

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Калининградская область
Администрация муниципального образования «Светлогорский городской округ»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п.Донское»
(МАОУ «СОШ п. Донское»)

238570, Россия, Калининградская область, Светлогорский городской округ, п. Донское, ул.
Садовая, д.7. Тел/факс: (8-4012)- 744004. E-mail: schooldon@mail.ru, сайт: www.schooldon39.ru.
ОКПО-16643259, ОГРН-1023902054131, ИНН-3912007425, КПП-391201001.

Принята на заседании
педагогического совета
протокол №1 от 29.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ «СОШ п. Донское»
В.В. Жабровец
«30» августа 2022г.

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

Возраст обучающихся: 14-16 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Автор-составитель:
Резников Анатолий Васильевич,
учитель физической культуры.

п. Донское, 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль программы) программы

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

Актуальность данной программы

Актуальность Программы основана на интересе, потребностях обучающихся в спортивной деятельности, и направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, выносливости и быстроты) обучающихся. Реализация программы позволит обучающимся укрепить вестибулярный аппарат, улучшить координацию движений, развить ловкость и овладеть необходимыми приемами игры в волейбол. Подготовиться к сдаче нормативов ГТО.

Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы заключаются в том, что она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности. В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов воспитанников, участие обучающихся в городских соревнованиях.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 15 - 16 лет.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев

На полное освоение программы требуется 72 часа в год. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий, затратами времени на соревновательную деятельность по волейболу в школе и вне ее, мероприятия в режиме учебного дня и физкультурные праздники.

Формы обучения – очная. В программе допускается дистанционное обучение с использованием соц. сетей и интернета. В данном блоке предусмотрены теоретические задания для самоподготовки.

Особенности организации образовательного процесса

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 15-20 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность программы по волейболу, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному.

Волейбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки обучающихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Новизна программы заключается в том, что в основу программы положены нормативные требования, методические разработки по волейболу, которые расширяют объем общеобразовательной программы по физкультуре.

Практическая значимость

Программа «Волейбол» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность освоения содержания программы.

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям настольным теннисом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Задачи: Личностные:

1. создать условия для гармоничного развития личности обучающегося;
2. формировать культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
3. способствовать развитию коммуникативных способностей каждого ребёнка с учётом его индивидуальности, научить общению в коллективе и с коллективом, реализовать потребности ребят в содержательном и развивающем досуге.
4. воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
5. создать условия для изучения истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
6. познакомить обучающихся с интереснейшим видом спорта «Настольный теннис», правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

Метапредметные:

1. самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
2. самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
5. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
6. умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

Предметные:

1. формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
2. прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
3. пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи обучающихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.
4. создать условия для овладения системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий.
5. приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма

Формы обучения – очная. В программе допускается дистанционное обучение с использованием соц. сетей и интернета. В данном блоке предусмотрены теоретические задания для самоподготовки.

- мини-лекции для того, чтобы изложить некоторый объем теории по тематике занятия и прийти к единству понимания основных понятий;
- игры, позволяющие применить на практике полученные знания;
- беседы;
- экскурсии;
- работа в малых группах и подгруппах;
- индивидуальные задания;
- тестирование;
- дискуссии, мозговые штурмы.
- Конкурсы и праздники.
- Мастер-классы.
- Круглые столы

Типы занятий

1. Комбинированное (совмещение теоретической и практической частей занятия, проверка знаний ранее изученного материала, отработка навыков и умений, необходимых при изготовлении продуктов творческого труда);
2. Теоретическое (сообщение и усвоение новых знаний при объяснении новой темы, изложение нового материала, основных понятий, определение терминов, совершенствование и закрепление знаний);
3. Диагностическое (определение возможностей и способностей ребенка, уровня полученных знаний, умений, навыков с использованием тестирования, анкетирования, собеседования, выполнения конкурсных и творческих работ);
4. Контрольное (контроль и проверка знаний, умений и навыков обучающегося через самостоятельную и контрольную работу, индивидуальное собеседование, зачет, анализ полученных результатов);
5. Практическое (формирование умений и навыков, их осмысление и закрепление на практике);
6. Вводное занятие (проводится в начале учебного года с целью знакомства с образовательной программой);
7. Итоговое занятие (проводится после изучения большой темы или раздела, по окончании полугодия или года).

Механизм оценивания образовательных результатов.

Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.
- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.
- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

Уровень практических навыков и умений.

- Выполнять задания с волейбольным мячом, соблюдать технику безопасности.
- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.
- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как выполнять задания с волейбольным мячом.
- Высокий уровень. Четко и безопасно выполнять задания с волейбольным мячом.

Формы подведения итогов реализации программы.

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно- тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в середине – в декабре – январе и в апреле – мае.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Результаты тестирования отражаются в индивидуальной карте ребенка для отслеживания динамики его развития, что помогает проводить необходимую коррекцию в ходе реализации программы и конструирования учебных занятий.

Программа может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Контроль испытания

Нормативы определения физической подготовленности обучающихся по волейболу

(юноши, девушки 14-16 лет)

№ п/п	Контрольные испытания	Год занятий							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	3	3	4	5	5	5	6	6
2	Подача на точность: 15-16 лет – верхняя прямая по зонам 15-16 лет – в прыжке	3	3	4	3	4	5	2	2
3	Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (в 15-16 лет с низкой передачи)				3	3	4	3	3
4	Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность	2	3	3	4	4	5	6	

По окончании реализации программы готовится и представляется проектная работа «Мои достижения». Отражающая также товарищеские встречи с командами других школ, судейская и инструкторская практика, судейство соревнований. Участие в соревнованиях по волейболу в зачет городской спартакиады школьников.

Планируемые результаты

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100 % обучающихся, занимающихся по данной программе;
- победы на соревнованиях районного и областного уровня;
- повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта до уровня I спортивного разряда;
- присвоение спортивных разрядов обучающимся;
- устойчивое овладение умениями и навыками игры;

- развитие у обучающихся потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания школы;
- укрепление здоровья обучающимся, повышение функционального состояния всех систем организма;
- умение контролировать психическое состояние.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам". Устав МАОУ «СОШ п. Донское», правила внутреннего распорядка обучающихся МАОУ «СОШ п. Донское», локально-нормативные акты МАОУ «СОШ п. Донское». Указанные локально-нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

На основании Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» часть 6 организации, осуществляющие образовательную деятельность могут реализовывать дополнительные общеобразовательные программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Образовательной организацией определен срок обучения, который составляет 36 недель. Во время школьных каникул занятия секции проводятся в соответствии с учебным расписанием. Занятия могут проводиться по временному расписанию, составленному на период каникул и утвержденному директором МАОУ «СОШ п. Донское».

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестац ии/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятел ьная подготовка	
1	Теоретиче ская подготовк а. Основные знания физическо й культуры	5	4		1	Устный и письмен ный опрос, тестиров ание. Беседы в течение года.
2	Общая физическа я подготовк а. Общеразви вающие упражнени я	15	1	11	3	Тестиро вание в начале и на конец года.
3	Специаль ная физическа я подготовк а. СФП в подготовке игроков	18	1	13	4	Тестиро вание в начале и на конец года.
4	Техническ ая подготовк а. Значение техническо й подготовки	18	1	16	1	Тест - задания в середин е и на конец года

	В волейболе					
5	Тактическая подготовка. Значение тактической подготовки в волейболе	16	1	14	1	Тест - задания в середине и на конец года
	Итого:	72 часа				

Содержание программы: 72 часа, 2 часа в неделю

1. Раздел: Теоретическая подготовка (5 часов)

Теория: Правила безопасности при занятиях волейболом, правила поведения на занятиях. Ознакомление обучающихся с планом занятий, пояснение основных понятий волейбола. Инструкция для занимающихся волейболом (требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю, к одежде занимающихся, к причёске, правила поведения после занятий). Возможные причины травматизма при занятиях физической культурой и профилактика травматизма. История возникновения и развитие волейбола. Современное состояние волейбола. Твой организм (основные части тела человека, основные внутренние органы, скелет, мышцы). Личная гигиена. Основы питания.

Практика: Дыхание — важнейшая функция организма. Учимся правильно дышать. Овладение указаниями, командами и символами – жестами, используемыми в волейболе. Начальная физиологическая диагностика.

Форма организации: тренировочное занятие.

Виды деятельности: познавательная, спортивно-оздоровительная.

2. Раздел: Общая физическая подготовка (15 часов)

Теория: Упражнение для рук и плечевого пояса в разных направлениях. Освоение упражнений для ног в положении сидя, стоя, лежа. Освоение упражнений для туловища, шеи и спины. Выполнение упражнений с предметами.

Практика: Отработка выполнения элементов строевой подготовки (строй, шеренга, перестроения и т.д.). Повторение техники выполнения упражнений для рук без предмета. Повторение общеразвивающих упражнений для ног без предмета. Повторение техники выполнения упражнений для туловища, шеи и спины. Закрепление техники выполнения упражнений для рук с предметом. Повторение общеразвивающих упражнений для ног с предметом. Упражнение для рук и плечевого пояса в разном темпе с разной амплитудой. Выполнение контрольных упражнений.

Форма организации: беседа, тренировочное занятие

Виды деятельности: спортивно-оздоровительная

3. Раздел: Специальная физическая подготовка (18 часов)

Теория: Значение СФП в подготовке волейболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

4. Раздел: Техническая подготовка (18 часов)

Теория: Значение технической подготовки в волейболе.

Практика: Стойки. Упражнения с волейбольным мячом.

5. Раздел: Тактическая подготовка (16 часов)

Теория: Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика: Тактика игрока в нападении. Тактика подач и приёмов мяча. Тактика игрока в защите. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от сетки. Игра в волейбол с заданными тактическими действиями.

Календарно учебный график.

- количество учебных недель - 36
- количество учебных дней – 72
- продолжительность каникул - 01.01.2023-09.01.2023
- даты начала и окончания учебных периодов/этапов 01.09.2022-30.05.2022 гг.

№ п/п	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	17.00-17.45	Беседа	1	Инструктаж по Т/Б. История развития волейбола в России	Учебный кабинет №43	Опрос
2	Сентябрь	17.00-17.45	Беседа	1	Правила и техника игры. Стойки средняя и низкая	Учебный кабинет №43	Опрос
3	Сентябрь	17.00-17.45	Беседа	1	Стойки на площадке, средняя и низкая	Учебный кабинет №43	Опрос
4	Сентябрь	17.00-17.45	Беседа	1	Обучение техники передвижения на площадке	Учебный кабинет №43	Опрос
5	Сентябрь	17.00-17.45	Практическое занятие. Беседа	1	Обучение техники бега, действие рук и ног, остановка	Спортивный зал	Опрос, наблюдение
6	Сентябрь	17.00-17.45	Разучивание упражнения	1	Прыжки с разбега над	1	Опрос, наблюдение

			й в целом		сеткой и возле сетки		ие
7	Сентябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Прыжки с места, толчком 2 ногами	1	Опрос, наблюдение
8	Сентябрь	17.00-17.45	Соревнования по настольному теннису	1	Прыжки с разбега, толчком 2 ногами возле сетки	1	Рефлексия. Фотоотчет
9	Октябрь	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Падение с перекатом на спине	1	Опрос, наблюдение
10	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Перемещение с последующим падением и перекатом	1	Опрос, наблюдение
11	Октябрь	17.00-17.45	Разучивание упражнений в целом	1	Упражнения на развитие у детей быстроты, силы, ловкости. Изучение подачи.	1	Опрос, наблюдение
12	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Основы техники игры. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
13	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Изучение подачи верхней прямой 1 рукой	1	Опрос, наблюдение
14	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Изучение подачи: нижняя прямая 1 рукой	1	Опрос, наблюдение
15	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Передачи, верхняя 2 руками	1	Опрос, наблюдение
16	Октябрь	17.00-17.45	Разучивание игр в целом и по частям.	1	Передачи, нижняя 2 руками	1	Опрос, наблюдение

17	Октябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Овладение техникой подачи, нижней боковой. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
18	Ноябрь	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Овладение техникой подачи. Подвижные игры	1	Опрос, наблюдение
19	Ноябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Упражнения на развитие координации движения	1	Опрос, наблюдение
20	Ноябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Верхняя передача в средней и высокой стойке	1	Опрос, наблюдение
21	Ноябрь	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Тренировка ударов у стены. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
22	Ноябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Передача в прыжке	1	Опрос, наблюдение
23	Ноябрь	17.00-17.45	Комбинированное занятие	1	Подачи: нижняя прямая 1рук.	1	Опрос, наблюдение
24	Ноябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Удары по мячу. Упражнения на развитие силы, ловкости	1	Опрос, наблюдение
25	Ноябрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Общая и специальная физ. подготовка	1	Опрос, наблюдение
26	Ноябрь	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Подачи: верхняя прямая 1рук. Подвижные игры.	1	Опрос, наблюдение
27	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нижняя боковая передача	1	Опрос, наблюдение

28	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нижняя прямая передача	1	Опрос, наблюдение
29	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нижняя передача 2 и 1 руками в движении Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
30	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Верхняя прямая передача	1	Опрос, наблюдение
31	Декабрь	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Прием мяча снизу 2 руками	1	Опрос, наблюдение
32	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Перемещение приставными шагами. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
33	Декабрь	17.00-17.45	Комбинированное занятие	1	Развитие скоростных качеств. Отработка подач	1	Опрос, наблюдение
34	Декабрь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Тренировка сложных ударов. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
35	Январь	17.00-17.45	Разучивание упражнений по частям	1	Отбивание мяча через сетку стоя и в прыжке	1	Тестирование
36	Январь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нападающий удар, выбор позиции, остановка шагом	1	Рефлексия
37	Январь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нападающий удар, выбор позиции, остановка прыжком	1	Опрос, наблюдение
38	Январь	17.00-17.45	Однонаправленное	1	Основы тактики	1	Опрос, наблюдение

			занятие		игры. Учебная игра		ие
39	Январь	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Передача сверху 2 руками	1	Опрос, наблюдение
40	Январь	17.00-17.45	Разучивание упражнений по частям.	1	Передача сверху с выпадом	1	Опрос, наблюдение
41	Февраль	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Тактика игры с разными противниками	1	Рефлексия
42	Февраль	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Обучение навыков – сочетать основную стойку с приёмом и подачей мяча	1	Опрос, наблюдение
43	Февраль	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Определение скорости и направления полёта мяча	1	Опрос, наблюдение
44	Февраль	17.00-17.45	Однонаправленное занятие	1	Обучить правильной позиции рук и ног при приёме и ударе мяча. Подачи: верхняя 1 рукой	1	Опрос, наблюдение
45	Февраль	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Прямой нападающий удар	1	Опрос, наблюдение
46	Февраль	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Сочетание способов перемещения. Подачи боковая	1	Опрос, наблюдение
47	Февраль	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Отработка ударов при игре	1	Рефлексия

					в парах и тройках		
48	Февраль	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Падения и перекаты	1	Опрос, наблюдение
49	Март	17.00-17.45	Соревнования по настольному теннису	1	Прием мяча сверху 2 руками с падением в сторону	1	Фотоотчет
50	Март	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Прием мяча снизу 2 руками от сетки. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
51	Март	17.00-17.45	Беседа. Практическое занятие	1	Значение правильных подач в игре. Тактическая подготовка	1	Опрос, наблюдение
52	Март	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Овладение подачами простыми и сложными	1	Опрос, наблюдение
53	Март	17.00-17.45	Беседа. Практическое занятие	1	Планирующая подача	1	Опрос, наблюдение
54	Март	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Нападающий удар с задней линии. Отработка подач	1	Рефлексия
55	Март	17.00-17.45	Беседа. Практическое занятие	1	Удары с высокой траектории – «свечой» и её значение во время игры	1	Опрос, наблюдение
56	Март	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Тактическая подготовка – её значение во время игры	1	Опрос, наблюдение

57	Март	17.00-17.45	Соревнования по настольному теннису	2	Индивидуальный тактический стиль знания своих способностей (внимания, памяти, мышления)	1	Рефлексия. Фотоотчёт
58	Март	17.00-17.45	Соревнования по настольному теннису	2	Индивидуальный тактический стиль знания своих способностей	1	Опрос, наблюдение
59	Апрель	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Тактические комбинации моделирования соревновательных комбинаций. Учебная игра.	1	Опрос, наблюдение
60	Апрель	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Тактика нападающего удара	1	Опрос, наблюдение
61	Апрель	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Индивидуальные тактические действия. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
62	Апрель	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Отработка возможных игровых ситуаций	1	Опрос, наблюдение
63	Апрель	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Отработка тактических комбинаций приёмов, связок	1	Опрос, наблюдение
64	Апрель	17.00-17.45	Работа в малых группах	1	Отработка комбинаций, используемых нападающим против	1	Опрос, наблюдение

					нападающего		
65	Апрель	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Атака, обмен атакующими ударами. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
66	Апрель	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Требования во время атакующих ударов	1	Опрос, наблюдение
67	Апрель	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Командные действия в защите	1	Опрос, наблюдение
68	Май	17.00-17.45	Практическое занятие	1	Развитие скоростных качеств. Отработка подач	1	Опрос, наблюдение
69	Май	17.00-17.45	Целостно-игровое занятие	1	Отработка тактических комбинаций. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
70	Май	17.00-17.45	Однонаправленное занятие	1	Общая и специальная физ. подготовка. Учебная игра	1	Опрос, наблюдение
71	Май	17.00-17.45	Работа в малых группах	1	Одиночное блокирование	1	Опрос, наблюдение
72	Май	17.00-17.45	Контрольное занятие	1	Сдача нормативов. Подведение итогов обучения. Задание на каникулы	1	Итоговое тестирование

Материально-техническое обеспечение реализации программы: Для успешной работы и обеспечения прогнозируемых результатов необходимы следующие условия: спортивный зал, тренажерный зал.

№	Название	Ед. измерения	Количество изделий
Оборудование и спортивный инвентарь			
1	Спортивный зал	шт	1
2	Волейбольная площадка с сеткой	шт	1
3	Волейбольные мячи	шт	20
4	Свисток	шт	2
5	Секундомер	шт	2
6	Фишки, конусы	шт	10
Дополнительное, вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
7	Мячи набивные	шт	5
8	Мяч теннисный (большой)	шт	10
9	Мяч футбольный	шт	3
10	Насос для накачивания мячей	шт	1
11	Скакалка	шт	50
12	Скамейка гимнастическая	шт	5
13	Музыкальный центр;	шт	1
14	Презентации для освоения теоретической части и просмотра видеоуроков		
15	Картотека комплексов упражнений общеразвивающего воздействия, подвижных игр (кассеты, диски)		
16	Вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря		

Информационное обеспечение реализации программы: описание информационных ресурсов, необходимых для реализации программы, информационно-компьютерная поддержка учебного процесса: ПК, колонки, экран и проектор, лазерная указка, техника для видео-фото съемки, интернет, программы для работы с мультимедийными проектами, ЦОРы.

Кадровое обеспечение реализации: педагог дополнительного образования.

Приглашение руководителей и специалистов разных сфер деятельности для проведения мастер-классов, круглых столов

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по волейболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов по волейболу.
- Правила игры в волейбол.
- Правила судейства в волейболе.
- Регламент проведения по волейболу турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по волейболу.

Методические рекомендации:

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

Методическое обеспечение реализации программы должно содержать:

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Форму занятий можно определить как творческую, самостоятельную, групповую деятельности детей.

Методика реализации данной программы основывается на личностно-ориентированном и компетентностном подходах. Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть обеспечивается наличием всех необходимых для работы материалов, плакатов и иллюстраций. Теоретическая часть представляет собой необходимый объем информации по заданной теме. Практическая часть осуществляется при наличии оборудования и наглядного материала

Согласно основным идеям и положениями ФГОС второго поколения, основной подход, используемый при обучении, **системно-деятельностный, личностно-ориентированный**. Обязательным требованием является формирование у учащихся понимания предметного содержания деятельности, а также формирование навыков самооценки и самоконтроля.

В основе курса лежат следующие **методические принципы**:

- интеграция основных речевых умений и навыков;
- коммуникативная направленность заданий;
- применение полученных умений и навыков на практике в ситуациях, максимально приближенных к реальным;
- темы и материалы курса соответствуют возрасту, интересам и уровню подготовки учащихся.

При всей важности освоение теоретических знаний следует учитывать, что они являются средством для достижения главной цели обучения, основой для практических знаний. На всех этапах обучения активно используются практические методы, метод проектов, защита презентаций, дискуссии, акции, экологические праздники.

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196"Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические

требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (вместе с "СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...").

Список литературы

Для педагога дополнительного образования:

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беяева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.

Для обучающихся и родителей:

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

Информационное обеспечение программы

Интернет-ресурсы:

www.minstm.gov.ru (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

www.edu.ru (Федеральный портал «Российское образование»).

www.olympic.ru (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

www.goup32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009).