


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Миньковская средняя школа  
имени лётчика-космонавта Героя Советского Союза П.И. Беляева»

<p>ПРИНЯТО на заседании педагогического совета от 27.08.2024 г. протокол № 10</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор Приказ № 185 от 27.08.2024 г.</p> 
---	---

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

Возраст обучающихся: 9-12 лет  
Срок реализации программы: 9 месяцев

Автор: Власов Максим Михайлович  
Учитель физической культуры

с. Миньково  
2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Направленность программы**

Программа «Волейбол» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой физкультурно-спортивной направленности, стартового уровня.

**Актуальность** данной программы определяется её возможностями удовлетворять запросы детей, используя потенциал их свободного времени, опираясь на личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию. В настоящее время растёт спрос со стороны родителей и детей на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, так как дети занимающиеся спортом с раннего возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников. Игра – основной вид деятельности, эффективное средство физического воспитания, подготовка к жизни и труду. Волейбол, как спортивная игра, имеет очень широкий спектр средств формирования личности ребенка, широко используется как средство укрепления его физического и психического здоровья.

**Педагогическая целесообразность** образовательной программы заключена в разумной достаточности меры педагогического вмешательства, предоставление воспитанникам самостоятельности и возможностей для самовыражения. Она определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение не только к физической, но и к общечеловеческой культуре, на применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

**Новизна** программы состоит в своеобразном подходе к подготовке волейболистов и призвана соответствовать приоритетным идеям дополнительного образования.

Ребёнку даётся возможность самому определить свой образовательный путь, и в случае, если он быстрее и лучше справляется с заданиями, возможность дальнейшего своего совершенствования. Кто же

медленнее продвигается в своих достижениях, не должен восприниматься как отстающий. Достижения и того, и другого должны расцениваться по шкале их собственных возможностей, а не в сравнении с другими.

Обучающийся должен иметь возможность лично принимать участие в конкретной деятельности, направленной на получение им новых знаний и умений, решая при этом жизненно важные для него проблемы, которые могут быть связаны с общением с друзьями, людьми старшего возраста, организацией досуга, поиском повышения своего статуса в группе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена с учетом требований **основных государственных и ведомственных нормативных документов:**

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ (с последующими изменениями)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» утвержден протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3 (с изменениями)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р
- Положение о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в объединениях дополнительного образования

МБОУ «Миньковская СШ им. П.И. Беляева» утверждённое приказом № 210 от 25.08.2020 г.

- «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28
- «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816
- «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 ноября 2019 г. N 467 (зарегистрирован в Минюсте РФ 6 декабря 2019 года)
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения «Миньковская СШ им. П.И. Беляева»

### **Отличительные особенности программы**

В данной программе обобщен и отражен опыт работы детско-юношеских спортивных школ по волейболу, отражающий основные принципы обучения в целом и спортивной подготовки в частности. Предварительного отбора для занятий в секции не проводится. Поэтому программа является достаточно гибкой и предусматривает возможность подключения подростков к занятиям на втором, третьем и последующих годах обучения при наличии у подростка соответствующего уровня технической подготовки, физического развития и при успешном выполнении контрольных нормативов.

В связи с отсутствием спортивного отбора в группы, снижены нормативные требования по разделам подготовки и требования к выполнению спортивных разрядов.

**Цель** данной программы заключается в формировании физически и психически здоровой, социально активной личности ребенка, способной к самореализации в спортивной, трудовой и общественной деятельности в будущем через занятия волейболом.

### **Задачи программы**

#### ***Образовательные:***

- сформировать школу движений, практических двигательных умений и навыков, сознательное управление своим телом, сообщить теоретические знания из области физической культуры и здорового образа жизни;
- сформировать навыки и привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- достигнуть возможного для каждой возрастной группы уровня развития физических и игровых качеств;
- сформировать интерес, потребности к систематическим занятиям волейболом;
- дать знания, теоретические сведения по физической культуре, в частности по волейболу;
- сформировать умения действовать в игровой обстановке, в соревновательных условиях.

#### ***Развивающие:***

- развить специальные физические качества и способности необходимые при совершенствовании техники и тактики игры волейбол;
- развить физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;

- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;

- развить способности управлять эмоциями и волевые качества;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- развить стойкий интерес к занятиям физическими упражнениями.

### **Оздоровительные:**

- содействовать всестороннему физическому развитию организма ребенка, устойчивости против неблагоприятных сил природы, укреплению здоровья, воспитанию навыков и привычек соблюдения правил личной гигиены;

- устранить повышенную утомляемость, нарушение осанки и координации;

- содействовать профилактике простудных заболеваний, борьбе с избыточным весом, пропаганде здорового образа жизни.

### **Воспитательные:**

- создать в процессе обучения атмосферу доброжелательности, сотрудничества, включить в активную деятельность, создать комфортную обстановку, ситуацию успеха;

- воспитать личность спортсмена;
- сформировать спортивный коллектив;
- воспитать чувство товарищества, взаимопомощи;
- воспитать умение соревноваться индивидуально и коллективно;
- привить учащимся спортивную этику;
- воспитать чувство патриотизма и ценностного отношения к труду

и здоровью.

В данной программе представлено содержание работы на **трёх этапах:**

1. спортивно-оздоровительный;
2. начальной подготовки;

### **3. учебно-тренировочный.**

#### **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 9 месяцев (34 недели), что составляет 68 часов: со 2 сентября 2024 года по 30 мая 2025 года.

#### **Режим, формы занятий**

Занятия проходят – 1 раз в неделю 2 академических часа (академический час - 40 минут)

Основными формами занятий являются:

- Теоретические занятия.
- Практические занятия (однонаправленные, комбинированные).
- Игровые занятия (подвижные, спортивные игры, эстафеты ).
- Тренировки по индивидуальным планам.
- Календарные соревнования.
- Учебные, тренировочные и товарищеские игры.
- Медицинский контроль.
- Восстановительно-профилактические и оздоровительные мероприятия.
- Инструкторская и судейская практика.

#### **Характеристика участников программы**

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – 9-12 лет. Для зачисления в объединение специальных знаний и подготовки не требуется. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Наполняемость группы 8-15 человек.

#### **Планируемые результаты**

**обучающиеся будут знать:**

1. Основные понятия, термины волейбола.
2. Историю развития волейбола.
3. Основы правил соревнований в избранном виде спорта.
4. Технику безопасности на занятиях.

5. Правила техники безопасности на занятиях волейболом.
6. Оказание первой помощи при травмах.
7. Основы правил соревнований в избранном виде спорта.
8. Основы техники и тактики волейбола.

**Овладеют умениями:**

1. Владеть основами гигиены.
2. Соблюдать режим дня.
3. Владеть основами техники и тактики волейболиста.
4. Выполнять физические упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, спины, живота, ног, выполнять разминку и заминку.
5. Применять технику и тактику волейбола в различных условиях.
6. Готовиться к тренировочным занятиям и соревнованиям.
7. Выполнять комплексы физических упражнений на развитие различных физических качеств.
8. Различать технические и тактические особенности в волейболе.

**Формы подведения итогов реализации программы**

В процессе обучения предусматривается два вида контроля: текущий, итоговый контроль. Текущий контроль проводится на каждом занятии с целью выявления и устранения ошибок, и получения качественного результата освоения программного материала (анализ, беседа, наблюдение, контрольное задание).

Итоговый контроль в конце учебного года проводится для оценки результатов освоения программы и предполагает товарищескую игру для оценки знаний, умений и навыков игры (см. Приложение 1).

Уровень развития физических качеств и технической подготовленности оценивается также по результатам участия в школьных, районных соревнованиях.



## **Воспитательный компонент**

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

**Цель** – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

**Используемые формы воспитательной работы:** беседы, соревнования, игровые программы, товарищеские встречи.

**Методы:** беседа, мини-викторина, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

**Планируемый результат:** повышение мотивации к спорту и личностному развитию; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

### Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в специализированном помещении, правила поведения	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4	Работа над сплочением коллектива	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Ноябрь, декабрь, март, апрель, май

## Учебный План

№	ИЗУЧАЕМЫЕ ТЕМЫ	Количество занятий	Количество часов
1	История развития волейбола Общие основы волейбола	2	2
2	Правила игры и методика судейства	2	2
3	Техническая подготовка волейболистов	2	2
4	Физическая подготовка	2	2
5	Методика тренировки волейболистов	2	2
	<i>Техника нападения:</i>		
6	перемещения	2	2
7	стойки	2	2
8	подачи	10	10
9	передачи	4	4
10	нападающие удары	4	4
	<i>Техника защиты:</i>		
11	перемещения	4	4
12	прием мяча	4	4
13	блок	2	2
	<i>Тактика нападения:</i>		
14	индивидуальные действия	2	2
15	групповые действия	2	2
16	командные действия	2	2
	<i>Тактику защиты:</i>		
17	индивидуальные действия	6	6
18	групповые действия	6	6
19	командные действия	7	7
20	Товарищеская игра	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>68</b>

## Содержание учебного плана

История развития волейбола, Общие основы волейбола, Правила игры и методика судейства, Техническая подготовка волейболистов, Физическая подготовка, Методика тренировки волейболистов

Техника нападения: перемещения, стойки, подачи, передачи, нападающие удары

Техника защиты: перемещения, прием мяча, блок

Тактика нападения: индивидуальные действия, индивидуальные действия, командные действия

Тактику защиты: индивидуальные действия, групповые действия, командные действия

## Календарный учебный график

№ занятия	Дата по плану	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Содержание
№ 1	Сентябрь	Групповая	2	История развития волейбола	<ul style="list-style-type: none"><li>- Становление волейбола как вида спорта</li><li>- Последовательность и этапы обучения волейболистов.</li><li>- Общие основы волейбола</li></ul>
№ 2	Сентябрь	Групповая	2	Правила игры и методика судейства	<ul style="list-style-type: none"><li>- Правила игры и методика судейства соревнований.</li><li>- Эволюция правил игры по волейболу</li><li>- Упрощенные правила игры</li><li>- Действующие правила игры.</li><li>- Методика судейства соревнований.</li></ul>

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- Терминология и жестикуляция.</li> </ul>
№ 3	Сентябрь	Групповая	2	Техническая подготовка волейболиста	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.</li> <li>- Основные задачи технической подготовки.</li> <li>- Особенности проведения занятий в начальном периоде обучения технике.</li> <li>- Всесторонняя физическая подготовка – необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения.</li> <li>- Определения и исправление ошибок.</li> <li>- Задачи тренировочного процесса.</li> <li>- Показатели качества спортивной техники (эффективность, экономичность, простота решения задач, помехоустойчивость)</li> <li>- Основы совершенствования технической подготовки. Методы и средства технической подготовки.</li> <li>- Контроль технической подготовкой.</li> </ul>
№ 4	Сентябрь	Групповая	2	Техника игры в волейбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Взаимосвязь техники нападения и защиты в обучении и тренировке.</li> <li>- Ознакомление с техникой игры.</li> <li>- Последовательность, методы, методические приемы при обучении и</li> </ul>

					<p>совершенствовании техники игры.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Роль соревнований для проверки технической подготовки игроков.</li> <li>- Нормативные требования и испытания по технической подготовке.</li> <li>- Техника игры, ее характеристика.</li> <li>- Особенности современной техники волейбола, тенденции ее дальнейшего развития.</li> <li>- Терминология.</li> <li>- Техника нападения, техника защиты.</li> <li>- Взаимосвязь развития техники нападения и защиты.</li> </ul>
№5	Октябрь	Групповая	2	Физическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Характеристика средств и методов, применяемых при проведении общеразвивающих, подготовительных, подводящих и специальных упражнений.</li> <li>- Подбор упражнений при составлении и проведении комплексов по физической подготовке.</li> <li>- Индивидуальный подход к занимающимся при решении задач физической подготовки.</li> <li>- Виды контрольных тестов по физической подготовке. Проведение тестирования.</li> </ul>
№ 6	Октябрь	Групповая	2	Методика	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбор и применение</li> </ul>

				тренировки волейболистов	<p>упражнений для исправления ошибок в технике игры.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбора и проведение упражнений для развития физических качеств.</li> <li>- Анализ средств и методов при обучении основным техническим приемам.</li> <li>- Виды упражнений и методы, применяемые при обучении.</li> </ul> <p>Применение технических средств при обучении технике.</p>
№7	Октябрь	Групповая	2	Стартовые стойки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Устойчивая, основная: статическая и динамическая стартовая стойки.</li> </ul>
№8	Октябрь	Групповая	2	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места; толчком одной с разбега, с места).</li> </ul>
№9	Ноябрь	Групповая	2	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в защите	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Техника стоек, перемещений волейболиста в защите. Ходьба обычным шагом, скрестным шагом (бег), приставным шагом (бег).</li> <li>- Выпады: вперед, в сторону.</li> <li>- Остановки: скачком, шагом, двумя сверху, вперед (короткие, средние, длинные) на месте.</li> </ul>
№10	Ноябрь	Групповая	2	Обучение технике	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подводящие упражнения</li> </ul>

				нижней прямой подачи	для обучения нижней прямой подаче; - специальные упражнения для обучения нижней прямой подаче;
№11	Ноябрь	Групповая	2	Обучение технике нижней боковой подачи	- подводящие упражнения для обучения нижней боковой подаче; - специальные упражнения для обучения нижней боковой подаче;
№12	Ноябрь	Групповая	2	Обучение технике верхней прямой подачи	- подводящие упражнения для обучения верхней прямой подаче; - специальные упражнения для обучения верхней прямой подаче;
№13	Декабрь	Групповая	2	Обучение технике верхней боковой подаче	- подводящие упражнения для обучения верхней боковой подаче; - специальные упражнения для обучения верхней боковой подаче;
№14	Декабрь	Групповая	2	Обучение укороченной подачи	- специальные упражнения для обучения укороченной подаче - подача на точность;
№15	Декабрь	Групповая	2	Обучения технике верхних передач	- техника передачи мяча двумя руками сверху - техника передачи мяча в прыжке над собой, назад (короткие, средние, длинные). - двумя руками с поворотом, без поворота одной рукой.
№16	Декабрь	Групповая	2	Обучение технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше	- подводящие упражнения для обучения: - с набивными мячами, с баскетбольными



				верхнего края сетки).	<ul style="list-style-type: none"> <li>мячами;</li> <li>- специальные упражнения в парах на месте;</li> <li>- специальные упражнения в парах с перемещением;</li> <li>- специальные упражнения в тройках;</li> <li>- специальные упражнения у сетки</li> </ul>
№17	Январь	Групповая	2	Обучение технике передач снизу	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подводящие упражнения с набивными мячами;</li> <li>- имитационные упражнения с волейбольными мячами;</li> <li>- специальные упражнения индивидуально у стены;</li> <li>- специальные упражнения в группах через сетку;</li> <li>- упражнения для обучения передаче одной рукой снизу</li> </ul>
№18	Январь	Групповая	2	Обучение технике нападающих ударов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подводящие упражнения с набивным мячом;</li> <li>- упражнения для обучения напрыгиванию;</li> <li>- упражнения с теннисным мячом;</li> <li>- упражнения для обучения замаху и удару по мячу;</li> <li>- специальные упражнения у стены в опорном положении;</li> <li>- специальные упражнения у стены в прыжке (в парах);</li> <li>- специальные упражнения с мячом и резиновыми</li> </ul>

					<p>амортизаторами;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специальные упражнения на подкидном мостике;</li> <li>- специальные упражнения в парах через сетку;</li> </ul>
№19	Январь	Групповая	2	Обучение технике приема подач	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения для обучения перемещению игрока;</li> <li>- имитационные упражнения с баскетбольными мячами по технике приема подачи (на месте, после перемещения);</li> <li>- специальные упражнения в парах без сетки;</li> <li>- специальные упражнения в тройках без сетки;</li> <li>- специальные упражнения в паре через сетку.</li> </ul>
№20	Февраль	Групповая	2	Обучение технике приема мяча с падением	<ul style="list-style-type: none"> <li>- на спину, бедро-спину, набок, на голени, кувырок, на руки – грудь</li> </ul>
№21	Февраль	Групповая	2	Обучение технике блокирования (подвижное, неподвижное)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков;</li> <li>- имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения);</li> <li>- имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольными мячами (в паре);</li> <li>- специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре);</li> <li>- упражнения по технике</li> </ul>

					группового блока (имитационные, специальные)
№22 №23 №24	Февраль Февраль Март	Групповая	6	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповые взаимодействия.</li> <li>- Характеристика командных действий в нападении. Условные названия тактических действий в нападении. Функции игроков.</li> <li>- Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями. Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом</li> </ul>
№25	Март	Групповая	2	Обучение индивидуальным тактическим действиям	<ul style="list-style-type: none"> <li>- При выполнении вторых передач, подбор упражнений, составление комплексов упражнений для развития быстроты перемещений</li> </ul>
№26	Март	Групповая	2	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Групповые взаимодействия.</li> <li>- Характеристика командных действий.</li> <li>- Взаимодействие игроков.</li> <li>- Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом.</li> </ul>
№27	Апрель	Групповая	2	Обучение индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучение технике передаче в прыжке: откидке, отвлекающие действия при вторых передачах.</li> <li>- Подбора упражнений для воспитания быстроты ответных</li> </ul>

					<p>действий.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения на расслабления и растяжения.</li> <li>- Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке.</li> <li>- Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока.</li> <li>- Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП.</li> <li>- Подбор упражнений для развития ловкости, гибкости.</li> </ul>
№28	Апрель	Групповая	2	Обучение тактике нападающих ударов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нападающий удар задней линии. СФП.</li> <li>- Подбор упражнений для развития специальной силы.</li> </ul>
№29	Апрель	Групповая	2	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения для развития прыгучести.</li> <li>- Нападающий удар толчком одной ноги.</li> <li>- Учебная игра.</li> </ul>
№30	Апрель	Групповая	2	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Упражнения для развития гибкости.</li> <li>- Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут).</li> <li>- Упражнения для развития силы (гантели, эспандер). Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Упражнения для развития быстроты перемещений.</li> </ul>
№31	Май	Групповая	2	Обучение групповым	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбор упражнений для воспитания прыгучести</li> </ul>

				действиям в защите внутри линии и между линиями	и прыжковой ловкости волейболиста. - Учебная игра.
№32	Май	Групповая	1	Товарищеская игра	- Техничко-тактические действия в защите при страховке игроком 6 зоны - Учебная игра.
№33	Май	Групповая	3	Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов	- Техничко-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока. - Учебная игра.
№34	Май	Групповая	2	Обучение индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	- Обучение приему мяча от сетки. - Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме нападающих ударов. - Развитие координации. - Учебная игра.

## **Организационно-педагогические условия и методическое обеспечение реализации программы**

### **Методическое обеспечение программы**

Содержание данной программы построено с учетом, как общепедагогических принципов обучения, так и основополагающих принципов спортивной подготовки юных волейболистов – системность, преемственность, вариативность.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание

пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. Необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите.

Программа предусматривает дифференцированный и личностно-ориентированный подход к обучению, что позволяет сформировать основные компоненты учебной деятельности: умение видеть цель и способы ее достижения, умение контролировать и оценивать свои действия, реализовывать свои умения и навыки в практической деятельности.

На начальном этапе подготовки в данной программе наиболее широко используется игровой и соревновательный метод организации учебно-тренировочных занятий, что позволяет детям незаметно для себя и без давления со стороны тренера в процессе игры осваивать сложные технические элементы, тактические взаимодействия. Важной особенностью здесь является принцип доступности и последовательности при подборе заданий и построении системы занятий. Нельзя требовать от детей больше, чем они могут выполнить на данном возрастном этапе.

Несмотря на преимущественное технико-тактическое направление обучения уже на этапе начальной подготовки, не рекомендуется раннее формирование игрового амплуа волейболистов, поскольку преждевременное разделение игроков по игровым функциям значительно сужает перспективы их дальнейшего совершенствования. На этапе начальной специализации юные спортсмены должны научиться выполнять любые функции в команде. Только после того как юный волейболист овладеет комплексом навыков и умений и определяется его индивидуальные качества, можно переходить к специализации по игровому амплуа.

### **Результативность программы**

О результативности освоения дополнительной образовательной программы можно судить по сформированности у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

- устойчивая ориентация обучающихся на здоровый образ жизни, сбалансированный спортивный режим, снижение уровня заболеваемости;
- сформированность личностных качеств, мотивация на получение новых знаний;
- достаточное физическое развитие;
- владение теоретическими знаниями;
- владение техническими и тактическими приемами игры;
- выполнение классификационных спортивных разрядов;
- высокая результативность соревновательной деятельности;
- способность к самореализации, умение применять полученные навыки в соревновательной деятельности, в инструкторско-судейской практике, в жизненных ситуациях.

#### **Основные показатели выполнения программы.**

1. Посещаемость тренировочных занятий.
2. Состояние здоровья, уровень физической подготовленности учащихся.
3. Динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями.
4. Уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта.

#### **Минимальные требования к педагогу, реализующему программу**

- образование: высшее педагогическое;
- профессиональная категория: первая категория;
- образование педагога соответствует профилю программы.

Сопровождение группы дополнительным педагогом программой не предусмотрено.

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

Для практических занятий используются:

- Спортивный зал размером 9x18
- Компьютерная и мультимедийная техника.
- Мячи волейбольные.
- Сетка волейбольная.
- Насос.

Санитарно-гигиенические условия удовлетворительные. Аптечка для оказания первой медицинской помощи имеется. Освещенность в нормах СанПиН.

### **Оценочные материалы**

Для определения достижений обучающихся планируемых результатов проводится итоговый контроль в форме товарищеской игры (См. приложение 1).

#### **Критерии оценивания работы.**

- 1.Знание и соблюдение правил игры в волейбол(0-4 балла)
- 2.Умение применять тактические схемы и технические приемы во время игры. (0-4 балла)
- 3.Умение работать в команде(0-4 балла)

Результат в сумме распределяется по трем уровням освоения программы:

Высокий уровень 12-9 баллов

Средний уровень 8-6 баллов

Низкий уровень 5-0 баллов



### **Список рекомендуемой литературы для педагога:**

1. Железняк Ю.Д., Л.Н. Слупский «Волейбол в школе», Москва, «Просвещение» 2008.
2. Железняк Ю.Д. , Л.Н. Слупский, Волейбол в школе, М – «Просвещение» 2009 г.
3. Лях В.И.. Координационные способности школьников. – Минск, «Полымя», 2000 г.
4. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. – Москва, «Физкультура и спорт» 2000 год.
5. Найминова Э.. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г.
6. <http://www.zavuch.info/>
7. <http://mon.gov.ru/>

### **Список рекомендуемой литературы для обучающихся и родителей:**

1. Клещев Ю.Н., А.Г. Фурманов Юный волейболист, М – «Физкультура и спорт» 1990 г.
2. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе, М – «Физкультура и спорт» 2000 г.

**Итоговый контроль**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**Секция «Волейбол»**

**Форма проведения: товарищеская игра**

**Критерии оценивания работы.**

1. Знать и соблюдать правила игры в волейбол(0-4 балла)
2. Умение применять тактические схемы и технические приемы во время игры. (0-4 балла)
3. Умение работать в команде(0-4 балла)

Результат в сумме:

Высокий уровень 12-9 баллов

Средний уровень 8-6 баллов

Низкий уровень 5-0 баллов