

Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №62»

Принята на заседании
педагогического совета
от «23» мая 2024 г.
Протокол №11

Утверждаю
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №62»
_____ О.А. Шишкова
Приказ от «24» мая 2024 г.
№ 402
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся-7-8 лет
Срок реализации - 1 год

Автор-составитель:

Никонюк Анастасия Александровна
педагог дополнительного
образования

Курск, 2024

Оглавление

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.2. Цель программы.....	5
1.3. Задачи программы.....	5
1.4. Содержание программы	6
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗОВАННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....	10
2.1. Календарный учебный график	10
2.2. Оценочные материалы.....	10
2.3. Формы выявления и оценки образовательных результатов.....	11
2.4. Формы промежуточной аттестации	11
2.5. Методическое обеспечение программы	11
3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ И ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	13
4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	17
4.1. Список литературы, рекомендованной педагогам.....	17
4.2. Список литературы, рекомендованной учащимся.....	17
4.3. Список литературы, рекомендованной родителям.....	17
5. ПРИЛОЖЕНИЕ	18

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в сфере дополнительного образования.

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. от 29.12.2022 г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023 г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;
- Постановление Правительства Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. №2;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Закон Курской области от 09.12.2013 г. №121-ЗКО «Об образовании в Курской области»;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.03.2023 г. №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
- Устав МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №62» (приказ комитета образования г. Курска от 10.06.2021 г. №250);
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (приказ от 10.03.2023 г. № 170).

Направленность программы. Программа «Волейбол» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы. Волейбол базируется на востребованности современного общества приобщении детей разного возраста к активным видам спорта для укрепления здоровья, развития умственных и физических качеств. Освоение учащимися теории и практики программы обеспечивает улучшение показателей их общей физической и специальной подготовки, общее укрепление здоровья, способствует формированию социально-позитивной модели поведения, приобщает к здоровому образу жизни, ограждает от негативного влияния улицы, формирует неприятие вредных привычек, создает условия для социальной адаптации и самореализации.

Занятия волейболом развивают скорость и нестандартность мышления, аналитические способности и мыслительную активность в выстраивании игровой стратегии и тактики, адекватность восприятия и действия в спортивной ситуации, физические качества и двигательные навыки, позитивные командные взаимоотношения, культуру и этику поведения спортсмена. Режим тренировок укрепляет сердечно-сосудистую, костно-мышечную и дыхательную системы; улучшает объемное и периферическое зрение, координацию и точность движений, общую моторику, глазомер, моторную память; развивает

ориентировку в пространстве, быструю реакцию на зрительные и слуховые сигналы, способность к быстрому чередованию напряжения и расслабления.

Отличительные особенности программы.

Материал программы базируется на необходимости активного физического развития детей и подростков в современных условиях.

Важной частью процесса обучения является участие в соревнованиях по волейболу. Это учит учащихся преодолевать усталость, неуверенность; позволяет пережить ситуацию успеха, повысить самооценку, добиться желаемых спортивных результатов. Программный материал учитывает необходимость психологической подготовки учащихся к соревнованиям, которая формирует положительную мотивацию, проявляет чувство собственного достоинства и уверенность в своих силах, снимает чувство страха, неуверенности перед соперником, укрепляет волю.

Освоение теории и практики программного материала улучшает общие и специальные физические показатели учащихся, раскрывает и усиливает их интеллектуальные и мыслительные способности; вооружает значительным объемом специальных знаний и тактико-технических действий; обеспечивает последовательность и непрерывность целостного процесса духовного и физического становления юных спортсменов, преемственность в повышении их спортивного мастерства; формирует и воспитывает духовно-нравственные и личностные качества: любознательность, познавательную активность, ответственность, дисциплинированность, целеустремленность, выдержка, работоспособность, аккуратность, честность, скромность, дружелюбие, стремление к взаимопомощи, силу воли, способность к самодисциплине и самоконтролю, основы здорового образа жизни, патриотические представления.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке на основе технической программы Международной Федерации Волейбола (FIVB), научные и методические разработки отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов. Включает в себя подбор упражнений для формирования и улучшения физических и технических показателей по интенсивности, энергоемкости, координационной сложности и психической напряженности в соответствии с сенситивными периодами развития детей и подростков, а также широкое привлечение упражнений из сопутствующих видов спорта.

Упражнения по общефизической и специальной физической подготовке (ОФП, СФП) выделены в отдельные разделы учебно-тематического планирования программы, но отрабатываются на каждом занятии в зависимости от нагрузки. Занятия ОФП укрепляют здоровье, улучшают общее физическое развитие, развивают и укрепляют костно-мышечную систему, улучшают функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивают основные физические качества и показатели учащихся. Содержание СФП составляют упражнения на развитие силовых, скоростно-силовых способностей, гибкости, ловкости, равновесия. В основу упражнений СФП положены технические действия, поэтому большая часть упражнений сопряжена с тренировочными движениями волейбола. При этом программа «Волейбол» предусматривает поэтапное развитие необходимых способностей, двигательных и координационных качеств, черт характера и свойств личности.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки. Учебный материал программы не разделяется на теорию и практику. В процессе занятий весь теоретический материал осваивается только через практические формы работы.

Уровень программы – стартовый

Адресат программы - обучающиеся 7 – 8 лет.

Условия набора в учебные группы: Учебные группы комплектуются из числа детей 7-8 лет, желающих заниматься волейболом и имеющих справку врача педиатра о допуске к занятиям.

Количество учащихся в группе: 20 человек.

Объем и срок освоения программы – 1 год, 108 часов.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся.

Учащиеся детского возраста (7-8 лет). Детство период интенсивного биологического социального и психологического развития. В детстве закладываются предпосылки готовности к участию в общественно-трудовой жизни взрослых. Эта готовность обеспечивается обучением и воспитанием, усвоением ребенка опыта человечества, достижений его материальной и духовной культуры. Наряду с общими чертами детство имеет некоторые особенности, которые называются географическими, национально-культурными и другими факторами. Люди формируют в ребенке черты, свойства, привычки, отвечающие нормам и требованиям действующей в рамках данной культуры системы ценностей и традиций, приспосабливают к общепринятым.

Режим занятий. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу, всего 3 часа в неделю. Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

Форма обучения – очная.

Форма организации образовательного процесса: групповая

Особенности организации образовательного процесса – традиционная в рамках учреждения.

Программа адаптирована для реализации в условиях электронного обучения с применением дистанционных технологий обучения и включает работу в социальной сети ВКонтакте; на кроссплатформенной системе с функциями VoIP, позволяющей обмениваться текстовыми, голосовыми и видеосообщениями, стикерами и фотографиями, файлами разных форматов Телеграм; мессенджере Mail.Ru Агент с поддержкой IP-телефонии, видеозвонков, отправкой SMS; офлайн-консультации в режиме электронной переписки; транслирование видеороликов с корректировкой в онлайн-режиме.

1.2. Цель программы.

Развитие двигательной активности и физических показателей учащихся через формирование устойчивого деятельностного интереса к игре в волейбол.

1.3. Задачи программы.

Образовательно-предметные задачи:

- знакомить с историей развития волейбола как вида спорта;
- формировать этику поведения в спортивном зале;
- знакомить с основами анатомии и физиологии человека;
- учить приемам, способам и упражнениям общефизической и специальной физической подготовки;
- учить правилам техники безопасности;
- знакомить со специальной волейбольной терминологией;
- осваивать основы теории и практики волейбола;
- учить основам правил соревнований по волейболу;
- учить приемам и способам самостоятельной тренировки;
- знакомить со способами самообразования;
- формировать основы профилактики травматизма в волейболе;
- учить соблюдать режим занятий, личную гигиену, правильное питание, здоровый образ жизни.

Компетентностные задачи:

- учить формулированию и определению цели учебной деятельности;
- учить планированию действий и работе по плану;
- учить основам рефлексии;
- учить основам ориентирования в источниках информации;
- учить поиску и применению новой информации;
- учить формулировать и последовательно излагать свои мысли;
- воспитывать адекватное восприятие мнений других людей.

Личностные задачи:

- развивать любознательность и познавательный интерес;
- развивать фантазию, воображение;
- формировать основы здорового образа жизни;
- воспитывать бережное отношение к инвентарю и оборудованию;
- развивать внимание, наблюдательность, зрительную память;
- развивать наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- развивать координацию движений, точность глазомера;
- воспитывать дисциплинированность, ответственность;
- воспитывать дружелюбие, стремление к взаимопомощи;
- воспитывать стремление к достижению ситуации успеха;
- воспитывать основы духовно-нравственных ценностей.

1.4. Содержание программы**1.4.1 Учебный план.****Таблица 1**

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу	1	1		Викторина
2	Теоретическая подготовка	2	1	1	Опрос, самостоятельная работа
3	Общая физическая подготовка	28	3	25	Комплекс упражнений
4	Специальная физическая подготовка	15	2	13	Опрос, самостоятельная работа
5	Техническо-тактическая подготовка	48	7	41	Спортивные поединки
6	Промежуточная аттестация	2	-	2	Контрольные нормативы
7	Участие в спортивных мероприятиях	3	-	3	Наблюдение
8	Повторение	9	1	8	Опрос, спортивные поединки
ИТОГО		108	15	93	

1.4.2. Содержание учебного плана**1. Введение в программу (1)**

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры.

Теория. Введение в программу. Организация учебной работы, расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасного поведения на занятии. Правила безопасного использования спортивного инвентаря и оборудования. Травмы и их предупреждение. Правила поведения в зале.

Входная диагностика (теория).

Беседы: «История волейбола», «Гигиена спортсмена и здоровый образ жизни», «Травмоопасные факторы».

Практика.

Выполнение упражнений ОФП.

Входная диагностика (опрос, упражнения ОФП).

Игра «Теннис с волейбольным мячом» (на тренировку ловли и броска мяча).

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, мячи, скамейка гимнастическая, турник для отжиманий и подтягиваний, шведская стенка, ноутбук.

2. Теоретическая подготовка (2)

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры.

Теория. Краткая история волейбола. Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к одежде и обуви. Понятие здорового образа жизни. Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Питание при занятиях спортом. Влияние занятий волейболом на телосложение человека. Самоконтроль своего состояния во время и после занятия. Ознакомление с правилами проведения соревнований по волейболу.

Практика. Подготовка места занятий к учебной работе, к тренировке. Инструктаж по ТБ в спортивном зале.

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, волейбольные мячи, тренажер для отработки подачи, ноутбук.

3. Общая физическая подготовка (28)

Упражнения ОФП являются обязательной частью каждого занятия. Подбор, содержание и дозировка упражнений зависят от возраста и уровня физического развития учащихся.

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры, комбинация форм.

Теория. Значение общей физической подготовки для развития спортсмена. Система упражнений общей физической подготовки. Упражнения для развития различных групп мышц. Общеразвивающие упражнения (ОРУ), направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости.

Практика. Подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты и выносливости. Эстафеты, направленные на развитие скоростно-силовых способностей и показателей. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Подвижные игры, эстафеты на основе общеразвивающих упражнений.

Оборудование и оснащение: мячи набивные, скакалка гимнастическая, скамейка гимнастическая, турник навесной на гимнастическую стенку, гантели переменной массы (от 1 до 3 кг), мат гимнастический.

4. Специальная физическая подготовка (15)

Упражнения СФП являются обязательной частью каждого занятия. Подбор, сочетания упражнений должны содействовать не только физическому развитию, но и овладению техническими действиями в волейболе.

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры.

Теория. Изучение техники упражнений. Отработка правильного исполнения упражнений. Изучение техники верхней передачи, нижнего приема, подачи, нападающего удара, блокирования. Изучение правил проведения соревнований по волейболу.

Практика. Специальные упражнения для развития гибкости, силы, силовой выносливости, скоростно-силовой выносливости мышц.

Упражнения с отягощениями, с преодолением собственного веса, упражнения с набивным мячом, с гантелями. Специальные упражнения для развития специальной ударной выносливости: упражнения нападающего удара, со скакалкой, тренировка на «дорожках».

Самоконтроль при приеме мяча в падениях. Падение вперед с коленей, из стойки, падение на спину, на бок и др.

Тренировка в парах: отработка верхней передачи и нижнего приема, нападающий удар.

Подвижные игры с мячами. Парные упражнения с мячами.

Оборудование и оснащение: мячи набивные, жгуты, утяжелители, гимнастические скамейки, гимнастические маты.

5. Техническо-тактическая подготовка (48)

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры, комбинация форм.

Теория. Значение технической подготовки в игре волейбол. Техника нападения, защиты, нападающего удара и блокирования. Техника всех видов подачи. Значение тактической подготовки в игре волейбол. Тактика нападения. Тактика защиты. Основы интегральной подготовки в игре волейбол.

Практика.

Техника нападения. Действия без мяча: перемещение и стойки. Действия с мячом: передача мяча, подача мяча. Нападающие удары: прямой нападающий удар. Техника защиты. Действия без мяча: перемещение и стойки. Действия с мячом: приём мяча, приём мяча снизу двумя руками, блокирование.

Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия: взаимодействия игроков в средней линии. Командные действия: система игры с второй передачи игрока передней линии. Тактика защиты. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Командные основы интегральной подготовки в игре волейбол. Действия: приём подачи, система и схема игры. Чередование различных упражнений на быстроту. Чередование упражнений для развития скоростно-силовых качеств. Чередование упражнений на быстроту и скоростно-силовые качества (в различных сочетаниях).

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, волейбольные мячи, теннисные мячи, конусы, гимнастические маты, балансирующие подушки, тумба для прыжков, барьеры, гимнастическая скамья.

6. Промежуточная аттестация (2)

Формы работы на занятиях: сдача нормативов.

Практическая работа

Проведение контрольных нормативов по ОФП и СПФ (Приложение 6).

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, волейбольные мячи, теннисные мячи, конусы, тумба для прыжков, барьеры, гимнастическая скамья, секундомер.

7. Участие в спортивных мероприятиях (3)

Формы работы на занятиях: соревнования, лекция, беседа.

Теория. Правила участия в соревнованиях.

Беседы: «Правила соревнований».

Практика.

Проведение соревнований между учащимися объединения. Участие в соревнованиях.

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, волейбольные мячи, счет.

Повторение (9)

Формы работы на занятиях: соревнования, тестирование, практическая работа, игра.

Теория. Что такое ОФП, СФП, ТТП.

Беседы: «Правила соревнований».

Практика.

Закрепление изученной теории по волейболу.

Отработка нижнего приема, верхней передачи, нападающего удара и блока. Выполнение подачи. Подведение итогов обучения за год. Самостоятельные задания на летний период.

Спортивные игры.

Оборудование и оснащение: волейбольная сетка, волейбольные мячи, теннисные мячи, конусы, гимнастические маты, балансирующие подушки, тумба для прыжков, барьеры, гимнастическая скамья.

1.4.3. Планируемые результаты обучения на стартовом уровне

Образовательно-предметные результаты

Учащиеся будут знать:

- историю развития волейбола как вида спорта;
- этику поведения в спортивном зале;
- основы анатомии и физиологии человека;
- основные приемы, способы и упражнения общефизической и специальной физической подготовки;
- правила техники безопасности;
- основы теории и практики волейбола;
- основы правил соревнований по волейболу
- приемы и способы самостоятельной тренировки;
- основы профилактики травматизма в волейболе;
- режим занятий, гигиены, питания, здорового образа жизни;
- способы самообразования;
- основы тактики по виду спорта волейбол;
- формы взаимоотношений в коллективе со сверстниками.

Учащиеся будут уметь:

- соблюдать правила техники безопасности;
- выполнять основные приемы, способы и упражнения общефизической и специальной физической подготовки;
- демонстрировать основные устойчивые двигательные навыки (ходьба, бег, прыжки, метание);
- применять основы спортивной тактики, техники, правил волейбола;
- использовать тактические приемы в волейболе;
- использовать знания основ анатомии и физиологии человека для самотренировки;
- самостоятельно тренироваться;
- соблюдать этику поведения в спортивном зале;
- выполнять профилактику травматизма в волейболе;
- соблюдать режим занятий, гигиены, питания, здорового образа жизни, закаливания.

Компетентностные результаты

Учащиеся приобретут следующие компетенции:

- формулирование и определение цели учебной деятельности;
- планирование действий и работа по плану;
- основы рефлексии;
- ориентирование в источниках информации;
- поиск и применение новой информации;
- последовательное изложение мыслей в обсуждениях;
- адекватное восприятие мнений других людей.

Личностные результаты

Учащимися будут проявлять:

- любознательность и познавательный интерес;
- фантазия, воображение;
- понимание основ здорового образа жизни;
- бережное отношение к инвентарю и оборудованию;
- внимание, наблюдательность, зрительная память;
- наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- улучшенная координация движений, точность глазомера;
- дисциплинированность, ответственность;
- дружелюбие, стремление к взаимопомощи;
- стремление к достижению и переживанию ситуации успеха;

- понимание духовно-нравственных ценностей.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Год обучения, № группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	2024-2025, Группа №1	02.09.24	31.05.25	36	108	108	3 раза в неделю по 1 часу	Соответственно производственному календарю	Декабрь март май

2.2. Оценочные материалы

Комплекс оценочных контрольно-измерительных материалов включает в себя: перечень вопросов к каждому изученному разделу для проверки теоретических знаний и освоенной терминологии; перечень упражнений и заданий для самостоятельных тематических работ с указанием соответствующих разделов. Все указанные материалы используются для мониторинга при проведении промежуточной аттестации (Приложение 2). Для оценки результатов обучения на стартовом уровне применяется комплексный мониторинг и промежуточная диагностика в конце каждого полугодия: мониторинг результатов обучения по программе (теоретическая подготовка, практическая подготовка) (Приложение 3); мониторинг уровня проявления компетенций (Приложение 4), мониторинг уровня проявления личностных качеств (Приложение 5), сводную карту педагогического мониторинга (Приложение 6).

2.3. Формы выявления и оценки образовательных результатов

Виды контроля

Для отслеживания результативности образовательной деятельности проводится следующий контроль: входной (на начало года), текущий (на каждом занятии), промежуточный (по завершении раздела), итоговый (в конце каждого полугодия, в конце учебного года).

Формы отслеживания, фиксации, предъявления, демонстрации образовательных результатов:

Журнал учета работы педагога, наблюдение и дневник наблюдений, опрос, самостоятельная работа, мониторинг результатов обучения, фотоматериалы, видеозаписи, открытое занятие, соревнование, поединки, показательные выступления, аналитический материал по итогам проведения диагностики, аналитический материал по итогам тестирования и мониторинга.

2.4. Формы промежуточной аттестации

Формы промежуточной аттестации: опрос, тестирование, зачет, самостоятельная работа, командные игры, сдача нормативов. Аттестация первого года обучения проводится дважды: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия.

2.5. Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии

На занятиях применяются следующие современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы: технология личностно-ориентированного обучения, технология продуктивного обучения, технология сотрудничества, технология создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

Методы обучения

В процессе реализации программы применяются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- практический (упражнения, тренировка, самостоятельная работа);
- наглядный (показ педагога, видеопросмотры тренировок и выступлений других каратистов);
- репродуктивный (повторение освоенных приёмов каратэ, самостоятельная работа);
- метод стимулирования (поощрения, эмоциональный отзыв);
- метод самоконтроля, формирования ответственности учащихся (самоанализ освоенных движений и упражнений каратэ, самостоятельная работа, самоподготовка к соревнованиям, анализ собственного выступления на татами);
- метод контроля (опросы, наблюдение; контроль нормативов по общей, специальной физической и технической подготовке; контрольные соревнования, турниры).

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

Примерный алгоритм проведения учебного занятия

Таблица 3

	Этап занятия	Вид деятельности
1	Организационный этап	Организация учащихся на начало занятия. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.
2	Подготовительный этап	Комплекс разминочных общеукрепляющих упражнений. Выполнение разминки с мячами в парах или тройках.
3	Основной этап	Отработка техники верхней передачи, нижнего приема, упражнения с мячами для улучшения технических качеств, отработка подачи и нападающего удара.
4	Завершающий этап	Игра в волейбол. Заминка (восстановительные упражнения). Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия. Подведение итогов занятия.

Типы учебных занятий

Изучение и первичное закрепление новых знаний, закрепление знаний и способов деятельности, комплексное применения знаний и способов деятельности, обобщение и систематизация знаний и способов деятельности проверка, оценка знаний и способов деятельности(контрольное занятие), комбинированное занятие.

Формы учебных занятий

Традиционное учебное занятие, практическое занятие, занятие-тренировка, занятие-соревнование.

Методическое обеспечение образовательного процесса

Таблица 4

№	Название разделов	Дидактические и методические материалы
1	Введение в программу	- Инструкции по технике безопасности на занятиях по волейболу; - инструкции по технике безопасности при работе с оборудованием. - физкультурно-оздоровительные комплексы; - специализированная учебная литература по волейболу; - аудио- и видеоматериалы, методические рекомендации по организации образовательного процесса; - Мультимедийные презентации: Гигиена спортсмена. История волейбола. История возникновения волейбола.
2	Теоретическая подготовка	- Справочные материалы: форма для занятий волейболом; как правильно подобрать обувь.
4	Общая физическая подготовка	- Комплексы упражнений ОФП для развития различных групп мышц/физических качеств.
5	Специальная физическая подготовка	- Специальные упражнения для развития СФП; - Комплексы упражнений СФП для развития различных групп мышц/физических качеств. - инструкция «Правила безопасного использования спортивного инвентаря и оборудования.»
6	Техническо-тактическая подготовка	- Терминология волейбола -Видеоматериалы -Терминологические диктанты.
7	Промежуточная аттестация	- Сдача нормативов; - Терминологические диктанты.
8	Участие в спортивных мероприятиях	- правила соревнований по волейболу.

2.6. Условия реализации программы

Материально-технические условия

Кабинет. Для занятий объединения используется спортивный зал, отвечающий санитарно-эпидемиологическим требованиям (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.). Для занятий объединения используется зал, отвечающий санитарно-эпидемиологическим требованиям. (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.).

Площадь зала соответствует допустимым размерам из расчета не менее 4 кв. м. площади на учащегося. Стены гладкие, окрашенные в светлые тона. Аптечка с необходимыми средствами для оказания первой помощи. Уборка происходит только влажным способом. Внутренняя поверхность стен зала не имеет выступов (пилястр, полуколонн и т.п.). Двери без выступающих наличников. Температура воздуха в додзэ – 14-15С, относительная влажность воздуха – 35-60 %. Додзэ имеет прямое естественное освещение. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое.

Оборудование, инвентарь.

- сетка волейбольная – 1 шт;
- стойки волейбольные – 2 шт;

- гимнастическая стенка – 5-6 пролетов;
- гимнастические скамейки – 3-4 шт;
- гимнастические маты – 2 шт.;
- макет площадки с фишками.
- скакалки – 10 шт.;
- мячи набивные (масса 1 кг) – 12 шт.;
- резиновые амортизаторы – 12 шт.;
- гантели различной массы – 12 шт.;
- мячи волейбольные – 6 шт.;
- рулетка – 1 шт.

Техническое обеспечение: Ноутбук или видео и аудиомagnetofоны.

Кадровые условия

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональную подготовку по профилю деятельности и соответствующий профессиональному стандарту по должности «педагог дополнительного образования».

Информационное обеспечение

1. <https://www.youtube.com/watch?v=HH1AnQvNRXU> – Волейбол, обучение детей
2. https://www.youtube.com/watch?v=alqowf_uvxxk – Тренировка связующего
3. <https://www.youtube.com/watch?v=y2UHJSevKi8> – Обучение нападающему удару
4. <https://www.youtube.com/watch?v=5iGr-Ft4yg8> – Обучение подачи
5. <https://www.youtube.com/watch?v=ObZZE8mG3EA> – Правила игры в волейбол
6. <https://www.youtube.com/watch?v=ACaC0C3pmp4> – Подводящие упражнения для

нижнего приема

7. <https://www.youtube.com/watch?v=SkX9KSGDHb4> – Обучение блокированию

3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ И ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

3.1. Введение

Программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Рассчитана на стартовый уровень освоения учебного материала.

Срок реализации – 1 год.

Возраст учащихся - 7-8 лет

3.2. Цель

Формирование ценностных ориентиров учащихся, формирование общей культуры личности, создание условий для саморазвития и самореализации личности.

3.3. Задачи

- помочь сформировать позитивное отношение к окружающему миру, найти свое место в этом мире, научиться определять и проявлять активную жизненную позицию;
- привить стремление к проявлению высоких нравственных качеств, таких, как уважение человека к человеку, вежливость, бережное отношение к чести и достоинству личности, отзывчивость, ответственность, любовь ко всему живому;
- нейтрализовать (предотвратить) негативное воздействие социума;
- развивать творческий потенциал;

3.4. Направления деятельности

- Гражданско-патриотическое воспитание
- Духовно-нравственное воспитание
- Здоровьесберегающее воспитание
- Взаимодействие с родительской общественностью

3.5. Формы, методы, технологии

Формы: праздник, соревнование, экскурсия, акция, конкурсno-развлекательные программы, беседа.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, поддержка, стимулирование, коллективное мнение, положительная мотивация, создание ситуации успеха.

Технологии:

- Педагогическая поддержка;
- Игровые технологии.

3.6. Диагностика результатов воспитательной деятельности

Таблица 5

Периодичность	Качества личности учащихся	Методы (методики)	Кто проводит	Итоговые документы
2 раза в год (октябрь, апрель-май)	Культура поведения	Опрос, тестирование, наблюдение	педагог дополнительного образования	Результат тестирования
2 раза в год (сентябрь, апрель)	Уровень развития физических качеств учащихся: выносливость, реакция, скоростные показатели	Наблюдение	педагог	протокол

3.7. Планируемые результаты

Культура организации своей деятельности;

Адекватность восприятия оценки своей деятельности и ее результатов;

Коллективная ответственность;

Умение взаимодействовать с другими членами коллектива

Толерантность;

Активность и желание участвовать в делах детского коллектива;

Стремление к самореализации социально адекватными способами;

Соблюдение нравственно-этических норм (правил этикета, общей культуры речи, культуры внешнего вида)

Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

1. Воспитательные мероприятия в объединении

Сроки	Название мероприятия	Форма	Место проведения	Ответственный
сентябрь	Знакомьтесь – это мы!	Показательные выступления	МБОУ СОШ №62	педагог
декабрь	Быстрый мяч	Турнир	МБОУ СОШ №62	педагог
январь	Форвард	Соревнование	МБОУ СОШ №62	педагог
май	Я умею, я могу!	Соревнование	МБОУ СОШ №62	педагог

2. Участие учащихся в воспитательных мероприятиях учреждения

Сроки	Название	Форма участия	Место	Примечания
-------	----------	---------------	-------	------------

	мероприятия		проведения	
октябрь	«Азбука здоровья» (ВП «Здоровье»)	Квест, дистанционно	МБОУ СОШ№62	педагог- организатор
декабрь	XIII детская благотворительная акция «Мой друг»	Очно	МБОУ СОШ№62	педагог- организатор
февраль	Конкурсно-игровая программа «Зимние забавы», посвященная Дню зимних видов спорта (ВП «Здоровье»)	Очно	МБОУ СОШ№62	педагог- организатор
май	«О спорт, ты - мир!» (ВП «Здоровье»)	Игра	МБОУ СОШ№62	педагог- организатор

3. Участие учащихся в городских воспитательных программах

Сроки	Название программы, мероприятия	Форма участия	Место проведения	Примечания
октябрь- ноябрь	XII городской агитационный марафон «Жизнь без наркотиков»	дистанционно	Социальная сеть «ВКонтакте» МБОУ СОШ№62	
ноябрь	Дистанционная викторина «Умный пешеход»	дистанционно	Социальная сеть «ВКонтакте» МБОУ СОШ№62	

4. Участие учащихся в жизни социума

Сроки	Название мероприятия (программы)	Форма участия	Место проведения	Примечания
май	Всероссийская акция «Бессмертный полк»	дистанционно	МБОУ СОШ№62	
июнь	Окружной праздник, посвящённый Дню защиты детей	Очное участие в празднике	МБОУ СОШ№62	

5. Участие в Интернет-мероприятиях

Сроки	Название мероприятия	Форма участия	Место проведения	Примечания
Апрель	Вебинар под руководством олимпийского чемпиона, заслеженного мастера спорта России Сергея Юрьевича Тетюхина (г. Белгород)	Вебинар, дистанционно	МБОУ СОШ№62	

6. Работа с родителями

Сроки	Название мероприятия	Форма проведения	Место проведения	Ответственный
сентябрь	«Организация работы объединения «Волейбол»	Родительское собрание	МБОУ СОШ№62 (осн.здание)	педагог

сентябрь	«Адаптация детей к условиям образовательного учреждения»	Беседа	МБОУ СОШ№62	педагог-психолог
декабрь	Роль семьи в воспитании здорового ребенка.	Родительское собрание	МБОУ СОШ№62	педагог
май	О роли занятий спортом в период летних каникул.	Родительское собрание	МБОУ СОШ№62	педагог
В течение года	Индивидуальные особенности развития учащихся	Индивидуальные консультации	МБОУ СОШ№62	педагог
В течение года	Организации образовательной деятельности в спортивно-техническом отделе	Индивидуальные консультации с родителями	МБОУ СОШ№62	педагог

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

4.1. Список рекомендованной литературы педагогам

1. Буйлова Л.Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ [Текст] / Л. Н. Буйлова // Молодой ученый. – 2015. – №15. – С.567-572.
2. Возрастная психология. Учебное пособие для вузов. 2-е изд. - М.: Академический проект: АльмаМатер, 2005. - 256 с.
3. Выготский Л.С. Проблема возраста // Собр.соч.: в 6 т. Т.4. М., 1984. - 433с
4. Фидлер М. Волейбол. М., 2001
5. Письмо Минобрнауки от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разное уровневые)».
6. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г

4.2. Список рекомендованной литературы педагогам

1. Волейбол для всех; ТВТ Дивизион – Москва, 2012.
2. Ивойлов А.В. Тактическая подготовка волейболистов. 2000. – 111 с.
3. Методический сборник Комплексная тренировка связующего игрока. Методическое пособие Всероссийской федерации волейбола. Авторы-составители пособия: Шляпников С.К. – мастер спорта, заслуженный тренер России Кривошеин А.А. – Москва: ВФВ, 2011.

4.3. Список рекомендованной литературы родителям

1. Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. Волейбол. Шаги к успеху – М.: АСТ: Астрель, 2006
2. Твой олимпийский учебник. Учебное пособие для учреждений образования России. – 15-е издание. В.С. Родиченко и др. – М., Ф и С, 2008, 144с.
3. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Ф и С, 2008 г.
4. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Ф и С. 2007 г

5. ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
Группа №1

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	02.09		Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Введение. История возникновения волейбола.	1	Проверка знаний и способов деятельности	Спортивный зал	Беседа
2.	04.09		Правила игры. Игровое поле и инвентарь.	1	Проверка знаний и способов деятельности	Спортивный зал	Наблюдение, беседа
3.	06.09		Стойка волейболиста. Перемещение в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
4.	09.09		Передача мяча над собой. Прием мяча двумя руками снизу.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
5.	11.09		Передача мяча двумя руками сверху после перемещений.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
6.	13.09		Передача мяча двумя руками сверху после перемещений. Нижняя прямая подача.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
7.	16.09		Передачи сверху у стены. Нижняя прямая подача.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
8.	18.09		Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
9.	20.09		Передача мяча двумя руками сверху во встречных	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие

			колоннах с переходом в конец противоположной колонны				
10	23.09		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
11	25.09		Прием мяча. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
12	27.09		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча у стены.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
13	30.09		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча у стены.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
14	02.10		Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
15	04.10		Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
16	07.10		Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
17	09.10		Передачи мяча сверху и снизу с перемещением м.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
18	11.10		Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
19	14.10		Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие

20	16.10		Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа
21	18.10		Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
22	21.10		Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
23	23.10		Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
24	25.10		Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
25	28.10		Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
26	30.10		Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
27	01.11		Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
28	06.11		Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
29	08.11		Верхняя прямая подача с	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа,

			вращением. Прием мяча с подачи в зону 3.				практическое занятие
30	11.11		Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
31	13.11		Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
32	15.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
33	18.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
34	20.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно - тренировочная игра в волейбол	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
35	22.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно - тренировочная игра в волейбол	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
36	25.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
37	27.11		Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
38	29.11		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно - тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие

39	02.12		Прямой нападающий удар.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
40	04.12		Верхняя прямая подача по номерам.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
41	06.12		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
42	09.12		Нападающий удар с поворотом туловища.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
43	11.12		Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
44	13.12		Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой).	3	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
45	16.12		Групповое блокирование. Учебнотренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
46	18.12		Индивидуальные тактические действия в нападении.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
47	20.12		Верхняя прямая подача по определенным зонам.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
48	23.12		Промежуточная аттестация, сдача нормативов.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Беседа, практическое занятие, опрос
49	25.12		Неожиданная передача мяча на сторону соперника.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
50	27.12		Учебно-тренировочная игра в волейбол.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие

51	30.12		Групповые тактические действия в нападении.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
52	10.01		Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
53	13.01		Учебно-тренировочная игра с заданиями.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
54	15.01		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
55	17.01		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
56	20.01		Совершенствование материала. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
57	22.01		Совершенствование материала. Передача двумя руками сверху на месте.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
58	24.01		Совершенствование материала. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
59	27.01		Закрепление материала. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
60	29.01		Совершенствование	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение

			ие материала. Передача двумя руками сверху в парах.		ое занятие	й зал	, беседа, практическо е занятие
61	31.01		Совершенствован ие материала. Передача двумя руками сверху в парах.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
62	03.02		Совершенств ование материала. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
63	05.02		Изучение нового материала. Жесты судей	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
64	07.02		Закрепление материала. Нападающий удар при встречных передачах.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
65	10.02		Действия в защите и нападении	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
66	12.02		Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
67	14.02		Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие
68	17.02		Влияние физических упражнений на организм человека	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, опрос
69	19.02		Верхняя прямая передача в тройках.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, опрос
70	21.02		Тактика свободного нападения.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, опрос
71	26.02		Передачи мяча сверху. Прием мяча двумя снизу.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Наблюдение , беседа, практическо е занятие

72	28.02		Нападающий удар с поворотом туловища. Действия в защите и нападении.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
73	03.03		Жесты судей. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
74	05.03		Жесты судей. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
75	07.03		Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
76	12.03		Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
77	14.03		Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток).	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
78	17.03		Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток).	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
79	19.03		Общая физическая подготовка	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
80	21.03		Общая физическая подготовка	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
81	24.03		Общая тактическая подготовка	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
82	26.03		Общая тактическая подготовка	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
83	28.03		Командные тактические действия в	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос

			нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков.				
84	31.03		Система игры в защите «углом вперед».	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
85	02.04		Блокирование нападающего о удара (индивидуальное и групповое). Страховка.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
86	04.04		Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
87	07.04		Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
88	09.04		Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
89	11.04		Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
90	14.04		Учебно-тренировочная игра в волейбол. Перемещение по зонам.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
91	16.04		Контрольные игры и испытания.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
92	18.04		Специальная физическая	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа,

			подготовка.				опрос
93	21.04		Тактика защиты	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
94	23.04		Техника нападения.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
95	25.04		Техника защиты.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
96	28.04		Техника защиты.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
97	30.04		Техническая подготовка.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
98	05.05		Техническая подготовка. Игра с заданием.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос
99.	07.05		Специальная физическая подготовка. Действия в защите и нападении	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
100	12.05		Учебно - тренировочная игра в волейбол. Система игры в защите «углом вперед».	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
101	14.05		Учебно - тренировочная игра в волейбол. Система игры в защите «углом вперед».	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, практическое занятие
102	16.05		Промежуточная аттестация, сдача нормативов.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, опрос, сдача нормативов
103	19.05		Соревнования среди групп объединения.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Соревнования
104	21.05		Соревнования среди групп объединения.	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Соревнования
	23.05		Соревнования	1	Комбинированное занятие	Спортивный зал	Соревнования

10 5			среди групп объединения.		ое занятие	й зал	ия
10 6	26.05		Соревнования среди групп объединения.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Соревнован ия
10 7	28.05		Соревнования среди групп объединения.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Соревнован ия
10 8	30.05		Подведение итогов. Игра.	1	Комбинированн ое занятие	Спортивны й зал	Беседа, практическо е занятие.

Оценочные материалы для мониторинга

Диагностический инструментарий

Стартовый уровень

Теоретические знания

- знакомить с историей развития волейбола как вида спорта;
- знакомить с именами и достижениями выдающихся спортсменов, тренеров волейбола прошлого и настоящего;
- формировать этику поведения в спортивном зале;
- знакомить с основами анатомии и физиологии человека;
- учить приемам, способам и упражнениям общефизической и специальной физической подготовки;
- знакомить со специальной волейбольной терминологией;
- учить основам волейбольной тактики, техники;
- учить способам закаливания;
- формировать основы профилактики травматизма в волейболе;
- ориентировать на соблюдение режима занятий, гигиены, питания, здорового образа жизни;
- учить выполнению стоек, блокирования, нападающих ударов и основных передвижений;
- учить выполнять защитные действия в стойке при приеме подачи;
- учить выполнять перемещения в стойках на площадке;
- выполнять контрольные нормативы по ОФП, СФП, силовой подготовке.
- знакомить с тактическими разновидностями во время игры;
- знакомить с правилами соревнований по волейболу.

Тестирование ОФП

1. Прыжки со скакалкой.
2. Прыжки с места в длину, тройной прыжок.
3. Прыжки с места в высоту.
4. Поднимание ног в висе.
5. Приседания.
6. Отжимание в упоре лежа.
7. Упражнение для пресса – подъем туловища.
8. Упражнения для пресса – подъем ног на уровень 30°.
9. Выполнение падения при приеме.

Тестирование СФП, ТТП

1. *Выполнить подачу с лицевой линии*
2. *Выполнить верхнюю передачу над собой 10 раз*
3. *Выполнить прием снизу двумя руками над собой 10 раз.*

**МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

Объединение «Волейбол», 2024-2025 уч. год

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого показателя	Кол-во баллов	Способы отслеживания результатов
1. Теоретическая подготовка				
1.1.Теоретические знания (по разделам учебного плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	Низкий уровень (учащийся овладел менее чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой в конкретный период)	1	Тестирование, контрольный опрос
		Средний уровень (объём усвоенных учащимся знаний составляет более ½)	2	
		Высокий уровень (учащийся освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период)	3	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Низкий уровень (учащийся часто избегает употреблять специальные термины)	1	Собеседование, тестирование
		Средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой)	2	
		Высокий уровень (учащийся употребляет специальные термины осознанно, в полном соответствии с их содержанием)	3	
2. Практическая подготовка				
2.1. Практические умения и навыки (по разделам учебного плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Низкий уровень (учащийся овладел программными умениями и навыками менее чем ½)	1	Контрольное задание, практическая работа
		Средний уровень (объём освоенных учащимся умений и навыков составляет более ½)	2	
		Высокий уровень (учащийся овладел всеми программными умениями и навыками за конкретный период)	3	
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Низкий уровень (учащийся испытывает значительные затруднения при работе с оборудованием)	1	Контрольное задание, практическая работа
		Средний уровень (учащийся работает с оборудованием с помощью педагога)	2	
		Высокий уровень (учащийся	3	

		работает с оборудованием самостоятельно, без затруднений)		
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Низкий (элементарный) уровень (учащийся может выполнять лишь простейшие практические задания педагога)	1	Учебный проект, выставка
		Средний (репродуктивный) уровень (учащийся в основном выполняет задания на основе образца)	2	
		Высокий (творческий) уровень (учащийся выполняет практические задания с элементами творчества)	3	

Критерии оценки результатов обучения учащихся:

- (Н) низкий уровень – 1 балл за каждый показатель;
- (С) средний уровень – 2 балла за каждый показатель;
- (В) высокий уровень – 3 балла за каждый показатель.

Примечание

Для показателей пунктов 1.1 и 2.1 оценивается каждый раздел учебного плана программы и высчитывается количество баллов на основе среднего арифметического.

**МОНИТОРИНГ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

Объединение «Волейбол», 2024-2025 уч. год

Компетенции	Критерии	Уровень проявления оцениваемой компетенции	Способы отслеживания результатов
3.1. Учебно-познавательные компетенции	Самостоятельная познавательная деятельность, умение ставить цель и планировать работу, анализировать, сопоставлять, делать выводы	Низкий уровень (учащийся затрудняется с целеполаганием, планированием, анализом, самооценкой, почти не проявляет познавательной активности)	Анализ практической, исследовательской работы
		Средний уровень (учащийся с помощью педагога определяет цель, план, результативность своей работы, проявляет познавательную активность к ряду разделов программы в конкретный период)	
		Высокий уровень (учащийся самостоятельно определяет цель, составляет план работы, анализирует, сопоставляет, делает выводы, проявляет интерес и высокую познавательную активность ко всем разделам программы в конкретный период)	
3.2. Информационные компетенции	Овладение основными современными средствами информации, поиск, структурирование, применение новой информации для выполнения работы, для самообразования	Низкий уровень (учащийся слабо ориентируется в источниках информации, испытывает значительные затруднения в ее поиске, структурировании, применении)	Анализ практической, исследовательской работы
		Средний уровень (учащийся с помощью педагога выбирает, структурирует и применяет информацию, в том числе для самообразования)	
		Высокий уровень (учащийся самостоятельно находит источники информации, выбирает новый материал для выполнения работы, для самообразования)	
3.3. Коммуникативные компетенции	Способы продуктивного и бесконфликтного взаимодействия в коллективе, речевые умения (изложить	Низкий уровень (речевые умения учащегося выражены слабо, поведение в коллективе неуверенное или отстраненное, взаимодействие малопродуктивное)	Наблюдение
		Средний уровень (учащийся	

	свое мнение, задать вопрос, аргументировано участвовать в дискуссии)	побуждается педагогом к коллективной деятельности, участвует в обсуждениях и дискуссиях выборочно, больше слушает, чем говорит сам)	
		Высокий уровень (учащийся активно и доказательно участвует в коллективных дискуссиях, легко встраивается в групповую работу, поддерживает бесконфликтный уровень общения)	
		Средний уровень (эмоции и поведение учащегося регулируются с помощью педагога, в разной степени выражены, частично расширена картина мира)	
		Высокий уровень (учащийся полностью контролирует свои эмоции и поведение, духовно-нравственные представления ориентированы на социум, на позитивное мировосприятие)	

Условные обозначения

Н – низкий уровень

С – средний уровень

В – высокий уровень

**МОНИТОРИНГ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

«Волейбол»

Объединение «Волейбол», 2024-2025 уч. год

Личностные результаты	Критерии личностных результатов	Уровень проявления личностных результатов	Способы отслеживания результатов
4.1. Морально-нравственные установки и смыслы	Понимание ценности здоровья, семьи, учения, внутренняя мотивация к обучению, соблюдение моральных норм в социуме, личностные ценности	Низкий уровень (учащийся не воспринимает или слабо воспринимает ценностные установки по отношению к себе)	Наблюдение
		Средний уровень (учащийся осознает ценностные смыслы только в значимых для себя событиях)	
		Высокий уровень (учащийся демонстрирует интериоризацию ценностных смыслов в любых ситуациях)	
4.2. Мыслительные и психосоматические способности	Виды мышления, мыслительная деятельность, психосоматические способности	Низкий уровень (мышление учащегося в основном образное, слабо выражены способности к анализу, синтезу, сравнению, классификации, психосоматические способности развиты незначительно, личностные качества направлены на реализацию своих интересов)	Наблюдение
		Средний уровень (мышление учащегося в целом ассоциативно-образное с элементами логического, абстрактного, пространственного мышления, психосоматические способности проявляются с помощью педагога, личностные качества частично транслируются в коллектив)	
		Высокий уровень (мышление учащегося комбинированное с преобладанием сложных видов, психосоматика уверенная, самостоятельная, личностные качества позитивные и в целом транслируются в коллектив)	
4.3. Общекультурные представления	Культура общения в коллективе, в быту, самоконтроль эмоций и поведения, духовно-нравственные основы, расширение	Низкий уровень (учащийся не контролирует эмоции и поведение, духовно-нравственные основы неустойчивы и слабо осознаются)	Наблюдение
		Средний уровень (эмоции и поведение учащегося регулируются с помощью педагога, в разной степени выражены,	

	картины мира	частично расширена картина мира)	
		Высокий уровень (учащийся полностью контролирует свои эмоции и поведение, духовно-нравственные представления ориентированы на социум, на позитивное мировосприятие)	

Условные обозначения

Н – низкий уровень

С – средний уровень

В – высокий уровень

**Сводная карта педагогического мониторинга
на 2024-2025 учебный год**

Объединение _____, группа _____

Ф.И.О. педагога дополнительного образования _____

**Результаты обучения по программе
«Волейбол»**

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Образовательно-предметные результаты				Итого
		Теория		Практика		
		Полугодия				
		1	2	1	2	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Методические рекомендации по организации работы по программе «Волейбол»

На каждом уровне обучения имеются особенности работы в соответствии с возрастом и умениями учащихся.

Стартовый уровень. Особенности работы на данном этапе является: привитие ребенку любви к занятиям физической культурой, формирование понятия «здоровый образ жизни», создание у него потребности в ежедневных самостоятельных занятиях физической культурой, укрепление его основных физических кондиций, начало формирования основных двигательных навыков, знакомство с техникой каратэ. Особое внимание обращается на развитие физических качеств занимающихся: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, координации. Отдельное, важное место на данном этапе, занимает формирование у учащихся правильной осанки.

Доминирующий метод обучения – игровой и демонстративный.

Повышенное внимание обращается на изучение и освоение санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности на занятиях.

Развитие физических качеств учащихся происходит в соответствии с сенситивными периодами развития (Приложение 4).

Основными физическими качествами детей, оптимально тренируемые на стартовом уровне (1-й год обучения), являются быстрота, аэробная выносливость при ЧСС 110-120 уд./мин., гибкость, равновесие. Ориентация на развитие этих качеств по преимуществу и определяет содержание тренировочного процесса. Примечание: развитие аэробной выносливости у детей 8 и 9 лет производить при ЧСС 110-120 уд./мин.

Тренировочный процесс у детей и подростков отличается от тренировочного процесса у взрослых и юниоров тем, что в нем обучению двигательным действиям отводится значительно больше времени, чем подготовке к соревнованиям, а количество соревнований меньше. Нагрузки дозируются более строго и продуманно, с учетом возрастных особенностей. Рекомендуется применять метод переменной интенсивности тренировочных нагрузок - последовательно чередовать упражнения, дающие то большую, то малую, то умеренную нагрузку.

Следует отметить психологические особенности подросткового и юношеского возраста.

Уже в начале подросткового возраста общение со сверстниками определяется как самостоятельная сфера жизни, критически осмысливаются нормы этого общения. Подросток выделяет эталон взрослости (взрослых отношений) и смотрит на себя через этот эталон.

Данный возраст и психическое развитие детей имеют свои особенности и возможные наиболее типичные проблемы, которые необходимо учесть во время работы.

1. Осознание ценности соревнований детьми, как критерия спортивного достижения.
2. Установление своего «Я» в коллективе сверстников.
3. Слабое интеллектуальное спортивное мышление.
4. Недостаточный уровень развития эмоциональных качеств.
5. Недостаточный опыт управления своими эмоциями.
6. Необходимость выработки психологии «победителя».
7. Воспитание морально-волевых качеств.
8. Возрастной кризис подросткового возраста.
9. Антисоциальные ценности в сфере общения подростка.
10. Обычно силовые решения при возникновении конфликтных ситуаций в группах сверстников.
11. Отсутствие положительного примера и влияния в семьях. Во многих семьях конфликтные ситуации или другие социальные проблемы.
12. Участие в соревнованиях.
13. Достаточно высокие требования к тренировочному процессу, выраженные в тестах по общей и специальной физической подготовке.

В возрасте 12-15 лет отмечаются следующие особенности физического развития организма подростка. Быстрый рост костной ткани значительно опережает соотношение мышечной массы с массой скелета. Организм адекватно воспринимает направленные нагрузки, в зависимости от периода учебно-тренировочного процесса. Хороший эффект для развития силовых качеств дают упражнения с отягощениями: гантели, штанги, гири. Рост мышечной массы позволяет развивать скоростные, скоростно-силовые качества. Начинает меняться форма и техника движений из-за анатомических изменений, происходящих в организме. Необходимо выполнять коррекцию содержания формы техники. У детей проявляется активная внутренняя мотивация к занятиям спортивной специализацией.

Педагогическую работу с учащимися юношеского возраста необходимо осуществлять с учётом следующих проблем.

1. Необходимость профессиональной ориентации учащихся.
2. Выработка необходимых черт характера и свойств личности для данной спортивной специализации с учетом воспитания личности в целом.
3. Определение основных направлений деятельности: учёба или спорт.
4. Воспитание самодисциплины.
5. Создание обстановки в группе престижа занятий единоборствами.
6. В работе всегда давать понять подросткам, что они на виду.
7. Выбатывать психологию победителя. Мотив участия в соревнованиях: выиграть, не сдаваться, бороться до конца.
8. Стимулировать получение информации о спортивной деятельности, анализ проведённых поединков, как своих, так и товарищей по группе. Изучать причины побед и поражений.
9. Учить подростков любить соревнования, не бояться их, болеть за команду, в которой выступаешь и делать все, чтобы ты гордился за команду и команда, гордилась за тебя.
10. Оказывать всяческую помощь в решении всех возникающих вопросов: бытовых, спортивных, учебных и т. д.
11. Определить степень одарённости юных спортсменов.
12. Научить преодолеть психологический барьер увеличения нагрузок на тренировках, воспитание психологической уверенности в себе и в своих возможностях.
13. Создать здоровый психологический климат в учебных группах.

Матрица содержания программы

	Тема	1 год	Итого за период обучения
1	Введение в программу	1	1
2	Теоретическая подготовка	2	2
3	Общая физическая подготовка	28	28
4	Специальная физическая подготовка	15	15
5	Техническо-тактическая подготовка	48	48
6	Итоговые мероприятия	2	2
7	Участие в спортивных мероприятиях	3	3
8	Повторение	9	9
	Итого	108	108