сеанс одновременной игры, турниры внутри группы. В пределах одного занятия виды

деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся и позволяет избежать их переутомления. К практическим заданиям, адресованным обучающимся, могут привлекаться родители (при условии предварительного консультирования с педагогом). При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей. Занятия проводятся 2-3 раза в неделю по 1-2 часа с перерывом 5 минут.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия:

- подготовка к проведению занятия (проветривание спортивного зала, подготовка необходимого инвентаря);
- организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний);
- теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала);
- практическая часть – закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры);
- окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия)

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Подведение итогов реализации данной программы осуществляется через итоговые открытые занятия, контрольные нормативы, тестирование, показательные выступления и соревнования. С обучающимися, которые начинают обучение по программе, проводится входная диагностика (тестирование) для выявления уровня умений и навыков. Также проводится промежуточная аттестация по итогам изучения разделов и тем программы. Итоговая аттестация осуществляется в конце учебного года.

Для учащихся младшего школьного возраста: беседа, викторина, турниры внутри кружка, сдача спортивных нормативов, соревнование, тестирование;

Для учащихся дошкольного возраста: игра, беседа, викторина, конкурс, турниры, матчи.

Результаты аттестации заносятся в диагностическую карту и должны отражать

уровень планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы.

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, муниципальных и региональных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в волейбол, привитие любви к спортивным играм.

Оценочные материалы. Контрольные нормативы даны в приложении к программе № 1.

Медицинский контроль здоровья обучающихся осуществляется медицинским работником 1 раз в год.

Программа предполагает индивидуальное консультирование в течение учебного года и предсоревновательную подготовку учащихся.

Знания и умения оцениваются по уровням.

Высокий:

- четкое выполнение полученных знаний в соответствии с требованиями учебной программы;

- допускаются несущественные ошибки, самостоятельно исправленные учащимися;

- учитывается оригинальность, умение применять не стандартный метод решения поставленной задачи.

- самостоятельное выполнение, применяет полученные знания в комплексе.

Средний:

- знания по волейболу излагаются в соответствии с требованиями учебной программы;

- допускаются отдельные ошибки, не исправленные учащимися, но указаны тренером;

- ошибочная подача мяча.

Допустимый:

- изложение полученных знаний не полной мере;

- допускаются отдельные существенные ошибки и попытка самостоятельного их

исправления;

- Не отработаны правила подачи мяча.

При работе с обучающимися решаются следующие задачи:

1. Укрепление здоровья.

2. Овладение широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, освоение техники естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.).

3. Обучение основам техники владения мячом.

4. Развитие физических качеств с акцентом на быстроту, ловкость и координационные способности.

5. Овладение знаниями о физической культуре и спорте в России, об истории развития волейбола; о гигиене, закаливании, режиме и питании спортсмена.

6. Овладение теоретическими и практическими технико-тактическими навыками.

7. Выполнение нормы общей и специальной физической подготовки.

Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований, внутри-секционных турнирах. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

2.4. Список литературы

Литература для педагога

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. Кофмана. – 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.

Литература для учащихся:

17. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С. Родиченко и др. – М.: Физкультура и спорт, 2005. 144 с.
18. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт, 1989.
19. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы

Приложение № 1

Контрольные нормативы

Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м)	5,0	6,0
	в прыжке с места (м)	7,5	9,5

Контрольные нормативы по технической подготовке (девушки и юноши)

№ п/п	Контрольные нормативы	Зачет
1.	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	
2.	Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4	
3.	Передача сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование)	
4.	Подача на точность: 10-12 лет - верхняя прямая; 13-15 лет-верхняя прямая по зонам; 16-17 лет- в прыжке	
5.	Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (в 16-17 лет с низкой передачи)	
6.	Нападающий удар с переводом из зоны 2 в зону 5, из зоны 4 в зону 1 (16-17 лет с передачи за голову)	
7.	Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность	
8.	Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность	
9.	Блокирование одиночное нападающего из зоны 4 (2) по диагонали	

3.2. Методические материалы

Методическая литература (см. список литературы) и методические разработки: календарно-тематическое планирование, планы-конспекты занятий, годовой план воспитательной работы, сценарии воспитательных мероприятий, дидактический материал т.д.

3.3. Календарно-тематическое планирование

№	Название темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации и/контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		

1	Введение. История возникновения и развития волейбола.	1				
2	Правила безопасности при занятиях волейболом. Правила игры.	2				
3	Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.	2				
4	ОРУ на месте без предметов	2				
5	ОРУ на месте без предметов	2				
6	ОРУ в движении без предметов	2				
7	ОРУ в движении без предметов	2				
8	ОРУ с набивными мячами	2				
9	ОРУ с набивными мячами	2				
10	ОРУ с волейбольными мячами	2				
11	ОРУ с волейбольными мячами	2				
12	ОРУ в парах	2				
13	ОРУ в парах	2				
14	Значение ОФП в подготовке волейболистов. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости,	2				

	прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.					
15	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
16	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
17	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
18	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
19	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
20	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
21	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
22	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
23	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
24	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
25	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
26	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
27	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
28	Эстафеты. Подвижные игры.	2				

29	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
30	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
31	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
32	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
33	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
34	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
35	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
36	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
37	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
38	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
39	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
40	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
41	Эстафеты. Подвижные игры.	2				
42	Значение технической подготовки в волейболе. Стойки игрока.	2				
43	Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху).	2				
44	Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху).	2				

45	Подачи снизу.	2				
46	Прямые нападающие удары.	2				
47	Защитные действия (блоки, страховки).	2				
48	Защитные действия (блоки, страховки).	2				
49	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
50	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
51	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
52	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
53	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
54	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
55	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
56	Специальная физическая	2				

	подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры					
57	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
58	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
59	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
60	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
61	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
62	Специальная физическая подготовка (СФП). Подвижные и спортивные игры	2				
63	Специальная физическая подготовка (СФП). Акробатические упражнения.	2				
64	Специальные эстафеты и контрольные упражнения	2				
65	Правила игры в волейбол. Тактика подачи.	2				
66	Тактика подачи.	2				

67	Тактика передач.	2				
68	Тактика передач.	2				
69	Тактика приёмов мяча	2				
70	Тактика приёмов мяча	2				
71	Контрольно-оценочные испытания	2				
72	Контрольно-оценочные испытания	2				
73	Итоговое занятие	1				
ИТОГО:		144				

3.4. Лист корректировки

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №1 имени Героя Советского Союза Максима Губанова города
Евпатории Республики Крым»**

РАССМОТРЕННО
на заседании МО
протокол № _____
от «__» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАННО
Зам. директора по УВР
_____ И. Е. Полякова
от «__» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СШ
№ 1 им. М. Губанова»
_____ Ф. Л. Хитрич
от «__» _____ 20__ г.

ЛИСТ КОРРЕКЦИИ

№ п/п	Дата занятия по плану	Тема урока	Причина корректировки	Дата проведения по факту	Способ корректировки