

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА МАКСИМА
ГУБАНОВА ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»**

СОГЛАСОВАНА
на заседании
педагогического совета
МБОУ «СШ № 1 им.М.Губанова»
Протокол № 1 от 27.01.2025

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
МБОУ «СШ № 1 им. М. Губанова» от
14.03.2025 г. № 282

**Дополнительная общеобразовательная программа
спортивной направленности
«Волейбольная школа»**

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 21 час

Автор: Никифорова Е.В.

Евпатория 2025

Нормативно-правовое обеспечение программы

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17.08.2024 г. № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

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

Комплекс основных характеристик
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа раскрывает содержание, структуру и объём курса занятий направленных на повышение уровня физического здоровья, физической подготовленности, а так же развитию интереса к занятиям волейболом и общей культуры личности подрастающего поколения.

Актуальность данной программы в том, что занятия массовым спортом способствуют укреплению здоровья, а ситуация со здоровьем детей и подростков в нашей стране приобрела катастрофический характер, так что об этой проблеме заговорили не только врачи, но и широкая общественность, средства массовой информации. Возросло количество детей употребляющих наркотики, алкоголь, не говоря уже о курении. Нервные расстройства, связанные с чрезмерным увлечением компьютерными играми и просмотром телевизора, увеличивающейся информационной нагрузкой не способствуют укреплению здоровья. Современные условия жизни предъявляют высокие требования к уровню физического развития, работоспособности и защитным свойствам организма. Что скрывается за понятием «здоровый человек»? Сила, гибкость, ловкость, подвижность суставов и растяжка сухожилий, пластика движений, способность управлять собственным телом и волей. Именно эти качества и предусматривает развивать эта дополнительная образовательная программа.

Новизна программы в том, что предлагается сделать следующие изменения — на начальном этапе физического воспитания школьника в занятия ввести раздел подвижных игр с элементами игры с мячом и волейбола, а так же привить у ребенка интерес к развитию своего организма: к оздоровлению и физическому совершенствованию. Исходя из поставленных задач занятия, можно изменить большинство известных подвижных игр так, что это «мощное» средство будет безотказно работать, развивая учащихся, занимающихся тем или иным видом спорта. Известно, что чем больше эмоциональное воздействие на ребёнка оказывают занятия, тем быстрее и прочнее идёт освоение материала. А уж в присутствии эмоциональности подвижным играм отказать сложно. С помощью таких игр и предусматривается развитие у детей первоначальных навыков игры в волейбол: развитие ловкости, внимания, подвижности, гибкости, коллективной игры, духа соревнований.

Педагогическая целесообразность данной программы в том, что подобные действия и необходимую технику базовых и прикладных движений педагог не закладывает принудительно, а ставит их в условия необходимости изучения данного технического действия, чтобы использовать в дальнейшем в играх. Освоение технического действия воспринимается как естественный процесс,

необходимый для соблюдения правил игры. Предлагаемые подвижные игры могут использоваться, как для занятий на уроках в начальных классах, так и для работы секции волейбола в системе дополнительного образования детей. Занятия проходят с меньшей напряженностью и большей плотностью, чем в обычных условиях, — все это привлекает на занятия детей. Групповые занятия всегда развивают в детях способность контактировать и находить общий язык со сверстниками. Нет необходимости искать специфические игры можно взять самые распространённые и перестроить их под цели задачи занятия. Перестройка игр происходит по принципу «от простого к сложному» и «от изученного к неизученному». Создается условие для активного участия ребенка в изучении технического арсенала данного вида спорта и поисков решения поставленной перед ним проблемы. Развивая, с помощью игровых заданий, ловкостные и другие двигательные качества мы подготавливаем детей для дальнейших занятий волейболом.

Отличительная особенность данной программы заключается в поэтапном преемственном развитии обучающихся, начиная с 6-7 летнего возраста. На начальном этапе развитие необходимых двигательных качеств и подготовка организма ребёнка к занятиям на следующих этапах.

Преимущественное двигательное качество волейболиста — ловкость. Сензитивный период развития данного двигательного качества до 12 лет, в дальнейшем развитии ловкости будет испытывать трудности. Для этого и создана эта дополнительная образовательная программа, чтобы как можно раньше увидеть в ребенке качества, присущие волейболисту и развивать их.

Цель программы — развитие физически здоровой и нравственно полноценной личности через спортивно—оздоровительные занятия с элементами игры в волейбол, формирование устойчивых мотивов и потребностей в занятиях физической культурой и спортом.

Задачами программы являются:

1. Развитие основных двигательных качеств и повышение функциональных возможностей организма. Улучшение физической подготовленности обучающихся.
2. Формирование основ здорового образа жизни занимающихся и укрепление здоровья по средствам регулярных занятий, а также соблюдения спортивного режима.
3. Занятость детей во внеурочное время, профилактика правонарушений и асоциального поведения.
4. Воспитание положительных качеств личности: трудолюбия, упорства, целеустремлённости. Создание условий для наиболее полной самореализации личности.
5. Освоение техники базовых и прикладных движений, в том числе присущих волейболистам.

6. Развитие ловкостных двигательных качеств школьника.
7. Отбор перспективных учащихся в спортивные секции.

Возраст детей участвующих в реализации данной программы с 7 до 12 лет.

Формы занятий используемые в процессе реализации программы: беседы, занятия соревновательного, спортивно-рекреационного, игрового типа.

Режим занятий: Занятия проводятся 7 раз в неделю, всего – 21 занятие за лагерную смену

Ожидаемые результаты. В результате освоения дополнительной образовательной программы «Веселый волейбол» обучающиеся должны

ЗНАТЬ:

- ✓ основы ЗОЖ (личную гигиену, спортивный режим, основы закаливания и правила рационального питания);
- ✓ простейшие Правила соревнований их терминологию;
- ✓ основы техники выполнения двигательных действий.

УМЕТЬ:

- ✓ планировать и проводить самостоятельные занятия утренней гигиенической гимнастикой;
- ✓ производить подготовку и участвовать в соревнованиях по общей физической подготовке;
- ✓ искать и устранять ошибки в физической подготовке;
- ✓ выполнять работы по подготовке инвентаря и оборудования, а также помещения к занятиям;
- ✓ выполнять базовые прикладные технические действия, изученные в процессе занятий;

ДЕМОНСТРИРОВАТЬ:

- ✓ уровень общей физической подготовленности соответствующий возрасту;
- ✓ уровень специальной физической подготовленности соответствующий возрасту;

Способы проверки результатов — Диагностика здоровья в начале и конце смены.

Формы подведения итогов реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием родителей, тест на проверку уровня здоровья.

2. УЧЕБНО–ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН – 21 час

№	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Техника безопасности. Диагностика здоровья.	3	1	2
2.	Спортивный праздник по сказкам А.С. Пушкина	1		1
3.	«Пионербол»	7	1	6
4.	Олимпийские игры	5	1	4
5	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	5	1	4

3. СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

	Название темы	Количество часов	Содержание деятельности
1.	Техника безопасности.	1 час	Знакомство с отрядом. Расписание занятий. Правила безопасного поведения в спортивном зале. Правила безопасности при проведении подвижных игр и игровых заданий. Правила поведения во время проведения массовых спортивных мероприятий.
2.	Диагностика здоровья.	2 часа	Проверка уровня здоровья у детей на начало лагерной смены. Составление карт здоровья. Самостоятельная оценка уровня здоровья. Анкетирование по теме: «Что мы знаем о здоровье».
3	Спортивный	1 час	Спортивные эстафеты «По

	праздник по сказкам А.С. Пушкина		сказкам Пушкина».
4	«Пионербол»	7 часов	- Пионербол – как разновидность волейбола. - ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий и высокий. - ОРУ с мячами и скакалками. Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Игра «Три касания». - ОРУ с мячами. Подачи. Ознакомительная игра в пионербол.
5	Олимпийские игры.	5 часов	-История возникновения олимпийских игр, виды спорта олимпийских игр, участники, зимние и летние олимпийские игры. Игра в пионербол. - «Большая шуточная олимпиада» спортивно-игровая программа.
6	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!» Заключительное занятие. Подведение итогов.	5 часов	Беседа о закаливании организма летом, о пользе и вреде солнечного загара. Летние игры. Спортивный праздник «Веселые старты» (по возможности с родителями), награждение занимающихся в кружке.

4. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

№ п/п	Название.	Автор.	Издательство.	Год издания.
1.	Школа мяча: учебно-методич. пособие	Николаева Н.И.	Детство-Пресс	2008
2.	Основы развития двигательной	Воронина Г.А., Кардапольцева	Киров	2009

	активности младших школьников	В.Н., Рякина Т.П.		
3.	Журнал «Спорт в школе» - «Нестандартные игры и эстафеты» № 23	Кучкильдин Э.	Первое сентября	2007
4.	Журнал «Спорт в школе» - «Путешествие в страну здоровья». № 11	Кондрашина О.	Первое сентября	2002
5.	Русские детские подвижные игры	Покровский Е.А.	Речь	2011
6.	Физкультура в начальной школе	Болонов Г.П.	Сфера	2005
7.	Физкультура в начальной школе: внеклассная работа.	Видякин М.	Корифей	2006
8.	Формирование здорового образа жизни у дошкольников.	Каропова Т.	Учитель	2010