

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ КОЛПАШЕВСКОГО РАЙОНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОЗЕРЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
/МБОУ «Озеренская СОШ»/

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 9
от « 15 » 05 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ «Озеренская СОШ»

Горбунова Р.А.

Приказ № 48 от « 15 » 05 2024г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Физкультурно-спортивной направленности

«Спортивные игры: волейбол»

(срок реализации программы: 1 год (68 часов),

возраст детей 11-17 лет)

Автор-составитель
программы:

Попов Александр
Геннадьевич,

Учитель физической
культуры и ОБЖ

**Аннотация к рабочей программе дополнительного образования
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ: волейбол»**

Класс	5-11 классы
Нормативные документы, УМК	<ol style="list-style-type: none"> 1. А.И.Каинова «Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации» Волгоград: Учитель - 2013 в соответствии с федеральным компонентом государственным стандартом среднего полного образования, М.: «Дрофа»- 2013. 2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.: ил. – (Работаем по новым стандартам)
Цель учебной дисциплины	углублённое изучение спортивной игры волейбол, привитие навыков здорового образа жизни
Количество часов на изучение дисциплины, курса	68
Основные разделы дисциплины (курса) с указанием отведенных на изучение часов	<p>Введение 2 ч</p> <p>Изучение техники игры в волейбол техника нападения 20 ч</p> <p>Обучение техники подачи мяча 14ч</p> <p>Техника защиты 12 ч</p> <p>Изучение тактики игры в волейбол. Тактика нападения 8 ч</p> <p>Изучение тактики игры в волейбол. Тактика защиты: 12 ч</p>

Оглавление

1. Пояснительная записка	3
Адресат программы:	3
Объём программы	3
Особенности организации образовательного процесса:	3
2. Цель программы	3
Задачи программы	4
Планируемые результаты освоения программы	4
3. Содержание программы дополнительного образования	5
4. Комплекс организационно-педагогических условий	13
Материально-техническое обеспечение	13
Информационное обеспечение	13
Кадровое обеспечение	13
5. Список литературы. Нормативно-правовая база	13

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры: волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа «Спортивные игры: волейбол» направлена на всесторонне физическое развитие подростка.

Игра в волейбол способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Актуальность программы состоит в том, что в процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к ЗОЖ, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Новизна дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть, ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Адресат программы:

Участниками программы являются дети в возрасте 11-17 лет. В этом возрасте образовательный процесс для детей носит развивающий характер, направленный на реализацию интересов и способностей, на создание ситуации успеха и обеспечение комфортности обучения.

Программа «Спортивные игры: волейбол» рассчитана на любой статус детей (с различной нозологией), имеющих любые интеллектуальные и творческие способности.

Набор детей носит свободный характер и обусловлен интересами учащихся и их родителей.

Объём программы

Программа предусматривает практические занятия, рассчитана на 1 год обучения. Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 часу (40 минут занятие, 10 минут перерыв), с 1 сентября по 25 мая, не включая осенние и весенние каникулы. Итого – 68 ч.

Формы обучения - очная,

Уровень программы - базовый

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия носят характер живого общения, заинтересованного поиска решения проблем с помощью разумного сочетания самостоятельной деятельности, дозированной помощи и работы под руководством педагога. Сочетание разных методов обучения и видов игровой деятельности выводит ребенка за рамки привычного образовательного процесса, расширяет кругозор и дает возможность для физического развития.

Игровая деятельность позволяет детям непринужденно погрузиться в ситуацию и проявить себя в новой роли, самому обозначить проблему и попытаться найти решение.

Формы реализации образовательной программы – традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного года обучения в одной образовательной организации.

Организационные формы обучения - эстафеты, соревнования, учебно-тренировочные занятия, индивидуальные и групповые формы занятий, контрольные занятия.

Виды деятельности: игровая, пробежки, зарядка.

2. Цель программы – углубленное изучение спортивной игры волейбол.

Задачи программы

Основными **задачами** программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу;
- отбор лучших учащихся для участия в соревнованиях.

Планируемые результаты освоения программы

В результате прохождения программы дополнительного образования ученик будет знать/понимать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;
- и смогут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

Научится применять и использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности, повседневной жизни:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

3.Содержание программы дополнительного образования

Раздел 1. Введение: 2 ч

ТЕОРИЯ

Инструктаж по Т.Б на занятиях по волейболу. Становление волейбола как вида спорта Последовательность и этапы обучения волейболистов. Общие основы волейбола Правила игры и методика судейства соревнований. Эволюция правил игры по волейболу. Упрощенные правила игры. Действующие правила игры. Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства. Основные задачи технической подготовки. Особенности проведения занятий в начальном периоде обучения технике. Всесторонняя физическая подготовка - необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения. Определения и исправления ошибок. Задачи тренировочного процесса. Показатели качества спортивной техники (эффективность, экономичность, простота решения задач, помехоустойчивость).

Раздел 2. Изучение техники игры в волейбол техника нападения: 20 ч

ТЕОРИЯ

Устойчивая, основная; статическая стартовая стойка; динамическая стартовая стойка. Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места; толчком одной с разбега, с места). Техника стоек, перемещений волейболиста в защите. Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом (бег), приставным шагом (бег). Выпады: вперед, в сторону.

Раздел 3. Обучение техники подачи мяча: 14ч

ПРАКТИКА

Подводящие упражнения для обучения нижней прямой подаче; специальные упражнения для обучения нижней прямой подаче; подводящие упражнения для обучения нижней боковой подаче; специальные упражнения для обучения нижней боковой подаче; подводящие упражнения для обучения верхней прямой подаче; специальные упражнения для обучения верхней прямой подаче: подводящие упражнения для обучения верхней боковой подаче; специальные упражнения для обучения верхней боковой подаче; специальные упражнения для обучения укороченной подаче подача на точность.

Техника передачи двумя сверху Техника передачи в прыжке над собой, назад подводящие упражнения для обучения: с набивными мячами, с баскетбольными мячами; специальные упражнения в парах на месте; специальные упражнения в парах с перемещением; подводящие упражнения с набивными мячами; имитационные упражнения с волейбольными мячами; специальные упражнения индивидуально у стены; специальные упражнения в группах через сетку; упражнения для обучения передаче одной снизу. Подводящие упражнения с набивным мячом; упражнения для обучения напрыгиванию; упражнения с теннисным мячом; упражнения для обучения замаху и удару по мячу; специальные упражнения у стены в опорном положении; специальные упражнения у стены.

Раздел 4. Техника защиты: 12ч

ПРАКТИКА

Тренировочные упражнения - на спину, бедро-спину, набок, на голени, кувырок, на руки – грудь; упражнения для обучения перемещению блокирующих игроков; имитационные упражнения по технике блокирования (на месте, после перемещения); имитационные упражнения по технике блокирования с баскетбольными мячами (в паре); специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре); упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).

Раздел 5. Изучение тактики игры в волейбол. Тактика нападения: 8 ч

ПРАКТИКА

Упражнения для обучения перемещению игрока; имитационные упражнения с баскетбольными мячами по технике приема подачи (на месте, после перемещения); специальные упражнения в парах без сетки. Тренировочные игры.

Раздел 6. Изучение тактики игры в волейбол. Тактика защиты: 12 ч

ПРАКТИКА

Групповые взаимодействия. Характеристика командных действий. Взаимодействие игроков. Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом.

Обучение технике передаче в прыжке: откидке, отвлекающие действия при вторых передачах. Подбора упражнений для воспитания быстроты ответных действий. Упражнения на расслабления и растяжения. Обучение технике бокового нападающего удара, подаче в прыжке. Подбор упражнений для

совершенствования ориентировки игрока. Обучения тактике подач, подач в прыжке СФП. Подбор упражнений для развития ловкости, гибкости.

Нападающий удар задней линии. СФП. Подбор упражнений для развития специальной силы.

Упражнения для развития прыгучести. Нападающий удар толчком одной ноги. Учебная игра.

Упражнения для развития гибкости. Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Упражнения для развития силы (гантели, эспандер). Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Упражнения для развития быстроты перемещений.

Подбор упражнений для воспитания прыгучести и прыжковой ловкости волейболиста. Учебная игра.

Технико-тактические действия в защите при страховке игроком 6 зоны Учебная игра.

Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока. Учебная игра.

Программа

Теоретические занятия (в процессе занятий)

Физическая культура и спорт в России. Общественно-политическое и государственное значение физической культуры и спорта в России. Массовый народный характер спорта в стране. Задачи развития массовой физической культуры.

Основы методики обучения в волейболе. Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.

Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Общая и специальная физическая подготовка. Специфика средств общей и специальной физической подготовки. Специальная физическая подготовка в различные возрастные периоды.

Основы техники и тактики игры. Понятие о технике. Анализ технических приёмов (на основе программы для данного года). Анализ тактических действий в нападении и защите (на основе программы для данного года).

Практические занятия (в процессе занятий)

Общая физическая подготовка.

- Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости;
- совершенствование навыков естественных видов движений;
- подготовка к сдаче и выполнение нормативных требований по видам подготовки.

Строевые упражнения.

Гимнастические упражнения.

- Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.
- Упражнения для туловища и шеи.
- Упражнения для мышц ног и таза.

Акробатические упражнения.

Легкоатлетические упражнения.

- Бег.
- Прыжки.
- Метания.

Спортивные игры.

Подвижные игры:

Ходьба на лыжах и катание на коньках.

Специальная физическая подготовка. (в процессе занятий)

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий

Подвижные игры:

Упражнения для развития прыгучести.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передач мяча.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании.

Практические занятия по технике нападения.

Действия без мяча. Перемещения и стойки: - стартовая стойка(И.п.) в сочетании с перемещениями;

- ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперёд; - перемещения приставными шагами спиной вперёд;

- двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; - прыжки; - сочетание способов перемещений.

Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками: - передача на точность, с перемещением в парах;

- встречная передача, передача в треугольнике. Отбивание мяча в прыжке кулаком через сетку в непосредственной близости от неё.

Подача мяча: - нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность.

Нападающие удары: -

Практические занятия по технике защиты.

Действия без мяча. Перемещения и стойки:

Действия с мячом. Приём мяча:

Блокирование

Практические занятия по тактике нападения.

Индивидуальные действия.

Групповые действия.

Командные действия.

Практические занятия по тактике защиты.

Индивидуальные действия. Выбор места: при приёме нижних подач; при страховке партнёра, принимающего мяч от подачи и обманной передачи. При действиях с мячом: выбор способа приёма мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).

Групповые действия. Взаимодействия игроков при приёме от подачи, передачи: игрока зоны 1 с игроком зон 6 и 2; игрока зоны 6 с игроком зон 1, 5, 3; игрока зоны 5 с игроком зон 6 и 4;

Командные действия. Приём подач. Расположение игроков при приёме нижних подач, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2, игрок зоны 3 находится сзади.

Система игры. Расположение игроков при приёме мяча от противника «углом вперёд» с применением групповых действий.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по волейболу. Установка игрокам перед соревнованиями. Разбор проведённых игр. Характеристика команды противника. Тактический план игры.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	теория	практика	Формы контроля
1	Краткий обзор состояния и развития волейбола	1	-	Опрос
2	Правила соревнований и методика судейства	1	-	Опрос
3	Техника и тактика игры и методы ее совершенствования	2	-	Опрос
4	Общая физическая подготовка.	-	12	Тесты
5	Специальная физическая подготовка	-	8	Нормативы
6	Изучение и совершенствование технических и тактических умений и навыков.	-	44	Контрольные упражнения
7	Судейская практика.	-	На соревнования	Наблюдение
8	Участие в соревнованиях.	-	По плану	Наблюдение
	Всего	4	64	

3.Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Вид контроля	Дата проведения	
								план	факт
1	Теория	Правила	2	Изучение нового материала	Размер площадки. Основные ошибки. Техника безопасности	Знать правила соревнований	Текущий		
2	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	20/2	Изучение нового материала	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
3	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершен ствование	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
4	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Изучение нового материала	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
5	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершен ствование	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
6	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершен ствование	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини- волейбол	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
7	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Изучение нового материала	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		

					собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол				
8	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершенство	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
9	Теория	Правила	2	Изучение нового материала	Жесты судей	Знать жесты судей	Текущий		
10	ОФП	Развитие двигательных качеств	2	Изучение нового материала	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30м. Подвижные игры	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Текущий		
11	ОФП	Развитие двигательных качеств	2	Совершенство	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30м. Подвижные игры	Уметь выполнять прыжковые упражнения	Текущий		
12	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	14/2	Изучение нового материала	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
13	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершенство	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
14	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершенство	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
15	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Изучение нового материала	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		

16	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершенство	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
17	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Изучение нового материала	Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
18	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	2	Совершенство	Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
19	ОФП	Развитие двигательных качеств	2	Изучение нового материала	Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами	Уметь выполнять упражнения	Текущий		
20	ОФП	Развитие двигательных качеств	2	Совершенство	Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами	Уметь выполнять упражнения	Текущий		
21	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	12/2	Изучение нового материала	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3.	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
22	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3.	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
23	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3.	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		

24	Соревнования	Матчевая встреча	2	Игра	Выполнить технико-тактические действия в игре	Уметь выполнять технико-тактические действия в игре	Текущий		
25	Техническая подготовка	Техника приема и передач мяча. Нападающий удар	8/2	Изучение нового материала	Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
26	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
27	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Изучение нового материала	Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. передачи над собой. подача нижняя боковая. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
28	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. передачи над собой. подача нижняя боковая. Учебная игра	Уметь выполнять технические элементы	Текущий		
29	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	12/2	Изучение нового материала	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
30	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
31	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенство	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		

32	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Изучение нового материала	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
33	Тактическая подготовка	Уметь выполнять тактические действия	2	Совершенствование	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны	Уметь действовать в защите и нападении	Текущий		
34	Соревнования	Матчевая встреча	2	Игра	Выполнить технико-тактические действия в игре	Уметь выполнять технико-тактические действия в игре	Текущий		

4. Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале школы, где есть весь необходимый спортивный инвентарь.

Информационное обеспечение

- спортивный инвентарь
- учебная литература

Кадровое обеспечение

Занятие проводит учитель физической культуры и ОБЖ высшей квалификационной категории.

Формы аттестации

Входная диагностика позволяет определить уровень умений и навыков, компетенций у обучающегося, чтобы выяснить, насколько ребенок готов к освоению данной программы.

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств.

Формы аттестации: зачет, практическая работа, соревнования.

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств.

Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	девочки	мальчики
1	2	3	4
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м) в прыжке с места (м)	5,0 7,5	6,0 9,5

Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Количественный показатель
1	2	3
1.	Верхняя передача мяча на точность из зоны 3 (2) в зону 4	4
2.	Подача верхняя прямая в пределы площади	3
3.	Приём мяча с подачи и первая передача в зону 3	3
4.	Чередование способов передачи и приёма мяча сверху, снизу	8
5.	Нападающий удар по мячу в держателе или резиновых амортизаторах	3

Методические материалы

При проведении занятий используются следующие **методы:**

-объяснительно-репродуктивный метод (беседа, рассказ, дискуссия);

-наглядный (работа с дидактическим материалом, фото-видеоматериалами, иллюстративным материалом);

При выявлении определенных знаний по определенной теме, после изучения раздела программы, в конце года используется **метод контроля** (текущий, тематический, итоговый).

Не менее важно использование в процессе реализации программы **методов стимулирования и мотивации** – познавательная игра, поощрение, наказание.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

5. Список литературы. Нормативно-правовая база.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ

ПРОГРАММА физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры» разработана на основании нормативных документов:

- Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (в последней редакции)
 - Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226)
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых.

Список литературы для педагогов:

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. Беляева, 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.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

Список литературы для учащихся:

- 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.