

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Водзимонская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

Педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_  
Протокол № 11  
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

  
\_\_\_\_\_  
Н.Ф. Ефремова  
Приказ № 195-ОД  
от «31» августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Волейбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Адресат: учащиеся 11-15 лет

Срок реализации: 2 года (144 часа)

Составитель: Бердников Сергей Михайлович,  
педагог дополнительного образования

Водзимонье, 2023.

**РАЗДЕЛ I.**  
**КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**1.1. Пояснительная записка**

***Направленность программы***

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами системы дополнительного образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (Принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, Одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, Москва);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждено Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28);
- Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816);
- Методические рекомендации 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 ГД-39/04 от 19 марта 2020 года);

- Уставом МОУ Водзимонская СОШ.

- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ Водзимонская СОШ.

Программа «Волейбол» разработана на основе Федерального Государственного стандарта, примерной программы основного общего образования по физической культуре авторов В.И.Лях, А.А. Зданевич.

**Актуальность программы.** Программа актуальна на сегодняшний день, так как её 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. Игра в волейбол привлекательна и доступна для освоения учащимися среднего звена, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладает эмоциональной насыщенностью, способна активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности, создаются благоприятные возможности для проявления смекалки, ловкости, силы, быстроты, выносливости, волевых качеств, взаимопомощи и других качеств, свойств личности. А также игра в волейбол способствует воспитанию у учащихся навыка ведения здорового образа жизни, прививает любовь к занятиям спортом.

**Уровень программы:** базовый.

**Классификация программы на основе дифференциации** разноуровневая.

**Отличительные особенности программы:**

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий, как в спортивном зале, так и на

спортивной площадке. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

**Новизна** программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования, где большое значение уделяется техническим, физическим, тактическим занятиям и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**Педагогическая целесообразность** – программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к занятию спортом, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесс психического и физического здоровья детей.

***Адресат программы:***

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 11-15 лет (5-9 класс). Образовательные группы формируются из учащихся проявляющих интерес к волейболу. Набор детей осуществляется по желанию.

***Практическая значимость для целевой группы.***

Практическая значимость программы определяется её практико-ориентированным подходом, личным опытом педагога и возможностью использования данной программы в системе общего и дополнительного образования.

***Преемственность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с программами СОШ:***

Программа дополняет и расширяет занятия по основным программам школы: физическая культура, валеология.

***Объём программы:*** два года обучения, 144 часа (2 раза в неделю по два

академических часа).

**Срок освоения программы:** два года. Количество учебных недель –36.

**Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса.**

Характеристика особенностей формы организации детского коллектива –секция.

Содержание и материал программы «Волейбол» составлены по принципу дифференциации и даёт возможность учащимся доступно освоить материал на стартовом уровне.

В первый год обучения программы «Волейбол» рассчитан для учащихся 5-6 класса. Данный модуль посвящен изучению техники приема мяча, технике подачи, технике игры в волейбол. Содержание программы соответствует стартовому уровню сложности, т.к. предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных формы усвоения материала, минимальную сложность предлагаемых заданий.

Во второй год обучения программы «Волейбол» рассчитан для учащихся 7-9 классов. Данный модуль посвящен подготовке к районным соревнованиям по волейболу.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

**Ведущие формы и виды деятельности** - практические и соревнования.

**Формы деятельности:** индивидуальные, групповые.

**Формы обучения:** очная.

**Режим занятий.** Занятия группы проводятся два раза в неделю по 2 академических часа.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель** – обучить технике и тактике игры в волейбол.

**Задачи:**

*Предметные:*

- научить техническим приёмам, правилам и тактическим действиям игры в волейбол;
- научить играть по правилам соревнований;
- научить понимать жесты судей во время игры.

*Метапредметные:*

- сформировать умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи.

*Личностные:*

- сформировать коммуникативную компетенцию в сотрудничестве со сверстниками в процессе спортивно – игровой деятельности;
- сформировать потребность в ведении здорового образа жизни и ответственности за себя.

## 1.3. Учебный план и содержание учебного плана.

### *Учебный план. Первый год обучения*

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности	2	2		
2	История развития волейбола	2	2		
3	Правила игры; разучивание	4	2	2	
4	Индивидуальная и групповая работа	8	1	7	
5	Развитие	8	1	7	

	прыгучести				
	Развитие быстроты	8	1	7	тест
	Развитие ловкости	8	1	7	
6	Передача мяча сверху	8	1	7	Контрольные упражнения на передачу мяча
	Передача мяча снизу	8	1	7	
	Групповые действия	20	3	17	
7	Техника нижней подачи	10	1	9	Контрольные упражнения на выполнение подачи
	Техника верхней подачи	10	1	9	
8	Техника нападающего прыжка. Движение руки корпуса.	16	2	14	Техника нападающего прыжка. Движение руки корпуса.
9	Пионербол; мини- футбол; перестрелка; коршун и насадка	20	2	18	Пионербол; мини- футбол; перестрелка; коршун и насадка
10	Календарный план воспитательной работы объединения	6	-	6	

10.1	Участие объединения в проведении Вечера спорта на базе школы	2	-	2	
10.2	Участие объединения в проведении сельского мероприятия «Ночь спорта» на базе КОЦ.	2	-	2	
10.3	Интеллектуальная игра «1000 вопросов»	2	-	2	
<b>11</b>	<b>Контрольные игры</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>21</b>	<b>115</b>	<b>2</b>



## ***Содержание учебного плана на первый год обучения***

### ***1. Вводное занятие «Техника безопасности», 2 ч.***

Теория, 1 ч. Правила поведения в спортзале,

–правила поведения при разминке,

–правила гигиены после занятий. История развития волейбола, 2 ч.

Теория 1 ч., просмотр кинофильма «История волейбола»

Правила игры волейбол, 4ч.

Теория, 2 ч.: разучивание основных правил игры волейбола Практика,  
2 ч.: жесты судей, применение на практике

### ***Индивидуальная и групповая работа по технике и тактике игры, 8 ч.***

Теория 1ч., основные виды техники и тактики игры. Практика,7 ч.:  
стойки, приёмы и передачи мяча, подачи мяча, нападающие удары, блоки.

#### ***Развитие прыгучести, 8 ч.***

Теория, 1 ч.: прыгучесть, её сущность и её компоненты.

Практика, 7 ч. – прыжки и удары, остановка в два шага, остановка в два шага прыжком, прыжки и удары.

#### ***Развитие быстроты, 8 ч.***

Теория, 1 ч.: быстрота, её сущность и её компоненты.

Практика, 7 ч.: скоростной бег, бег на 60 м., челночный бег, передачи волейбольного мяча в стену, подачи с максимальной силой в сетку, многократные броски набивного мяча в стену, упор лежа, передвижение на руках вправо (влево).

#### ***Развитие ловкости,8 ч.***

Теория, 1 ч.: ловкость, её сущность и её компоненты

Практика, 7 ч.: подвижные игры и эстафеты: с мячами, в кругу, на быстроту и координацию, с приёмами, с ведением.

#### ***Передача мяча сверху, 8 ч.***

Практика, 8 ч.: передачи мяча сверху над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

#### ***Передача мяча снизу, 8 ч.***

Практика, 8 ч.: передачи мяча снизу над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

***Групповые действия, 20 ч.***

Теория, 3 ч.: взаимодействие нескольких игроков в отдельных моментах игры

Практика, 17 ч.: страховка игрока, принимающего подачу, страховка атакующих ударов, блокирование соперника.

***Техника нижней подачи, 10 ч.***

Теория, 1 ч.: виды нижней подачи.

Практика, 9 ч.: подача с расстояния 4 м. от сетки, подача с расстояния 6 м. от сетки, подача с лицевой линии площадки.

***Техника верхней подачи, 10 ч.***

Теория, 1 ч.: виды верхней подачи.

Практика, 9 ч.: подача с расстояния 4 м. от сетки, подача с расстояния 6 м. от сетки, подача с лицевой линии площадки.

***Техника нападающего удара, 16 ч.***

Теория, 2 ч.: виды нападающего удара.

Практика, 14 ч.: разбег, толчок, удар, приземление, прыгивание перед неподвижным мячом.

***Пионербол, мини-футбол, 20 ч.***

Теория, 2 ч.: правила игры в пионербол и мини- футбол.

Практика, 18 ч.: игра по правилам на счет.

***Календарный план воспитательной работы. (6 часов)***

*Участие объединения в проведении Вечера спорта в Водзимонская СОШ (2 часа).*

*Практика (2 часа):* мероприятие направлено на привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.

*Участие в сельском спортивном мероприятии «Ночь спорта» (2 часа).*

*Практика (2 часа):* мероприятию посвящено служит развитию спортивных способностей обучающихся; способствует сплочению

коллектива, на привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.

*Интеллектуальная игра «1000 вопросов» (2 часа).*

*Практика (2 часа).* Интеллектуальная игра - неотъемлемая часть учебного процесса, одна из форм обобщения и закрепления материала. Она даёт возможность каждому обучающемуся продемонстрировать приобретённые общеучебные умения и навыки, проявить интеллектуальные способности, раскрыть многогранность своих интересов, тем самым у обучающегося формируются стимулы саморазвития.

Контрольные игры в волейбол, 6 ч.

Практика, 4 ч.: игра по правилам на счет.

Контроль – 2 часа.

**Учебный план. Второй год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности	2	2		
2	Индивидуальная и групповая работа по технике и тактике	10	2	8	
3	Развитие прыгучести	8		8	тест
	Развитие быстроты	8		8	тест
	Развитие ловкости	8		8	Тест
4	Передача мяча сверху	8	1	7	Контрольные упражнения на передачи мяча
	Передача мяча снизу	8	1	7	
	Групповые действия	8	1	7	
5	Техника нижней подачи	8		8	
	Техника верхней прямой подачи	8		8	
6	Техника нападающего удара	2	2		Контрольные упражнения на нападающий удар
	Совершенствование техники нападающего удара.	8		8	
	Техника нападающего удара в игровых ситуациях	2	2		
	Нападающий удар в игровых ситуациях	8		8	
	Техника	2	2		

7	блокирующего				
	Совершенствование техники блокирующего прыжка	4		4	
	Групповые действия	4		4	
	Блоки в игровых ситуациях	4		4	
	Подборы, страховка	8	2	6	
	Тактика командной защиты	8		8	
8	Двухсторонние игры	8		8	Участие в соревнованиях
9	Воспитательные мероприятия	6	-	6	
9.1	Участие объединения в проведении Вечера спорта на базе школы	2	-	2	
9.2	Участие объединения в проведении сельского мероприятия «Ночь спорта» на базе КОЦ.	2	-	2	
9.3	Интеллектуальная игра «1000 вопросов»	2	-	2	
10	Контроль технического совершенства и соревновательной	4		2	2

	техники				
<b>ИТОГО</b>		<b>144</b>	<b>15</b>	<b>127</b>	<b>2</b>

### *Содержание учебного плана на второй год обучения*

#### *Вводное занятие «Техника безопасности», 2 ч.*

Теория, 2 ч. Правила поведения в спортзале,

–Правила проведения разминки

–Правила гигиены после занятий

#### *Индивидуальная и групповая работа по технике и тактике игры, 10 ч.*

Теория 2ч., основные виды техники и тактики игры. Практика,8 ч.: стойки, приёмы и передачи мяча, подачи мяча, нападающие удары, блоки.

#### *Развитие прыгучести, 8 ч.*

Практика, 8 ч. – прыжки и удары, остановка в два шага, остановка в два шага прыжком, прыжки и удары.

#### *Развитие быстроты, 8 ч.*

Практика, 8 ч.: скоростной бег, бег на 60 м., челночный бег, передачи волейбольного мяча в стену, подачи с максимальной силой в сетку, многократные броски набивного мяча в стену, упор лежа, передвижение на руках вправо (влево).

#### *Развитие ловкости,8 ч.*

Практика, 8 ч.: подвижные игры и эстафеты: с мячами, в кругу, на быстроту и координацию, с приёмами, с ведением.

#### *Передача мяча сверху, 10 ч.*

Практика, 10 ч.: передачи мяча сверху над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

#### *Передача мяча снизу, 10 ч.*

Практика, 10 ч.: передачи мяча снизу над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

### ***Групповые действия, 8 ч.***

Теория, 1 ч.: взаимодействие нескольких игроков в отдельных моментах игры.

Практика, 7 ч.: страховка игрока, принимающего подачу, страховка атакующих ударов, блокирование соперника.

### ***Техника нижней подачи, 8 ч.***

Практика, 8 ч.: подача с лицевой линии площадки. Техника верхней подачи, 8 ч. Практика, 8 ч.: подача с лицевой линии площадки.

### ***Техника нападающего удара, 2 ч.***

Теория, 2 ч.: виды нападающего удара. Нападающий удар в игровых ситуациях, 8 ч.

Практика, 8 ч.: нападающий удар в игре.

### ***Групповые действия на блоке, 4 ч.***

Практика, 4 ч.: Блоки в игровых ситуациях 14. Подборы, страховка, 8 ч.

Теория, 2 ч.: виды подборов и страховок.

Практика, 6 ч.: страховка нападающего игрока в хонах 3,4,2; подбор мяча от блока и скидки.

### ***Тактика командной защиты, 8 ч.***

Практика, 8 ч.: блок, подбор, страховка.

### ***Двухсторонние игры, 8 ч.***

Практика, 8 ч.: участие в товарищеских встречах.

### ***Календарный план воспитательной работы. (6 часов)***

*Участие объединения в проведении Вечера спорта в Водзимонская СОШ (2 часа).*

*Практика (2 часа): мероприятие направлено на привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.*

*Участие в сельском спортивном мероприятии «Ночь спорта» (2 часа).*

*Практика (2 часа): мероприятия посвящено служит развитию спортивных способностей обучающихся; способствует сплочению коллектива, на привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.*

*Интеллектуальная игра «1000 вопросов» (2 часа).*

*Практика (2 часа).* Интеллектуальная игра - неотъемлемая часть учебного процесса, одна из форм обобщения и закрепления материала. Она даёт возможность каждому обучающемуся продемонстрировать приобретённые общеучебные умения и навыки, проявить интеллектуальные способности, раскрыть многогранность своих интересов, тем самым у обучающегося формируются стимулы саморазвития.

*Контроль технического совершенства и соревновательной техники, 4ч.*

*Практика, 4 ч.:* участие в соревнованиях.

#### **1.4. Планируемые результаты**

По итогам освоения программы у учащихся будут сформированы следующие результаты:

*Предметные:*

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; и смогут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на



занятиях волейболом;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

*Метапредметные:*

- сформировано умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи.

*Личностные:*

- сформирована коммуникативная компетенция в сотрудничестве со сверстниками в процессе спортивно – игровой деятельности;
- сформирована потребность в ведении здорового образа жизни и ответственности за себя.

**РАЗДЕЛ II.  
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО  
- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

**2.1.Календарный учебный график**

**Календарный учебный график первого года обучения**

месяцы	сен				окт				нояб				дек				январь				фев				март				апр				май				Всего недел ь	Всег о часов
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	36					
Недели	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	36	
Контроль/ Аттестаци я	-																																2					2
Всего часов	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		144
Теория	2	2	1		1		1		1		1		1		2	1				2	1	4	4	4	4	2												21
Практика	2	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3					2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4		115

### Календарный учебный график второго года обучения

месяцы	сен				окт				нояб				дек				январь				фев				март				апр				май				Всего недел ь	Всего часов
Недели	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	36	
Контроль/ Аттестаци я																																					2	2
Всего часов	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	-	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		144
Теория	2	2						1	1							2					2	2			1	1												15
Практика	2	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4		127

## **2.2. Условия реализации программы.**

### ***Методическое обеспечение. Методические материалы.***

Подготовка юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных. Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств. Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод избыточности, предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе. При проведении занятий используется: учебная и научная литература, таблицы, схемы, плакаты, карточки, дидактический и контрольно-диагностический материал.

### ***Материально-техническое обеспечение***

Условия реализации данной программы (помещение, оборудование, спортивный инвентарь): игровой зал, тренажерный зал, раздевалки, душевые комнаты, методическая комната (тренерская), комнаты для хранения инвентаря и специального оборудования, коридор (стенды, агитация и

пропаганда для занятия волейболом). При реализации образовательной программы материально-техническое оборудование и оснащение должно соответствовать требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24x12м.

Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная-1шт.
2. Стойки волейбольные-2шт.
3. Гимнастические стенки-2 шт.
4. Гимнастические скамейки-3-4шт.
5. Гимнастические маты-5шт.
6. Скакалки-8шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг)-10шт.
8. Резиновые амортизаторы-10 шт.
9. Мячи волейбольные (для мини-волейбола)-10 шт.
10. Рулетка-2 шт.
11. Макет площадки с фишками-2 комплекта.

#### ***Информационное обеспечение.***

Методические пособия; Перечень Интернет-ресурсов:

1. <http://www.minsport.gov.ru>    2. <http://murmansport.ru>    3. <http://gorsport51.ru>
2. Дистанционное обучение осуществляется посредством платформы и мессенджера «Ватсап».

#### ***Кадровое обеспечение***

Педагог должен владеть необходимой профессиональной компетентностью для реализации программы: имеет опыт работы с обучающимися данного возраста, имеет навык организации образовательной

деятельности обучающихся, обладает сформированными социально ориентированными личностными качествами (ответственность, доброжелательность, коммуникабельность, целеустремленность, эмпатия, тактичность и др.), а также обладает необходимым уровнем знаний и практических умений в соответствующей предметной области.

### 2.3. Формы аттестации / контроля, формы аттестации

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.

- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: учебно-тренировочные занятия; беседы; подвижные и спортивные игры; просмотр матчей.

Контроль и отслеживание результатов деятельности проводится с целью выявления уровня развития специальных навыков, знаний обучающихся с целью коррекции процесса обучения и учебно-познавательной деятельности обучающихся.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные методы и способы: - педагогическое наблюдение; - тестирование; - участие в соревнованиях, конкурсах; - игровые занятия.

Формы занятий:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование;
- медицинский контроль;
- соревнования;
- работа по индивидуальным планам в летний период.

### ***2.4 Оценочные материалы***

Система оценки по матрице диагностики образовательных результатов в дополнительном образовании (автор Буйлова Л.Н., Кленова Н.В.). Поскольку

образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей: - учебным, фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы; - личностным, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении. Педагогом посредством вспомогательных таблиц заполняются две индивидуальные карточки, которые в совокупности позволяют наглядно представить: - набор основных знаний, умений и практических навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения конкретной образовательной программы; - систему важнейших личностных свойств, которые желательно сформировать у ребенка за период его обучения по данной программе и

время общения с педагогом и сверстниками. - определить возможные уровни выраженности каждого измеряемого показателя у разных детей, а значит, степень соответствия этих показателей предъявляемым требованиям.

2.5 Методические материалы Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются физические упражнения. Упражнения могут быть разделены на три группы: избранные соревновательные, специально-подготовительные, обще подготовительные. Избранные соревновательные упражнения - это целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий), которые являются средством ведения игры в волейбол. Специально-подготовительные упражнения включают элементы соревновательных действий, их связи и вариации, а также движения и действия, существенно сходные с ними по форме и характеру проявляемых способностей. Смысл любого специально подготовительного упражнения состоит в том, чтобы ускорить и улучшить процесс подготовки в соревновательном упражнении. Именно поэтому они специфичны в каждом конкретном случае. Общеподготовительных упражнения являются

преимущественно средствами общей подготовки обучающегося. общеподготовительные упражнения не имеют прямой связи с соревновательными и предназначены расширить запас двигательных навыков и качеств обучающегося, повысить его общую тренированность. Основные методы спортивной тренировки можно разделить на 3 группы: словесные, наглядные и практические. Выбор метода определяется задачей, возрастом, состоянием здоровья, подготовленностью, квалификацией спортсмена, применяемыми средствами и др. факторами. Словесный метод – с его помощью сообщаются теоретические сведения по технике, тактике, правилам соревнований.

Метод обеспечения наглядности применяют для создания зрительных, слуховых, двигательных образов. Практические методы (метод упражнений) основаны на двигательной активности.

*Используемые методы обучения:*

1. Словесные (источник знаний — слово) — рассказ тренера, беседа, объяснение, лекция, работа с книгой;
2. Наглядные (источник знаний — образ) — демонстрация реальных или изображенных объектов, явлений и их наблюдение;
3. Практические (источник знаний — опыт) — упражнения, соревнования.

*Педагогические технологии, используемые в учебно-воспитательном процессе:* Технология личностно - ориентированного обучения – позволяет максимально развивать индивидуальные познавательные способности ребёнка на основе имеющегося у него опыта жизнедеятельности. Основу данной технологии составляют дифференциация и индивидуализация обучения. Технология разноуровневого обучения – позволяет создать условия для включения каждого обучающегося в деятельность, соответствующую уровню его развития (разноуровневые задания, индивидуальные образовательные маршруты) Технология проектного обучения – ориентирована на самостоятельную деятельность обучающихся.



В основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления. Игровые технологии включают методы и приёмы организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр: ролевые игры, дидактические игры, коммуникативные, познавательные игры. Здоровьесберегающие технологии – направлены на сохранение здоровья, создание максимально возможных условий для развития духовного, эмоционального, личностного здоровья, повышения работоспособности обучающихся (чередование различных видов деятельности, физкультминутки, комплекс упражнений на снятие усталости, положительный психологический климат на занятии).

### **2.3. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы объединения**

#### **Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** формирование и развитие у обучающихся системы нравственных, морально-волевых и мировоззренческих установок, способствующих их личностному, гармоничному развитию и социализации в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами, как основы их воспитанности.

#### **Задачи программы:**

1. Развитие морально-нравственных качеств обучающихся: честности; доброты; совести; ответственности, чувства долга.
2. Приобщение обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни,
3. Формирование нравственного отношения к человеку, труду и природе.

#### **Направления воспитательной работы объединения:**

- нравственно и духовное воспитание;
- интеллектуальное воспитание;
- формирование коммуникативной культуры;

- воспитание положительного отношения к труду и творчеству.

### Календарный план воспитательной работы объединения

<i>№</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Задача</i>	<i>Срок</i>	<i>Примечание</i>
1	Участие объединения в проведении Вечера спорта на базе МОУ Водзимонская СОШ	Привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения; развитие спортивного духа и коллективизма.	апрель	
2	Участие в сельском спортивном мероприятии «Ночь спорта»	Развитие спортивного духа и коллективизма; привлечение внимания обучающихся и родителей к деятельности объединения.	январь	
3	Интеллектуальная игра «1000 вопросов»	развитие интеллектуального воспитания, познавательных навыков обучающихся, умение ориентироваться в информационном пространстве, воспитание чувства здорового соперничества и взаимопомощи в процессе игры.	март	

## 1.5. Список литературы

1. Настольная книга учителя физической культуры (под. ред. Коффмана).
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.ил. – (Работаем по новым стандартам).
3. Спортивные игры (под ред..Г.Н. Николаева) М.:«Просвещение»,1998-46с.
4. Правила игры в волейбол.(под. Ред. М.В. Петровой). - М.: «Просвещение»,2009.
5. «Волейбол в школе», ( под ред. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский)М.: «Просвещение»,1990.

Контрольно – измерительные материалы

Оценка практической подготовленности по контрольным упражнениям:

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
I. Передача мяча	1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).	11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	7	5	3	1	6	4	3	1
		13	9	6	4	2	7	5	3	2
		14	12	9	5	3	9	7	4	3
	2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в	11	3	2	1	0	3	2	1	0
		12	5	4	2	1	4	3	2	1

кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)									
3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	11	4	3	2	1	4	3	2	1
	12	6	5	3	2	5	4	3	2
4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в	13	4	3	2	1	3	2	1	0
	14	6	5	3	2	5	4	2	1
	15	6	5	3	2	5	4	3	2



	6. Передача мяча двумя	15	4	3	2	1	3	2	1	0
	руками сверху из зоны 2 в	16	4	3	2	1	4	3	2	1
	кольцо, установленное в	17	5	4	2	1	4	3	2	1
	зоне 4, предварительной									
	передачи мяча из зоны 6 (10									
	попыток)									
	7. Передача мяча двумя	15	5	4	3	2	4	3	2	1
	руками сверху в прыжке из	16	5	4	3	2	4	3	2	1
	зоны 4 через сетку в	17	7	5	4	2	5	4	3	2
	прямоугольник 2х3 м,									
	расположенный у лицевой									
	линии в зоне 6,									
	предварительной передачи									
	мяча из зоны 3 (10 попыток)									
II.	Подача									
мяча	1. Нижняя прямая	11	7	4	3	1	6	4	3	1
	подача в									
	пределы площадки (10	12	8	6	4	2	7	5	3	2
	попыток)									
	2. Нижняя прямая подача	11	4	3	2	1	4	3	1	0

на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	12	6	4	3	2	5	4	2	1
3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	13	8	5	3	2	6	4	3	2
	14	9	7	5	3	7	5	4	2
4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	13	5	4	2	1	4	3	2	1
	14	6	5	3	2	5	4	2	1
5. Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5	15	6	5	3	2	5	4	2	1
	16	7	5	4	3	5	4	3	2



попыток в левую и правую половину площадки)	17	8	6	4	3	6	4	3	2
б. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)	15	5	4	2	1	4	3	2	1
	16	7	6	4	2	5	3	2	1
	17	8	7	5	3	6	5	3	2

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
III. Нападающий удар	1. Прямой нападающий удар из зоны 4 в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	11	3	2	1	0	2	1	-	-
		12	4	3	2	1	3	2	1	-
		13	6	5	3	2	6	5	3	2
		14	8	6	4	3	6	5	3	2
	2. Нападающий удар из зоны 4 на точность (по 5 попыток в зоны 1 и 5) с передачи из зоны 3	15	6	5	4	3	5	4	3	2
		16	7	6	4	3	6	5	3	2
		17	8	7	5	4	7	6	4	3
	3. Прямой нападающий удар	15	5	4	3	2	4	3	2	1

	из зоны 4 на силу в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	16	7	6	5	4	6	5	4	3
		17	8	6	5	4	6	5	4	3
IV.	1. Блокирование нападающего	13	2	1	1	-	1	1	-	-
Блокирование	удара из зоны 4 в зону 5	14	2	1	1	-	2	1	-	-
е	(10 попыток)	15	5	4	2	1	4	3	2	1
		16	6	5	4	2	5	4	3	1
		17	8	6	4	3	7	5	3	1
	2. Блокирование нападающего	13	2	1	1	-	1	1	-	-
	удара из зоны 2 в зону 1	14	2	1	1	-	2	1	-	-
	(10 попыток)	15	5	4	2	1	5	3	2	1
		16	6	5	4	2	5	4	3	1
		17	8	6	4	3	7	5	3	1

3. Блокирование нападающего	15	4	3	2	1	3	2	2	1
удара из зоны 3 в пределы	16	5	4	3	2	4	3	3	1
площадки (10 попыток)	17	6	5	4	2	5	4	3	1