

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Рыльская средняя общеобразовательная школа №1 им. Г.И. Шелехова»
Города Рыльска Курской области

Принято
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2023



Утверждено
Директор МБОУ «Рыльская СОШ №1
им. Г.И. Шелехова»
В.В. Милонов
Приказ № 1-199 от 31.08.2023

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»**

Срок реализации 1 год
Возраст обучающихся 14-18 лет

Составитель: А.Н. Свидер, педагог
дополнительного образования

2023 учебный год

Структура программы

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель программы
- 1.3. Задачи программы
- 1.4. Планируемые результаты
- 1.5. Содержание программы

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Оценочные материалы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Методические материалы
- 2.5. Условия реализации программы

3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Приложение

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с нормативными документами

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р.;
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242);
- Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО «Об образовании в Курской области»;
- Государственная программа Курской области «Развитие образования в Курской области», утвержденной постановлением Администрации Курской области от 15.10.2013 № 737-па;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 г. № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
- Устав МБОУ «МБОУ «РСОШ №1 им.Г.И.Шелехова»;
- Положение «О дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБОУ «РСОШ №1 им.Г.И.Шелехова».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» относится к программам физкультурно - спортивной направленности. Уровень сложности программы - стартовый. Программа соответствует требованиям к содержанию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение раздела «волейбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Программа «Волейбол» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий,

учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.

-принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.

-принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.

- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

Формы контроля: зачеты, товарищеские игры, соревнования, практические занятия.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Адресат программы: дети в возрасте от 14 до 18 лет.

Срок реализации и объем программы: 1 год (144 часа).

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: групповая; игровая; индивидуально-игровая; в парах; индивидуальная; практическая; комбинированная; соревновательная.

Виды проведения занятий: практическое

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы

Углублённое изучение спортивной игры волейбол.

1.3. Задачи программы

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах - уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- 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;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

1.5. Содержание программы Учебный план

Таблица 1

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Форма аттестации и контроля |
|-----------|--|------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. | 2 | 2 | | Беседа |
| 2. | Общеразвивающие и подготовительные упражнения. | 2 | | 2 | Контрольные нормативы по общей физической подготовленности |
| 3. | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 4. | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |

| | | | | | |
|-----|--|---|--|---|--------------------------------|
| | повороты, прыжки вверх) | | | | |
| 5. | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 6. | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 7. | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 8. | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 9. | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 10. | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 11. | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 12. | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 13. | Передача мяча снизу двумя руками над собой | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 14. | Передача мяча снизу двумя руками над собой | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 15. | Передача мяча снизу двумя руками в парах | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 16. | Передача мяча снизу двумя руками в парах | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 17. | Нижняя прямая | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 18. | Нижняя прямая | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 19. | Верхняя прямая | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 20. | Верхняя прямая | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |

| | | | | | |
|-----|--|---|--|---|--------------------------------|
| 21. | Верхняя прямая | 2 | | 2 | Совершенствование техники игры |
| 22. | Учебная игра Волейбол | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 23. | Подача в прыжке | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 24. | Подача в прыжке | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 25. | Подача в прыжке | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 26. | Подача в прыжке | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 27. | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 28. | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 29. | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 30. | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 31. | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 32. | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 33. | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 34. | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 35. | Прием мяча снизу двумя руками | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 36. | Прием мяча снизу двумя руками | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 37. | Прием мяча сверху двумя руками | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 38. | Прием мяча сверху двумя руками | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 39. | Прием мяча, отраженного сеткой | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 40. | Прием мяча, отраженного сеткой | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 41. | Совершенствование техники приема мяча. | 2 | | 2 | Тренировочная игра |

| | | | | | |
|-----|--|---|--|---|--------------------|
| 42. | Совершенствование техники приема мяча. | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 43. | Учебная игра Волейбол | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 44. | Одиночное блокирование | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 45. | Одиночное блокирование | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 46. | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 47. | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 48. | Страховка при блокировании | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 49. | Страховка при блокировании | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 50. | Блокирование нападающего броска с передачи. Поддача мяча. Игра по упрощённым правилам. | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 51. | Блокирование нападающего броска с передачи. Поддача мяча. Игра по упрощённым правилам. | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 52. | Индивидуальные тактические действия в нападении, защите | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 53. | Групповые тактические действия в нападении, защите | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 54. | Групповые тактические действия в нападении, защите | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 55. | Учебная игра Волейбол | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 56. | Командные тактические действия в нападении, защите | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 57. | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 58. | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 59. | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 60. | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | | Тренировочная игра |
| 61. | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и | 2 | | 2 | Тренировочная игра |

| | | | | | |
|-----|---|------------|----------|------------|---|
| | тактических действий | | | | |
| 62. | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 63. | Игры развивающие физические способности | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 64. | Игры развивающие физические способности | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 65. | Игры развивающие физические способности | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 66. | Игры развивающие физические способности | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| 67. | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | 2 | Зачетные занятия по общей физической подготовленности |
| 68. | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | 2 | Зачетные занятия по общей физической подготовленности |
| 69. | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | 2 | Зачетные занятия по общей физической подготовленности |
| 70. | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | 2 | Зачетные занятия по общей физической подготовленности |
| 71. | Судейство учебной игры в волейбол | 2 | 1 | 1 | Тренировочная игра |
| 72. | Игра Волейбол. | 2 | | 2 | Тренировочная игра |
| | Итого | 144 | 3 | 141 | |

Содержание программы

Основные понятия об игре в волейбол.

Понятие о спортивной тренировке, её цель, задачи и основное содержание. Понятие физической культуры. Физическая культура как средство воспитания организованности, трудолюбия, воли и других нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков. Комплектование группы.

Правила волейбола.

Правила игры в волейбол. Основные правила соревнований.

Тактическая подготовка игроков.

Основное содержание тактики и тактической подготовки. Командная и индивидуальная тактика. Тактика защиты и нападения.

Физическая подготовка игроков.

Понятие о физической подготовке юного спортсмена. Основные сведения о её содержании и видах. Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.

Техническая подготовка игроков.

Ознакомление начинающих волейболистов с основными группами технических приёмов, позволяющих успешно вести игровую деятельность.

Передачи мяча.

Передача мяча сверху двумя руками; над собой и после перемещения различными способами; в парах; в треугольнике; передачи в стену; на точность с собственного подбрасывания и партнёра.

Командные действия.

Система игры со второй передачи игроком передней линии: приём подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4 (2).

Приём подачи.

Подающие поочередно подают мяч. На противоположной стороне площадки игроки принимают мяч к сетке в зону 3. В зоне 3 игрок отбивает мяч через сетку. Выполнив предварительно передачу над собой. После 3-4 подач принимающие смещаются по кругу.

Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.

Стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.

Подача мяча.

Нижняя прямая (боковая); в стену – расстояние 6-9м, отметка на высоте 2м, через сетку – расстояние 6м, 9м; из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую половины площадки.

Атакующие удары.

Прямой нападающий удар; ритм разбега в три шага; ударное движение кистью по мячу: стоя у стены; удар через сетку, подброшенному партнером; удар с передачи.

Игра в защите. Блокирование.

Блокирование в прыжке; блокирование удара по подброшенному мячу (блокирующий на подставке, на площадке), удар с передачи (блок).

Упражнения на развитие прыгучести.

Прыжковые упражнения с отягощениями и без них, основные и имитационные упражнения.

1. Прыжки с места, с разбега, доставая баскетбольный щит, кольцо.
2. Прыжки из глубокого приседа.
3. Прыжки со скакалкой на двух ногах (варианты: с ноги на ногу; с продвижением вперед; на одной ноге; в приседе; высоко поднимая бёдра).

Игра в нападении.

Удар из зоны 4 с передачи из зоны 3, удар из зоны 2 с передачи из зоны 3, удар из зоны 3 с передачи из зоны.

Комплексные технические упражнения.

Жонглирование мячом. Выполняются попеременно удары правой и левой ногой. Техника защиты. Передача сверху двумя руками в прыжке. Чередование способов передачи мяча.

Групповые действия волейболистов.

Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4 и 2; при второй передаче игроков зон 3, 4, 2; взаимодействие при первой передаче игроков зон 6, 5, 1 и 3, 4, 2 при приёме подачи.

II. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

| № п/п | Группа | Год обучения, Номер группы | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий | Нерабочие праздничные дни | Сроки проведения промежуточной аттестации |
|-------|-----------|----------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------|---------------------------|---|
| 1. | Группа №1 | 1 год обучения | 01.09.2023 | 31.05.2024 | 36 | 72 | 144 | | | Декабрь, май |

2.2. Оценочные материалы

| Технический прием | Контрольное упражнение | Оценка | | | | | |
|-------------------|---|---------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | | юноши | | | девушки | | |
| | | Высокий | Средний | Низкий | Высокий | Средний | Низкий |
| Подача мяча | 1. подача мяча (из 5 попыток) | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| | 2. подача мяча по зонам (из 3 попыток) | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | - |
| Прием мяча | 1. Прием мяча после подачи (из 5 попыток) | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 |

| | | | | | | | |
|-------------------|--|---|---|---|---|---|---|
| | 2. Прием мяча от сетки (из 3 попыток) | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |
| Нападающий бросок | 1. Нападающий бросок с первой линии (из 3 попыток) | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |
| | 2. Нападающий бросок со второй линии (из 5 попыток) | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | - |
| Блокирование | Блокирование нападающего броска (из 5 попыток) | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | - |

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

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

2.3. Формы аттестации

Для *оценки результативности учебных занятий* применяются следующие виды и формы контроля:

Таблица 3

| Вид контроля | Форма контроля |
|--|------------------------|
| Вводный контроль | Беседа |
| Текущий контроль (по итогам занятий) | ОФП и сдача нормативов |
| Тематический контроль (по итогам завершения каждой темы) | Тренировочная игра |

Формы контроля

Вводный (первичный) контроль проводится на первых занятиях с целью выявления образовательного уровня. Осуществляется в форме собеседования.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме сдачи нормативов по ОФП.

Итогом реализации программы является тренировочная игра и выступления на соревнованиях.

А также практика и наблюдение педагога за индивидуальной и групповой деятельностью обучающихся.

Проведение мониторинга предполагает:

- наблюдение за активностью обучающегося во время занятий
- первичные навыки и умения

В программе предусмотрена шкала оценки результатов:

Минимальный уровень - обучающийся не освоил образовательную программу, не регулярно посещал занятия.

Базовый уровень - обучающийся стабильно занимается, регулярно посещает занятия, освоил образовательную программу.

Высокий уровень - обучающийся проявляет устойчивый интерес к занятиям, показывает положительную динамику развития способностей, проявляет инициативу и творчество.

Данная система оценки качества и эффективности деятельности участников образовательного процесса позволяет сравнивать ожидаемый и конечный результат образовательной деятельности.

2.4. Методические материалы.

Педагогические технологии. На занятиях применяются современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы:

- технологии личностно-ориентированного обучения;
- технологии продуктивного обучения;
- технологии дистанционного обучения;
- игровые технологии;
- технологии сотрудничества;
- здоровьесберегающие технологии.

Методы обучения. В процессе реализации программы применяется ряд методов и приёмов:

- наглядно-образный метод (наглядные пособия, обучающие и сюжетные

- иллюстрации, видеоматериалы, показ педагога);
- словесный метод (рассказ, объяснение, беседа);
 - практический метод (выполнение упражнений, развивающих заданий);
 - репродуктивный метод (объяснение нового материала на основе изученного);
 - метод формирования интереса к учению (игра, создание ситуаций успеха, занимательные материалы);
 - метод контроля и самоконтроля.
- методы убеждение, поощрение, поручение, стимулирование, мотивация,
- создание ситуации успеха.

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов и приемов обучения по выбору педагога.

| № п/п | Название раздела, темы | Материально техническое оснащение, дидактико – методический материал | Формы учебного занятия | Формы контроля аттестации |
|-------|--|--|------------------------|--------------------------------------|
| 1 | Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 2 | Общеразвивающие и подготовительные упражнения. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 3 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 4 | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 5 | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 6 | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 7 | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 8 | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 9 | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 10 | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 11 | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 12 | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 13 | Передача мяча снизу двумя руками над собой | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 14 | Передача мяча снизу двумя руками над собой | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 15 | Передача мяча снизу двумя руками в парах | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 16 | Передача мяча снизу двумя руками в парах | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 17 | Нижняя прямая | Спортивный | Беседа, | Тренировочная игра, |

| | | | | |
|----|--|----------------|-------------|--------------------------------------|
| | | зал | ОФП | сдача нормативов |
| 18 | Нижняя прямая | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 19 | Верхняя прямая | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 20 | Верхняя прямая | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 21 | Верхняя прямая | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 22 | Учебная игра Волейбол | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 23 | Подача в прыжке | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 24 | Подача в прыжке | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 25 | Подача в прыжке | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 26 | Подача в прыжке | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 27 | Прямой нападающий удар (по ходу) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 28 | Прямой нападающий удар (по ходу) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 29 | Прямой нападающий удар (по ходу) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 30 | Прямой нападающий удар (по ходу) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 31 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 32 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 33 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 34 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 35 | Прием мяча снизу двумя руками | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 36 | Прием мяча снизу двумя руками | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 37 | Прием мяча сверху двумя руками | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 38 | Прием мяча сверху двумя руками | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 39 | Прием мяча, отраженного сеткой | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 40 | Прием мяча, отраженного сеткой | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 41 | Совершенствование техники приема мяча. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 42 | Совершенствование техники приема мяча. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 43 | Учебная игра Волейбол | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 44 | Одиночное блокирование | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 45 | Одиночное блокирование | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |

| | | | | |
|----|---|----------------|-------------|--------------------------------------|
| 46 | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 47 | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 48 | Страховка при блокировании | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 49 | Страховка при блокировании | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 50 | Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 51 | Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 52 | Индивидуальные тактические действия в нападении, защите | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 53 | Групповые тактические действия в нападении, защите | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 54 | Групповые тактические действия в нападении, защите | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 55 | Учебная игра Волейбол | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 56 | Командные тактические действия в нападении, защите | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 57 | Двухсторонняя учебная игра | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 58 | Двухсторонняя учебная игра | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 59 | Двухсторонняя учебная игра | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 60 | Двухсторонняя учебная игра | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 61 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 62 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 63 | Игры развивающие физические способности | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 64 | Игры развивающие физические способности | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 65 | Игры развивающие физические способности | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 66 | Игры развивающие физические способности | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 67 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 68 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 69 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |

| | | | | |
|----|--|----------------|-------------|--------------------------------------|
| 70 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 71 | Судейство учебной игры в волейбол | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| 72 | Игра Волейбол. | Спортивный зал | Беседа, ОФП | Тренировочная игра, сдача нормативов |
| | Итого: | 144 | | |

2.5. Материально-технические условия.

Кабинет. Для занятий используется спортивный зал, отвечающий санитарно – техническим нормам.

- мячи и свисток;
- обручи;
- скакалки;
- маты;
- специализированная литература по предметам (книги, журналы);
- персональный компьютер, ноутбук (рабочее место педагога).

Кадровое обеспечение

Программу реализовывают: педагог дополнительного образования с высшим, средним педагогическим образованием, или прошедший переподготовку по соответствующему профилю. Педагог должен иметь навыки работы с ноутбуком, аудиоаппаратурой.

I. Рабочая программа воспитания

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

Воспитание представляет собой многофакторный процесс, поскольку формирование личности происходит под влиянием семьи, образовательных учреждений, среды ровесников, общественных организаций, средств массовой информации, искусства, социально-экономических условий жизни и др. К тому же воспитание является долговременным и непрерывным процессом, результаты которого носят отсроченный характер.

Приоритетными направлениями в организации воспитательной работы являются: гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, художественно-эстетическое, спортивно-оздоровительное, трудовое, а также воспитание познавательных интересов.

Цель и задачи воспитательной работы

Цель: овладение представлениями о базовых ценностях, а также

выработанных обществом нормах и правилах поведения, приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Задачи:

- ознакомить с символикой Российской Федерации, воспитать у детей чувства патриотизма, уважения к своей Родине;
- воспитать любви к родному краю, народным традициям, культуре своего народа, православной истории;
- ознакомить детей с семейными ценностями, воспитывать любовь и уважение к родителям, старшим, воспитание заботливости, чувства сопереживания;
- укрепить здоровье, приобщить к здоровому образу жизни, развитие двигательной и гигиенической культуры детей, формирование экологической культуры;
- развить гуманистическое отношение детей к миру, воспитать культуру общения, эмоциональной отзывчивости и доброжелательности к людям;
- приобщить детей, к спорту и развивать спортивный интерес.

Приоритетные направления деятельности:

- Общекультурное
- Духовно – нравственное
- Здоровьесберегающее
- Социальное
- Гражданско – патриотическое и правовое воспитание

Формы и методы:

- Беседы на тему «Символика Российской Федерации»;
- Конкурсы между группами на лучшую игру КВН;
- Посещение музея МБОУ ДО «Рыльский ДДТ»;
- Мастер-классы «Зарядка за 5 минут»
- Презентация «Моя Родина – Россия!»
- просмотр видеоматериалов.

Результатом воспитательной работы можно считать позитивные изменения по всем основным направлениям деятельности в области гражданско-патриотического, духовно-нравственного, художественно-эстетического, спортивно-оздоровительного, трудового, познавательного развития детей.

**Календарный план воспитательной работы
объединения «Волейбол» на 2023- 2024 уч. г.**

| Мероприятия название) | (форма, Форма проведения | Месяц | Ответственные |
|--|---|----------|---------------------|
| Социальная акция по вовлечению в деятельность детских творческих объединений «Дополнительное образование доступно каждому» | Квест- игра | Сентябрь | Педагог |
| Конкурс рисунков «Улыбка, радость, детство» Родительское собрание | Конкурс - выставка | Сентябрь | Педагог |
| Соблюдение правил по технике безопасности Просмотр видеоматериалов Пожарная безопасность «Правила поведения при пожаре» Антитеррористическая безопасность Профилактическая беседа | беседа | Сентябрь | Педагог |
| Конкурс рисунков «Времена года» | Конкурс - выставка | Октябрь | Педагог |
| Посещение музея ДДТ | экскурсия | Октябрь | Педагог Методист |
| Профилактическая беседа «Телефон –здоровье и вред» | беседа | Октябрь | Педагог |
| Единый урок по теме: «Мир профессий» | Виртуально е путешестви е Игра. | Октябрь | Педагог |
| Беседа о толерантности | беседа | Ноябрь | Педагог |
| Правила дорожного движения (беседа по ПДД) | беседа | Ноябрь | Педагог |
| «Осторожно, гололед!» | беседа | Декабрь | Педагог |
| Участие в конкурсе творческих работ «Рождественское чудо» | Конкурс выставка | Декабрь | Педагог |
| «Пиротехнические средства» | беседа | Декабрь | Педагог |
| Участие в праздничных мероприятиях «Рождественская елка» | Конкурс выставка | Январь | Педагог |
| «День защитника Отечества» | праздник | Февраль | Педагог |

| | | | |
|--|------------------------------------|---------|---------|
| Беседы с родителями «Привитие уважения к старшему поколению» | беседа | Февраль | Педагог |
| Праздник «Моя мама –Ангел» | Праздник | Март | Педагог |
| «Масленица» сохранение традиций | Праздник, игра | Март | Педагог |
| «Бережно относись к своим вещам» | беседа | Март | Педагог |
| Акция «Живи книга» Игра-путешествие в мир книг | Виртуально е путешестви е | Апрель | Педагог |
| Акция памяти «Встреча с ветеранами ВОВ» Участие с родителями в торжественном шествии, посвященному Дню Победы | Встреча, Возложение | Май | Педагог |
| Экскурсия Посещение городского музея | Экскурсия | Май | Педагог |
| «День здоровья» | Игра, конкурс | Май | Педагог |

IV. Список литературы

- 1.Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол» (спортивные дисциплины «Волейбол» и «Пляжный волейбол»). / Под общей редакцией Ю.Д. Железняк, В.В. Костюкова, А.В. Чачина – М.: 2016. – 210 с.
- 2.Справочник учителя физической культуры.
- 3.Физическая культура. 8 – 11 классы. Составитель В.И. Лях. Издательство. Просвещение 2001 год.

Календарный учебный график

| № | Тема | Всего часов | Дата | Дата |
|----|--|-------------|------|------|
| | | | План | Факт |
| 1 | Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. | 2 | | |
| 2 | Общеразвивающие и подготовительные упражнения. | 2 | | |
| 3 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед | 2 | | |
| 4 | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) | 2 | | |
| 5 | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | 2 | | |
| 6 | Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) | 2 | | |
| 7 | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | 2 | | |
| 8 | Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх | 2 | | |
| 9 | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | 2 | | |
| 10 | Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) | 2 | | |
| 11 | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | 2 | | |
| 12 | Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи | 2 | | |
| 13 | Передача мяча снизу двумя руками над собой | 2 | | |
| 14 | Передача мяча снизу двумя руками над собой | 2 | | |
| 15 | Передача мяча снизу двумя руками в парах | 2 | | |
| 16 | Передача мяча снизу двумя руками в парах | 2 | | |
| 17 | Нижняя прямая | 2 | | |
| 18 | Нижняя прямая | 2 | | |
| 19 | Верхняя прямая | 2 | | |
| 20 | Верхняя прямая | 2 | | |
| 21 | Верхняя прямая | 2 | | |
| 22 | Учебная игра Волейбол | 2 | | |
| 23 | Подача в прыжке | 2 | | |
| 24 | Подача в прыжке | 2 | | |
| 25 | Подача в прыжке | 2 | | |
| 26 | Подача в прыжке | 2 | | |
| 27 | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | |
| 28 | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | |
| 29 | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | |
| 30 | Прямой нападающий удар (по ходу) | 2 | | |
| 31 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | |
| 32 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | |
| 33 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | |
| 34 | Нападающий удар с переводом вправо (влево) | 2 | | |
| 35 | Прием мяча снизу двумя руками | 2 | | |
| 36 | Прием мяча снизу двумя руками | 2 | | |

| | | | | |
|----|--|-----|--|--|
| 37 | Прием мяча сверху двумя руками | 2 | | |
| 38 | Прием мяча сверху двумя руками | 2 | | |
| 39 | Прием мяча, отраженного сеткой | 2 | | |
| 40 | Прием мяча, отраженного сеткой | 2 | | |
| 41 | Совершенствование техники приема мяча. | 2 | | |
| 42 | Совершенствование техники приема мяча. | 2 | | |
| 43 | Учебная игра Волейбол | 2 | | |
| 44 | Одиночное блокирование | 2 | | |
| 45 | Одиночное блокирование | 2 | | |
| 46 | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | 2 | | |
| 47 | Групповое блокирование (вдвоем, втроем) | 2 | | |
| 48 | Страховка при блокировании | 2 | | |
| 49 | Страховка при блокировании | 2 | | |
| 50 | Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам. | 2 | | |
| 51 | Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам. | 2 | | |
| 52 | Индивидуальные тактические действия в нападении, защите | 2 | | |
| 53 | Групповые тактические действия в нападении, защите | 2 | | |
| 54 | Групповые тактические действия в нападении, защите | 2 | | |
| 55 | Учебная игра Волейбол | 2 | | |
| 56 | Командные тактические действия в нападении, защите | 2 | | |
| 57 | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | |
| 58 | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | |
| 59 | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | |
| 60 | Двухсторонняя учебная игра | 2 | | |
| 61 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | 2 | | |
| 62 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | 2 | | |
| 63 | Игры развивающие физические способности | 2 | | |
| 64 | Игры развивающие физические способности | 2 | | |
| 65 | Игры развивающие физические способности | 2 | | |
| 66 | Игры развивающие физические способности | 2 | | |
| 67 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | |
| 68 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | |
| 69 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | |
| 70 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости | 2 | | |
| 71 | Судейство учебной игры в волейбол | 2 | | |
| 72 | Игра Волейбол. | 2 | | |
| | Итого: | 144 | | |

Прогумеровано, прошнуровано и скреплено
печатью

22 *Владимир* 2011 *14* *мая*
(прописью)

Директор МБОУ «Рыльская средняя
общеобразовательная школа №1
им. Г. И. Шелехова»

В. В. Милонов
В. В. Милонов

