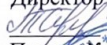


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 40»
имени Народного учителя СССР Овсиевой Руфины Серафимовны

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета № 16 от «25» августа 2023г

УТВЕРЖДАЮ

Директор
 Т.В.Сергеева
Приказ № 256-р
от «25» августа 2023г



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«ВОЛЕЙБОЛ»

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор- составитель
Вольский Е.В.,
учитель физической культуры

г. Барнаул, 2023

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
 - 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий
 - 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.5. Методические материалы
 - 2.6. Список литературы

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (общий

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- Устав МБОУ «ГИМНАЗИЯ № 40»
имени Народного учителя СССР Овсиевской Руфины Серафимовны
- Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБОУ «ГИМНАЗИЯ № 40»

Пояснительная записка

Актуальность программы: занятия волейболом общедоступны.

В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

Программа обучения направлена на ознакомление с основными элементами волейбола, тактическим действиям, укрепление здоровья и укрепление организма занимающихся, воспитание интереса к занятиям волейболом, создание базы разносторонней физической и функциональной подготовленности, на развитие природных качеств личности ребенка, помогает учесть ее возможности в семье и школе, предоставляет ребенку право усвоить тот уровень программного материала, который ему доступен.

Целесообразность

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения,

испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

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

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

-от простого к сложному,

-от частного к общему,

- с использованием технологий личноно - ориентированного подхода в обучении.

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

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Адресат программы: Программа секции волейбол рассчитана на школьников в возрасте от 11 до 17 лет (5-11классы). Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений в учебно-тренировочном процессе и участие в школьных и районных спортивных соревнованиях.

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности: В группе занимаются и мальчики, и девочки, с разным уровнем развития. Набор в группу осуществляется не на конкурсной основе, главное – желание ребенка заниматься в кружке. В состав кружка может включать учащихся основной и подготовительной медицинских групп, прошедших медицинский осмотр и по результатам осмотра, имеющих допуск к занятиям в секции спортивных игр «волейбол».

Кроме того, предусматриваются индивидуальные занятия, которые направлены на развитие детей, подготовленных слабее. Набор в группу детей более старшего возраста, учитывает увеличение физической нагрузки. В процессе занятий волейболом совершенствуют умение управлять своими движениями, развивают навыки в быстром и экономном передвижении, физическому развитию детей.

Цель программы: воспитание личности физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

Задачи программы:

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач:**

Обучающие:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Основной показатель работы спортивной школы по волейболу - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), вклад в подготовку молодежных и юношеских сборных команд страны, результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности и спортивного разряда. В комплексном зачете учитываются в целом все результаты (более высокие в одних нормативах в известной мере компенсируют более низкие в других).

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Ожидаемые результаты работы:

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол,
3. Участие в спартакиаде школы по волейболу, формирование сборной команды школы для участия в районных соревнованиях по волейболу,
5. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях,
6. решение проблемы занятости в свободное время,
7. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию учащихся

Знать:

- особенности развития избранного вида спорта;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении тренировочных занятиях;

- осуществлять судейство школьных соревнований по волейболу.

демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку.	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз	180 25	165 18
К выносливости	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50 с	10 мин 20 с
К координации	Последовательное выполнение 5 кувырков, с Бросок малого мяча в стандартную мишень,	10,0 12,0	14,0 10,0

Способы проверки:

Основной показатель работы секции по волейболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в период проведения промежуточной аттестации 1 раз в год.

Формы подведения итогов реализации программы:

Программа предусматривает промежуточную аттестацию результатов обучения детей.

Она предусматривает зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений или в форме контрольной игры в волейбол.

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

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

МОНИТОРИНГ

реализации образовательной программы

Вид контроля	Форма и содержание	Дата проведения
Вводный контроль.	Собеседование, тренировочные занятия	Сентябрь
Текущий контроль.	Соревнования, тренировочные занятия	В течение года.
Промежуточный контроль	Контрольные испытания Соревнования	декабрь

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	1. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками.	2	30	1.5	Визуальный
2	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
3	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками	2	30	1.5	Визуальный
4	1. Развитие быстроты перемещения. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней прямой подаче. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
5	1. Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
6	1. Обучение верхней передаче после перемещений. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Изучение тактики первых и вторых передач. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
7	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач	2	30	1.5	Визуальный
8	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач	2	30	1.5	Визуальный
9	1. Обучение приему мяча с подачи. 2. Обучение верхней передаче.	2	30	1.5	

	3. Обучение нижней подаче. 4. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.				
10	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. 2. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. 3. Физическая подготовка.	2	30	1.5	Визуальный
11	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
12	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Совершенствование навыков подачи. 3. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
13	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	Визуальный
14	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	Визуальный
15	1. Совершенствование навыков перемещения 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков” нижней подачи и приема мяча с подачи.	2	30	1.5	Визуальный
16	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач. 4. Учебная игра	2	30	1.5	Визуальный
17	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный

18	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	2	30	1.5	Визуальный
19	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	2	30	1.5	Визуальный
20	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Ознакомление с прямым нападающим ударом. 3. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
21	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	2	30	1.5	Визуальный
22	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
23	1. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
24	1. Верхние передачи. 2. Обучение прием мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
25	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение прямому нападающему удару 3. Подача мяча верхняя прямая. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
26	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками.	2	30	1.5	Визуальный

	2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему 4. Учебная игра.				
27	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
28	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
29	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.	2	30	1.5	Визуальный
30	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
31	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
32	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
33	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 4. Учебная игра	2	30	1.5	Визуальный
34	1, Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. . 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением 3. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный

35	1, Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 4. Учебная игра	2	30	1.5	Визуальный
36	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям, 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
37	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям, 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.	2	30	1.5	Визуальный
38	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара. 4. Учебная игра	2	30	1.5	Визуальный
39	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
40	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	2	30	1.5	Визуальный
41	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
42	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2, Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
43	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
44	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим	2	30	1.5	Визуальный

	действиям в нападении 4.Учебная игра.				
45	1.Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование
46	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4.Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
47	1. Обучение одиночному блокированию2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении 4.Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
48	1. Обучение одиночному блокированию2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении 4.Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
49	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении	2	30	1.5	Визуальный
50	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении,	2	30	1.5	Визуальный
51	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Тактика первых и вторых передач	2	30	1.5	Визуальный
52	1. Обучение одиночному блокированию 2. Обучение нападающему удару с переводом влево 4.Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
53	1. Обучение одиночному блокированию 2. Обучение нападающему удару с переводом влево 3.Учебная игра.	2	30	1.5	Визуальный
54	1. Совершенствование навыков блокирования. 2. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 3. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	Визуальный
55	1.Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование
56	1.Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование

57	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование навыков нападающего удара, тактика нападающего удара. 3. Индивидуальные тактические действия в защите.	2	30	1.5	
58	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревн ование
59	1. Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке, 2. Совершенствование навыков подачи мяча, 3. Совершенствование навыков Нападающего удара. 4. Индивидуальные тактические действия в защите.	2	30	1.5	
60	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в защите.	2	30	1.5	Соревн ование
61	1. Обучение индивидуальным и групповые тактическим действиям в нападении. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падение и перекатом в сторону на бедро и спину. 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.	2	30	1.5	
62	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования.	2	30	1.5	
63	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	Соревн ование
64	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	
65	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования.	2	30	1.5	
66	1. Совершенствование навыков первых и вторых передач. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. 3. Обучение командным тактическим действиям и защите.	2	30	1.5	
67	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой	2	30	1.5	

	подач. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.				
68	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	
69	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Обучение групповым тактическим действиям.	2	30	1.5	
70	. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи мяча — сильной и нацеленной. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	
71	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Совершенствование навыков группового блокирования. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	
72	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	2	30	1.5	Соревнование
73	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении. 2. Подведение итогов учебно-тренировочных занятий за год.	2	30	1.5	Соревнование
74	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Обучение групповым тактическим действиям.	2	30	1.5	
75	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	
76	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
77	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям, 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.	2	30	1.5	
78	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование

79	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	
80	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	Соревнование
81	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
82	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	
83	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	Соревнование
84	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	2	30	1.5	
85	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
86	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование
87	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	
88	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	Соревнование
89	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	

90	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование
91	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
92	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	2	30	1.5	Соревнование
93	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
94	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	2	30	1.5	Соревнование
95	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач	2	30	1.5	
96	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	30	1.5	Соревнование
97	. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
98	1. физическая подготовка 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	2	30	1.5	
99	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	30	1.5	Соревнование

100	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	30	1.5	
101	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	30	1,5	
102	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	30	1,5	
103	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	-	2	Соревнование
104	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	-	2	Соревнование
105	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	2	-	2	Соревнование

СОДЕРАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Перемещения волейболиста.
Верхняя передача двумя руками.
Развитие быстроты перемещения.
Верхняя передача.
Нижняя прямая подача.
Прием и передача мяча сверху двумя руками.
Тактика первых и вторых передач
Прием мяча с подачи.
Верхняя передача.
Нижняя подача.
Основные правила игры в волейбол.
Прием и передаче мяча сверху двумя руками.
Прием мяча сверху с подачи.
Тактика первых и вторых передач.
Развитие быстроты и прыгучести.
Прямой нападающий удар.
Прием и передача сверху.
Прием мяча снизу двумя руками.
Верхние передачи
Верхняя прямая подача.
Верхняя передача мяча назад, за голову.
Прием мяча сверху с последующим падением
Прием мяча сверху с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину
Вторая передача.
Защитные действия.
Индивидуальные тактические действия в нападении.
Индивидуальные тактические действия в защите.
Передача мяча в прыжке.
Групповые тактические действия в нападении.
Одиночное блокирование.
Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении.
Нападающий удар с переводом влево.
Нападающий удар с переводом вправо.
Прием мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину.
Передача мяча в прыжке.
Развитие быстроты и прыгучести.
Прием нападающий удар.
Передача мяча сверху двумя руками.

Организационно-педагогические условия:

Реализация дополнительной общеобразовательной программы должна проходить в полном соответствии требованиям законодательства РФ в области образования, нормативными правовыми актами, регламентирующими данное направление работы.

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

(заполнить с учетом срока реализации ДООП)

Таблица 2.1.1.

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	по УП
Продолжительность каникул	с 01.06.2021 г. по 31.08.2022 г.
Даты начала и окончания учебного года	с 13.09.2021 по 31.05.2022 г.
Сроки промежуточной аттестации	по УП
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	по УП

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	<ul style="list-style-type: none">- Спортивный зал 15X30- сетка волейбольная- стойки волейбольные- гимнастическая стенка- гимнастические скамейки- гимнастические маты- скакалки- мячи набивные- гантели различной массы- рулетка.
Информационное обеспечение	<ul style="list-style-type: none">- видео- фото- интернет источники
Кадровое обеспечение	Учитель физической культуры, высшая квалификационная категория, стаж работы 27 лет

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Зачет
- Соревнования

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1.

Показатели качества реализации ДООП	Методики
учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;	наличие необходимой документации:
соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;	программы деятельности спортивной секции;
создание условий для развития личности подростка и его способностей.	тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Игра
- Мини-чемпионат
- Турнир

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения

Дидактические материалы:

- Инструкции

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.-112с.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
5. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.
6. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
7. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.

Методика приема-сдачи нормативных требований**Общефизическая подготовка.**

Бег 30 м- 6х5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места.

Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении.

Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из- за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой.

Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Дается 3 попытки, лучшая – засчитывается.

Техническая подготовка.

Испытания на точность передачи.

В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи – рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии.

При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3 – 3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки – не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытания на точность передачи через сетку.

На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 – размером 2х 1 м, в зоне 1 и в зоне 6 – размером 3х 3м.

Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на технику подачи.

Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в поле. 5 попыток (первый год обучения).

Испытания на точность подач.

Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4 – 5 (1 – 2), площадь у боковых линий в зонах 5 – 4 и 1 – 2 (размером 6х 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3х 3 м. Каждый учащийся выполняет 3 попытки (второй год обучения).

Испытания на точность нападающего удара.

Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4, 2. По 3 попытки из каждой зоны