

АДМИНИСТРАЦИЯ ЖИРЯТИНСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ЖИРЯТИНСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СТРАШЕВИЧСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ЖИРЯТИНСКОГО РАЙОНА БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета

Протокол № 6

от «30» мая 2023 г.



УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ Страшевичская СОШ

№ 511 от «30» мая 2023 г.

Директор В.А. Прудников

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета

Протокол № 2

от «31» мая 2023 г.



УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБУДО Дом детского творчества

№ 54 от «31» мая 2023 г.

Директор С.В. Антонян

Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Волейбол»

Уровень освоения базовый

Возраст обучающихся: 11 – 17 лет

Срок реализации: 1 год

Программа реализуется в сетевой форме

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Ковалева Надежда Ивановна

с. Жирятино
2023 г.

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» физкультурно-спортивной направленности. Программа реализуется в системе дополнительного образования, в форме сетевого взаимодействия на базе МБОУ Страшевичская СОШ.

Программа «Волейбол» разработана в соответствии с:

– Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. от 14.07.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2022);

– Законом Брянской области от 08.08.2013 года № 62-3 «Об образовании в Брянской области»;

– Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 года № 09-3242 «О направлении информации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

– Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 года № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»;

– Целевой моделью развития региональных систем дополнительного образования детей (утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 03.09. 2019 года № 467);

– Приказом Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 года №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности, организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р, утвердившее Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года;

- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дом детского творчества Жирятинского района;
- Положением о дополнительной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Дом детского творчества Жирятинского района

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

Занятия в объединении позволяют обучающимся получить определённые навыки игры в волейбол и способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий волейболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений.

Отличительные особенности:

В объединение зачисляются все желающие, допущенные врачом к занятиям физической культурой. Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

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

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено наибольшее количество учебных часов на изучение и совершенствование тактических приемов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, при реализации программы, предполагается использование тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиск информации в интернете, просмотр учебных программ, видеоматериала и т. д.

Адресат программы.

Программа предназначена для обучающихся 11–17 лет. В объединение принимаются все желающие независимо от пола и расовой принадлежности. Набор осуществляется без вступительных испытаний. Для зачисления в объединение необходим допуск врача.

Педагогическая целесообразность

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышцы. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений;

-от простого к сложному,

-от частного к общему,

- с использованием технологий личностно-ориентированного подхода в обучении.

Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с сенситивными возрастными периодами.

Уровень освоения программы - базовый.

Объем и срок реализации программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» реализуется в течение 1 года. Объем программы 144 часа.

Уровень освоения программы – базовый.

Формы обучения.

Обучение по программе проводится в очной форме.

Особенности организации образовательного процесса

Программа «Волейбол» реализуется в сетевой форме на базе МБОУ Страшевичская СОШ.

Режим занятий и требования к организации образовательного процесса.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность занятий устанавливается с учётом возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей детей и составляет 45 минут, перерыв между занятиями – 15 минут.

Наполняемость учебной группы до 15 человек.

В обучении используется групповая, коллективная, парная, индивидуально-групповая формы деятельности.

Формы проведения учебных занятий: беседа, презентация, комбинированное занятие, самостоятельная работа, тестирование, учебная игра, двухсторонняя игра

Цель: формирование физической культуры обучающихся и изучение основ техники и тактики игры в волейбол

Задачи:

Предметные:

- обучение основам техники, тактическим действиям в нападении и защите в игре в волейбол;

- привитие интереса к соревновательной деятельности;

- укрепление здоровья и содействие правильному разностороннему физическому развитию детей и подростков.

Метопредметные:

- развитие двигательных качеств: быстроты, ловкости, координации движений.

Личностные:

- воспитание гармонично развитой личности, стойких защитников Родины.

Планируемые результаты:

Предметные:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;

- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;

- умение владеть устной речью.

Метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Личностные:

- удовлетворенность ребенком своей деятельностью в объединении, самореализация;

- повышение творческой активности ребенка, проявление инициативы и любознательности;

- навыки в изложении своих мыслей, взглядов;

- навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;

- развитие жизненных, социальных компетенций.

К концу обучения обучающиеся должны знать:

- основы строения и функций организма;

- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;

- правила оказания первой помощи при травмах;

- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;

- правила игры в волейбол;

- места занятий и инвентарь.

К концу обучения обучающиеся должны уметь:

- выполнять программные требования по видам подготовки;

- владеть основами техники и тактики волейбола;

- правильно применять технические и тактические приемы в игре.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	количество часов			Форма аттестации, контроля
		всего	теор. занятий	прак. занятий	
1	Вводное занятие	1	1	0	Наблюдение
2.	Основы знаний	7	7	0	Тестирование Опрос
3.	Освоение техникой передвижений	4	0	4	Педагогическое наблюдение Учебная игра
4.	Освоение техники приемов и передач мяча	36	4	32	Педагогическое наблюдение Учебная игра
5.	Освоение техники подачи мяча и приема подач	44	4	40	Педагогическое наблюдение Учебная игра
6.	Освоение техники прямого нападающего удара.	18	2	16	Педагогическое наблюдение Учебная игра
7.	Овладение техникой защитных действий.	8	1	7	Текущий
8.	Овладение тактикой игры в нападении	10	1	9	Педагогическое наблюдение Учебная игра
9.	Овладение тактикой игры в защите	10	1	9	Педагогическое наблюдение Учебная игра
10.	Овладение организаторскими способностями	4	0	4	Текущий
11.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тестирование Двусторонняя игра
	Всего:	144	22	122	

Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие

Инструктаж по технике безопасности.

2. Основы знаний.

Теория. Ознакомление с содержанием каждой темы. Основные понятия об игре в волейбол. Организация судейства. Гигиена одежды и обуви. Основы пищеварения и обмена веществ. Краткие сведения о нервной системе. Самоконтроль. Причины травм и их предупреждение.

3. Освоение техникой передвижения.

Теория. Стойка игрока. Перемещение в стойке

Практика. Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений. Учебно- тренировочные игры. Перемещение в стойке (приставным шагом боком, лицом, спиной вперед). Стойка основная, низкая. Сочетание стоек и перемещений. Ходьба, бег, прыжки (на месте, у сетки, после перемещений и остановки).

4. Освоение техники приемов и передач мяча

Теория. Понятие о технике приемов и передачи мяча.

Практика. Учебно- тренировочные игры. Передачи сверху, снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой.

Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6

в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Комплекс физических упражнений для развития силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.

5. Освоение техники подачи мяча и приема подач

Теория. Понятие о технике подачи мяча и приема подач.

Практика. Учебно- тренировочные игры. Прием подачи. Подача мяча поочередно. На противоположной стороне площадки игроки принимают мяч к сетке в зону 3. В зоне 3 игрок отбивает мяч через сетку. Перемещение игроков при подаче и приеме мяча.

Стойки: основная, низкая. Ходьба, бег, перемещение приставными шагами, лицом, боком, спиной вперед. Нижняя прямая (боковая) подача. Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача в прыжке с вращением. Передача из зон 1,5,6 в зону 3. Прием мяча с подачи.

6. Освоение техники прямого нападающего удара.

Теория. Понятие о технике прямого нападающего удара. Понятие о технике защитных действий.

Практика. Учебно- тренировочные игры. Отработка прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером, с разбега из зоны 2, 4.

7. Овладение техникой защитных действий.

Теория. Понятие о технике защитных действий. Понятие о технике блокирования нападающего удара (индивидуальное и групповое). Понятие страховка.

Практика. Учебно-тренировочные игры.

Блокирование (индивидуальное и групповое). Страховка. Разучивание комплекса упражнений на развитие прыгучести.

8. Овладение тактикой игры в нападении.

Теория. Понятие о тактике игры в нападении.

Практика. Учебно-тренировочные игры. Выполнение подач в определенные зоны. Взаимодействия игроков. Командные тактические действия.

9. Овладение тактикой игры в защите.

Теория. Понятие о тактике игры в защите.

Практика. Учебно-тренировочные игры. Выбор способа приема мяча. Взаимодействия игроков задней и передней линии. Система защиты «углом вперед». Двусторонняя игра.

10. Овладение организаторскими способностями.

Организация и судейство Учебно-тренировочные игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.

11. Промежуточная аттестация

Теория. Тестирование (теоретический материал).

Практика. Проведение двусторонней игры с действием из числа обучающихся.

Календарный учебный график

Период обучения по программе	Продолжительность учебного года	Учебных недель	Количество часов	Режим занятий	Сроки проведения аттестации
1 год	15.09.2023 – 31.05.2024	36	144	2 раза в неделю по 2 часа	декабрь (промежуточная), май (итоговая)

Зимние каникулы: 30.12.23 – 08.01.24

Праздничные дни: 4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1,9 мая

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал МБОУ Страшевичская СОШ с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

Спортивный инвентарь:

волейбольные мячи;
набивные мячи;
перекладины для подтягивания в висе;
гимнастические скакалки для прыжков;
волейбольная сетка;
гимнастические маты;
баскетбольные и теннисные мячи.

Спортивные снаряды:

гимнастические скамейки;
гимнастическая стенка.

Информационное обеспечение:

- аудио-, видео-, фото-, интернет- источники.

Кадровое обеспечение: объединением руководит педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и прошедший профессиональную переподготовку по теме «Педагогика дополнительного образования детей и взрослых».

Формы аттестации/ контроля и промежуточной аттестации

Вид	Формы проведения	Комментарии
1.Вводный контроль.	Собеседование, тренировочные занятия	сентябрь
2.Текущий контроль.	Соревнования, тренировочные занятия	в течение года.
3.Промежуточная аттестация	Тестирование (теоретический материал). Проведение двусторонней игры с действием из числа обучающихся.	май

В начале года проводится входное тестирование. Текущий контроль осуществляется в течение всего учебного года.

Промежуточная аттестация проводится в конце года обучения и предполагает выполнение теста (теоретический материал) и контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения.

Оценочные материалы.

Спецификация контрольных измерительных материалов.

Контрольно-измерительные материалы составлены в форме собеседования, которое позволяет определить уровень освоения обучающимися содержание программы дополнительного образования «Волейбол» и его соответствие прогнозируемым результатам.

Форма проведения: собеседование

Характеристика заданий:

В заданиях проверяются знания правил игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Правила техники безопасности при занятиях волейболом.

Характеристика структуры контрольно-измерительных материалов:

Собеседование включает 12 вопросов, к каждому из которых ученик должен дать правильный ответ. За каждый правильный ответ – 1 балл.

Определение итоговой оценки за тестирование (промежуточную аттестацию) осуществляется на основе «принципа сложения».

Максимальный балл за выполнение работы – 12

% выполнения от максимального балла	Количество баллов	результаты
83- 100	12 - 10	высокий уровень
67 - 75	9 - 8	достаточный уровень
58 - 42	7 - 5	допустимый уровень
0 - 33	4 - 0	критический уровень

Вопросы тестирования

1. Сколько человек в одной команде одновременно находится на площадке?

- а) 5
- б) 6
- в) 7
- г) 8

2. Начальный удар в волейболе, вводящий мяч в игру называется?

- а) передача
- б) приём
- в) подача
- г) бросок

3. Какой термин относится к волейболу?

- а) фол
- б) угловой
- в) пенальти
- г) блок

4. Волейбол с английского означает...

- а) летающий мяч
- б) через сетку мяч
- в) рука - мяч
- г) сетка - мяч

5. До скольких очков играется волейбольная партия?

- а) 22
- б) 25
- в) 20
- г) 16

6. При подаче мяча, сколько максимум касаний может сделать принимающая мяч команда?

- а) 3
- б) 4
- в) 5
- г) 2

7. Каким образом осуществляется переход игроков?

- а) куда покажет тренер
- б) против часовой стрелки
- в) по часовой стрелке
- г) змейкой

8. Каких подач не существует в волейболе?

- а) верхняя подача
- б) подача с руки
- в) боковая подача
- г) нижняя подача

9. Размеры волейбольной площадки?

- а) 9x18
- б) 8x18
- в) 9x16
- г) 8x20

10. Высота мужской волейбольной сетки?

- а) 2,43
- б) 2,40
- в) 2,50
- г) 2,24

11. Высота женской волейбольной сетки?

- а) 2,24
- б) 2,20
- в) 2,27
- г) 2,43

12. Какой термин не относится к волейболу?

- а) блок
- б) аут
- в) подача

г) фол

Ключ ответов:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
б	в	г	а	б	а	в	б	а	а	а	г

Контрольные испытания

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
1	2	3	4
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

По технической подготовке

Этап начальной подготовки.

1. Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4.
2. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования).
3. Подача нижняя прямая на точность.
4. Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3.

Учебно-тренировочный этап.

1. Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4.
2. Подача верхняя прямая на точность.
3. Подача в прыжке на точность (в правую и левую половины площадки).
4. Прием подачи и первая передача из глубины площадки в зону 2.
5. Нападающий удар прямой:
 - из зоны 4 в зоны 4 и 5 с высоких и средних передач;
 - из зоны 3 в зоны 4 и 5;
 - из зоны 2 в зоны 1 и 2.
6. Нападающий удар с переводом из зоны 4 в зону 1, из зоны 2 в зону 5.
7. Одиночное блокирование прямого удара по ходу.

Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований	количест. показатель
1.	Верхняя передача мяча на точность из зоны (3)	4
2.	Верхняя прямая подача мяча	3
3.	Прием мяча с подачи и первая передача в зону (3)	3
4.	Чередование способов передачи и приема мяча сверху, снизу (количество серий)	8
5.	Нападающий удар по мячу	3

Методические материалы

Методы и приемы обучения определяются в зависимости от поставленных целей и задач. Занятия по волейболу должны носить учебно-тренировочную, методическую направленность. В процессе учебно-тренировочных занятий обучающиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях обучающиеся приобретают навыки судейства. Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства.

- поточный метод обучения;
- круговая тренировка;

Руководитель объединения должен систематически следить за успеваемостью своих воспитанников в школе, поддерживать контакт с родителями, классным руководителем. Он должен прививать навыки к общественно полезному труду, сознательному отношению к занятиям. Воспитывать такие качества, как чувство товарищества, смелость, воля к победе.

Психологическое обеспечение программы для волейбола характерна высокая эмоциональная и интеллектуальная насыщенность. Эмоциональное состояние волейболистов очень влияет на их игровую деятельность. Самообладание и эмоциональная устойчивость помогают волейболисту сохранять точность движений, ясность тактической мысли. Высокий эмоциональный подъем и хорошая морально-волевая подготовка нередко приводят к победе над более сильным соперником. Психологическая подготовка волейболистов определяется характером игровых действий и особенностями соревнований. Одно из важнейших психологических особенностей двигательной деятельности волейболистов – это умение выполнять точные и дифференцированные, пространственные, временные и мышечные восприятия.

Методы обучения

Эмоциональные методы:

- Поощрение;
- Порицание;
- Создание ситуации успеха;
- Стимулирующее оценивание.

Познавательные методы:

- Познавательный интерес;
- Выполнение творческих заданий;
- Развивающая кооперация.

Волевые методы:

- Предъявление учебных требований;
- Информация об обязательных результатах обучения;
- Познавательные затруднения;
- Прогнозирование деятельности.

Социальные методы:

- Создание ситуации взаимопомощи;
- Поиск контактов и сотрудничества;
- Заинтересованность в результатах.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий обучающиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Контрольные и календарные игры:

- участие в первенстве школы по волейболу;
- участие в товарищеских играх своего села.

Получат большой опыт участия в соревнованиях, усвоят этику спортивной борьбы и необходимость проявления высоких нравственных качеств;

Педагогические технологии.

При освоении содержания программы педагог использует технологию индивидуального, группового обучения, здоровье-сберегающие технологии, технологию игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия

I. Организационный момент

Приветствие, проверка присутствующих.

II. Основная часть

Актуализация знаний, объявление темы, цели и задач занятия, изучение необходимого теоретического материала (беседа, показ презентаций, видеороликов по теме), практические занятия, учебная игра, двухсторонняя игра.

III. Подведение итогов занятия

Рефлексия (опрос, беседа), тестирование, анализ проделанной работы, подведение итогов.

Дидактические материалы:

- Правила игры в волейбол.
- Правила судейства в волейболе.
- Положение о соревнованиях по волейболу.

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с волейбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с карточкой упражнений по волейболу.
- Инструкции по охране труда.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Банников А.М., Костюков В.В. 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. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

для обучающихся, родителей (законных представителей):

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.
- 4.Спортивные игры. М: - Просвещение 2001год
5. Журнал Физическая культура в школе

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
		Основы знаний – 8 часов				
1.		Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Причины травм и их предупреждение	2	беседа	опрос	
2.		Правила игры в волейбол. Основные понятия об игре в волейбол	2	беседа	опрос	
3.		Организация и судейство соревнований по волейболу.	2	беседа	опрос	
4.		Жестикауляция судей. Самоконтроль спортсмена	2	беседа	опрос	
		Освоение техники передвижений – 4 часа				
5.		Стойка игрока. Перемещения в стойке. Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.	2	практическое занятия	учебная игра	
6.		Сочетание способов перемещений с остановками, прыжками, техническими приёмами.	2	практическое занятия	тестирование	
		Освоение техники приемов и передач мяча- 36 часов				
7.		Передачи мяча двумя руками сверху на месте	2	практическое занятия	учебная игра	
8.		Передача мяча над собой	2	практическое занятия	учебная игра	
9.		Передачи мяча двумя руками сверху после перемещений	2	практическое занятия	учебная игра	
10.		Специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие координационных способностей. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
11.		Передача во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны	2	практическое занятия	учебная игра	
12.		Передача мяча в прыжке через сетку	2	практическое занятия	учебная игра	
13.		Специальная физическая подготовка. Упражнения на специальную выносливость. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
14.		Прием мяча двумя руками снизу. Общая физическая подготовка	2	практическое занятия	учебная игра	

15.		Передачи мяча сверху и снизу стоя боком к цели.	2	практическое занятия	учебная игра	
16.		Передача мяча – перемещение – передача мяча	2	практическое занятия	учебная игра	
17.		Специальная физическая подготовка. Игра: «Сумей передать». Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
18.		Передача мяча в парах через сетку.	2	практическое занятия	учебная игра	
19.		Передача мяча двумя руками в парах, тройках.	2	практическое занятия	учебная игра	
20.		Передачи мяча в парах в движении.	2	практическое занятия	учебная игра	
21.		Специальная физическая подготовка. Упражнения на специальную выносливость	2	практическое занятия	учебная игра	
22.		Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.	2	практическое занятия	учебная игра	
23.		Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
24.		Специальная физическая подготовка. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
		Освоение техники подачи мяча и приема подач. – 44 часов				
25.		Нижняя подача мяча. Двухсторонняя игра в волейбол.	2	практическое занятия	учебная игра	
26.		Прием нижней прямой подачи снизу двумя руками	2	практическое занятия	учебная игра	
27.		Подача на точность. Специальные упражнения для нижней прямой подачи.	2	практическое занятия	учебная игра	
28.		Передача мяча и прием мяча в парах через сетку.	2	практическое занятия	учебная игра	
29.		Передача мяча и прием мяча в тройках через сетку.	2	практическое занятия	учебная игра	
30.		Приём подачи. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	

31.		Верхняя прямая подача. Специальные упражнения для верхней прямой подачи.	2	практическое занятия	учебная игра	
32.		Прием мяча снизу одной рукой	2	практическое занятия	учебная игра	
33.		Боковая подача мяча. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
34.		Индивидуальные тактические действия при приеме подач	2	практическое занятия	учебная игра	
35.		Падения и перекаты после падения.	2	практическое занятия	учебная игра	
36.		Верхняя прямая подача с вращением.	2	практическое занятия	учебная игра	
37.		Специальная физическая подготовка. Игра: «Сумей передать и подать»	2	практическое занятия	учебная игра	
38.		Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи.	2	практическое занятия	учебная игра	
39.		Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	2	практическое занятия	учебная игра	
40.		Индивидуальная тактика подач мяча. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
41.		Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
42.		Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
43.		Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
44.		Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
45.		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	практическое занятия	учебная игра	
46.		Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.	2	практическое занятия	учебная игра	
		Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий – 18 часов				

47.		Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2	практическое занятия	учебная игра	
48.		СФП. Подбор упр. для развития специальной силы. Двухсторонняя игра	2	практическое занятия	учебная игра	
49.		Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.	2	практическое занятия	учебная игра	
50.		Прямой нападающий удар при встречных передачах	2	практическое занятия	учебная игра	
51.		Боковой нападающий удар, подача в прыжке. СФП	2	практическое занятия	учебная игра	
52.		Нападающие удары из зон 2,3,4.	2	практическое занятия	учебная игра	
53.		Нападающий удар задней линии.	2	практическое занятия	учебная игра	
54.		Подача – передача - нападающий удар	2	практическое занятия	учебная игра.	
55.		Упражнения для развития прыгучести. Выбор места для выполнения нападающего удара. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2	практическое занятия	учебная игра	
		Овладение техникой защитных действий. – 8 часов				
56.		Блокирование нападающего удара (индивидуальное)	2	практическое занятия	учебная игра	
57.		Блокирование нападающего удара (групповое)	2	практическое занятия	учебная игра	
58.		Страховка	2	практическое занятия	учебная игра	
59.		Блокирование нападающего удара. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2	практическое занятия	учебная игра	
		Овладение тактикой игры в нападении – 10 часов				
60.		Индивидуальные тактические действия в нападении.	2	практическое занятия	учебная игра	
61.		Верхняя прямая подача по определенным зонам.	2	практическое занятия	учебная игра	

62.		Неожиданные передачи мяча на сторону соперника	2	практическое занятие	учебная игра	
63.		Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2. И 4	2	практическое занятие	учебная игра	
64.		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков	2	практическое занятие	учебная игра	
		Овладение тактикой игры в защите – 10 часов				
65.		Выбор способа приема мяча	2	практическое занятие	учебная игра	
66.		Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии	2	практическое занятие	учебная игра	
67.		Система игры в защите «углом вперед».	2	практическое занятие	учебная игра	
68.		Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2	практическое занятие	учебная игра	
69.		Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2	практическое занятие	учебная игра	
		Овладение организаторскими способностями - 4 часа				
70.		Организация и судейство учебно-тренировочных игр.	2	игра	двухсторонняя игра	
71.		Проведение разминки тренировочного занятия	2	Тренировочное занятие	двухсторонняя игра	
		Промежуточная аттестация - 2 часа				
72.		Промежуточная аттестация (тесты, практические задания)	2	тесты, практические задания	тестирование	

Программа воспитания объединения «Волейбол» на 2023- 2024 учебный год

Цель и задачи воспитания

Цель воспитания: создание условий для развития физических и творческих способностей обучающихся, формирование умения анализировать ситуацию и принимать решение, посредством освоения техники игры в волейбол;

Задачи воспитания:

1. Сформировать стойкий интерес к занятиям физической культурой и спортом посредством волейбола.
2. Развивать и совершенствовать физические качества (с преимущественной направленностью на быстроту, прыгучесть и ловкость).
3. Достигать физического совершенствования, высокого уровня здоровья и работоспособности обучающихся, которые необходимы для подготовки к общественно полезной деятельности.
4. Развивать и поддерживать спортивный энтузиазм и командный дух.

Приоритетные направления деятельности

Данная программа воспитания направлена на приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе, а также решение проблем гармоничного вхождения занимающихся в социальный мир и налаживания ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми. Воспитательная программа показывает, каким образом педагоги могут реализовать воспитательный потенциал их совместной деятельности с занимающимися.

Формы и методы воспитательной работы

Важным моментом является подбор методов и форм организации воспитательной работы в объединении, через которые будут реализовываться поставленные цели и задачи.

Реализация конкретных форм и методов воспитательной работы воплощается в календарном плане воспитательной работы, утверждаемом ежегодно на предстоящий учебный год на основе направлений воспитательной работы, установленных в настоящей рабочей программе воспитания.

Планируемые результаты воспитательной работы

Программа призвана обеспечить достижение занимающимся личностных результатов: формировать у них основы российской идентичности; готовность к саморазвитию; мотивацию к познанию и обучению; ценностные установки и социально-значимые качества личности;

активное участие в деятельности учреждения.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1.	Доклад на тему: «Порядок и организация тренировки по волейболу»	сентябрь	МБОУ Страшевичская СОШ	
2.	Турнир по волейболу «Золотая осень»	октябрь	МБОУ Страшевичская СОШ	
3.	Участие в районных спортивных соревнованиях	в течение года	по плану	
4.	Соревнования по волейболу посвященные Всероссийскому Дню здоровья	ноябрь, апрель	МБОУ Страшевичская СОШ	
5.	Участие команды в сдаче норм ГТО	в течение года	пункт тестирования	
6.	Участие в акции «Спорт как альтернатива пагубным привычкам»	декабрь	МБОУ Страшевичская СОШ	
7.	Турнир по волейболу на приз Деда Мороза	январь	МБОУ Страшевичская СОШ	
6.	Организация и проведение новогодних праздников, «Рыцарского турнира», праздника «Для вас, любимые!»	декабрь, февраль, март	МБОУ Страшевичская СОШ	
7.	Участие в районных соревнованиях по волейболу	в течение года	МБОУ Жирятинская СОШ	
8.	Соревнования по волейболу посвященные окончанию учебного года	май	МБОУ Страшевичская СОШ	

План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1.	Организационное родительские собрания	сентябрь	МБОУ Страшевичская СОШ	Знакомство родителей с целями и задачами обучения по данной программе, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком
2.	Индивидуальные консультации для родителей	в течение учебного года	МБОУ Страшевичская СОШ	Решение вопросов социального и педагогического характера
3.	Открытые занятия для родителей	декабрь, апрель	МБОУ Страшевичская СОШ	Знакомство родителей с промежуточными результатами работы объединения
4.	Организация и проведение совместных праздничных мероприятий для детей и родителей, посещение соревнований	в течение учебного года	по плану	
5.	Анкетирование родителей	по плану	МБОУ Страшевичская СОШ	
6.	Итоговое родительское собрание	май	МБОУ Страшевичская СОШ	Подведение итогов работы объединения, знакомство с результатами аттестации обучающихся

Список использованных источников

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р;
4. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.