

**Краевое государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Камчатский дворец детского творчества»**

**Отдел учебно-спортивной работы**

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по учебно-методической работе

Директор КГБУДО «Камчатский дворец детского творчества»

И.И. Быкова

О.Н. Великанова

«15» октября 2021 г.

«15» октября 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности  
объединения «ВОЛЕЙБОЛ»**

возраст детей 15-21 год,  
срок реализации 3 года

Рассмотрено на заседании методического объединения  
Протокол от «11» октября 2021 № 2

педагог дополнительного образования  
**Бондаренко Иван Геннадьевич**

г. Петропавловск-Камчатский, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы</b>	<b>3</b>
1.1. Паспорт программы	3
1.2. Пояснительная записка	5
1.3. Цель и задачи программы	10
1.4. Учебный план	12
1.5. Содержание учебного плана	13
1.6. Планируемые результаты	14
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>	<b>18</b>
2.1. Условия реализации программы	18
2.2. Формы аттестации	19
2.3. Оценочные материалы	19
2.4. Методические материалы	20
2.5. Список литературы для педагога	21
2.6. Список литературы для обучающегося	21
<b>3. Приложения</b>	
3.1. Календарный учебный график	<i>(Приложение №1)</i>

**1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

<b>1. Учреждение</b>	Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Камчатский дворец детского творчества»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности объединения «Волейбол»
<b>3. Направленность</b>	Физкультурно-спортивная
<b>4. Сведения о разработчике:</b>	
4.1. Ф.И.О., должность	Бондаренко Иван Геннадьевич, педагог дополнительного образования
<b>5. Сведения о программе:</b>	
<b>5.1. Срок реализации</b>	3 года
<b>5.2. Уровень программы</b>	1 год обучения – <i>этап начальной подготовки</i> 2-3 год обучения – <i>учебно-тренировочный этап</i>
<b>5.3. Возраст учащихся</b>	15-20 лет
<b>5.4. Количество часов по программе</b>	168 часов
<b>5.5. Характеристика программы:</b>	Авторская
- тип программы	Дополнительная общеобразовательная
- вид программы	общеразвивающая
<b>5.6. Цель программы</b>	Всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья, создание условий для сплочения ребят в дружный коллектив, ознакомление с техникой и тактикой
<b>6. Ведущие формы и методы образовательной деятельности</b>	Учебное занятие. Индивидуальная, групповая, и работа в малых группах. Участие в
<b>7. Формы и методы мониторинга результативности</b>	1. Тематический (тесты по определенной теме, сдача нормативов); 2. Фронтальный (тесты, соревнования);
<b>8. Результативность реализации</b>	<b>Сохранность контингента:</b>

<p><b>Программы</b></p>	<p>2018 - 2019 уч. г. - 80,4%                  2019-2020 уч. г. - 93,7%                  2020-2021 уч. г. - 97,4%</p> <p><b>Аттестация обучающихся:</b>                  2018/2019 уч. г., аттестация по завершении реализации Программы - 70 % обучающихся освоили программу на высоком уровне, 30 % - на среднем                  2019/2020 уч. г., промежуточная аттестация - 85% обучающихся освоили программу на высоком уровне, 15% - на среднем                  2020/2021 уч. г., аттестация по завершении реализации программы - 82 % обучающихся освоили программу на высоком уровне, 18 % - на среднем</p> <p><b>Активное участие:</b>                  Участие в соревнованиях различных уровней по волейболу</p>
<p><b>9. Дата разработки</b></p> <p><b>Дата последней корректировки</b></p>	<p>2018 г.</p> <p>01.09.2021 г.</p>
<p><b>10. Рецензенты</b></p>	<p>-</p>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Традиционно сложилось так, что многие учителя физической культуры, ведущие такие секции, не имеют каких-либо программ занятий. Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся образовательной организации с использованием способов двигательной деятельности из раздела «волейбол». Структура и содержание программы могут быть использованы для разработки программ секционной работы по другим видам спорта.

Волейбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в образовательном учреждении. Тем не менее, в осуществлении такой работы необходимо ориентироваться на единство всех форм систем физического воспитания обучающихся: предмет физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

Волейбол - спортивная командная игра. Занятия в секции по волейболу благоприятно влияют на физическое развитие ребят, воспитание у них моральных и волевых качеств. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у игроков основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости), формированию различных двигательных навыков и укреплению внутренних органов.

С самого начала занятий данным видом спорта обучающиеся начинают осознавать причастность к коллективу и в соответствии с правилами и распоряжениями учатся управлять своими действиями, соотносить их с действиями других. Так укрепляется воля, вырабатывается дисциплинированность, формируется привычка к соблюдению норм поведения, укрепляются такие важные нравственные качества, как ответственность перед коллективом, чувство долга, гордость за успехи команды.

Содержание данной программы рассчитано на 3 года обучения и состоит из двух этапов

***Направленность Программы*** по содержанию – физкультурно-спортивная.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.;
- Приказ Минтруда России от 05 мая 2018г. №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28августа 2018 г., регистрационный № 25016);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018\_ № 196\_Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

**Актуальность Программы.** Игра в волейбол одна из захватывающих, увлекательных, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогает в нравственном воспитании подрастающего поколения.

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщение к здоровому образу жизни, приобретает привычка к самостоятельным занятиям спортом. Волейбол командная игра, которая дисциплинирует, воспитывает чувство коллективизма, волю, целеустремленность. Игра в волейбол развивает не только физические качества ребенка, но и мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает чувство и способность к быстрым чередованием напряжениям и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Укрепляет костную, сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы растущего организма.

**Новизна Программы** в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, дополнительный спортивный инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**Отличительной особенностью:** данной программы является организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. В результате освоения программного материала у обучающихся формируется культура отношения к своему здоровью, происходит качественное изменение личности: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

**Адресат Программы:** Программа имеет физкультурно-спортивную направленность для обучающихся 15-20 лет. Вид спорта волейбол призван осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях образовательной организации через реализацию личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Группа может быть разновозрастной, где определяющим фактором является уровень физической подготовленности.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в приобщении учащихся, независимо от возраста, пола и физической подготовки к занятиям спортом вообще, что может способствовать не только их дальнейшему физическому совершенствованию, но и приобщению к здоровому образу жизни в целом, раскрытию и формированию лучших человеческих качеств.

**Уровень программы:** I. Этап начальной подготовки: 1 год обучения. Данный этап включает в себя общефизическую подготовку, начальные навыки технической и тактической подготовки. Количество обучающихся в группе - 10 человек, в возрасте от 15 до 20 лет. Юноши и девушки первого года обучения занимаются 6 часов в неделю. Продолжительность занятий - 45 минут. Годовой цикл обучения 198 часов.

II. Учебно-тренировочный этап: 2-3 года обучения. Данные этапы включают в себя более глубокое изучение тактико-технических действий с мячом и без мяча. Количество обучающихся в группах 2 и 3 года обучения - от 10 до 12 человек в возрасте от 15 до 20 лет. Количество часов в неделю: 6 часов в неделю. Продолжительность занятий - 45 минут. Годовой цикл 198 часов.

Этапы обучения различаются ставящимися задачами и объёмом полученной информации, и требованиями к качеству её усвоения. Запись в секцию волейбола проводится по желанию детей, предоставлению медицинской справки и заявления от родителей. Состав группы зависит от степени подготовленности обучающихся и их возраста. При необходимости могут формироваться разновозрастные группы. Распределение учебного времени по темам является примерным и может корректироваться педагогом в зависимости от уровня подготовленности детей.

**Объем Программы:** Общее количество учебных часов - 594.

**Срок освоения** Программы 3 года.

<i>Год обучения</i>	<i>Периодичность в неделю и количество часов</i>	<i>Количество часов в год</i>
1 год обучения	3 раз в неделю по 6 часа	168 часов
2 год обучения	3 раза в неделю по 6 часа	168 часов
3 год обучения	3 раза в неделю по 6 часа	168 часов

**Итого:** 504 часа

**Формы обучения:**

фронтальная – проведения занятия упражнения выполняются одновременно или посменно всеми учениками, расположенными в одну или несколько шеренг;

поточная – выполнение одного и того же задания одновременно или посменно всеми учениками, расположенными в одну шеренгу;

проходная – выполнение упражнений при передвижении обучающихся одновременно, используя всю площадь спортивного зала;

групповая – распределение обучающихся на несколько групп, задания для каждой группы дифференцируются и выполняются поочередно;

круговая – распределение обучающихся по группам проходит в зависимости от их спортивной подготовки, разнонаправленные задания выполняются на специально отведенных участках (станциях) в определенной последовательности, смену станций производят через заданные интервалы времени с продвижением по кругу. Количество пройденных кругов варьируют в соответствии с поставленными задачами;

индивидуальная – форма применения индивидуальных заданий предполагает самостоятельное выполнение их каждым обучающимся;

проходная – выполняются упражнения при передвижении обучающихся одновременно, используя всю площадь спортивного зала.

Выбор формы организации, обучающихся на уроке зависит от уровня их подготовленности, степени поставленных решаемых задач, используемых педагогом средств и методов обучения, условий проведения занятия, наличия в достаточном количестве спортивного инвентаря.

**Режим занятий:** Единицей учебного времени в объединении является учебное занятие. Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Периодичность - 3 раза в неделю по 2 занятия с переменой в 10 минут, продолжительность одного учебного занятия составляет 45 минут.

Количество учебных занятий в неделю и их продолжительность соответствует, нормам СП, локальным нормативным актам КГПОБУ «Камчатский педагогический колледж».

**Особенности организации образовательного процесса:** Группы, являющиеся основным составом объединения, сформированы из обучающихся одного возраста. Состав групп преимущественно постоянный. Основная форма занятия - фронтальная. При необходимости (подготовка к соревнованиям, болезнь обучающихся) предусмотрена индивидуальная и дистанционная форма занятий.

В процессе обучения на всех этапах подготовки используются общие дидактические методы:

словесные – с помощью таких приемов как объяснение, рассказ, распоряжение, команда, беседа и замечания у обучающихся создается предварительное представление об упражнении, возникает желание заниматься данным видом спортивной деятельности, суждения о правильности выполнения упражнений, возникает возможность оценить итоги выполнения задания;

наглядные – у обучающихся формируются конкретные представления о технике выполнения упражнений с помощью учебных таблиц, схем, рисунков, фильмов, показа отдельных элементов и способов выполнения упражнений;

методы выполнения упражнений:

практические – техника выполнения упражнений, методические приемы облегчения и усложнения условий выполнения заданий; участие в соревнованиях (турниры, эстафеты);

общеразвивающие – движения без предметов, с предметами, упражнения на снарядах, одиночные, парные, на матах, различные прыжки, упражнения на координацию движений, расширяющие двигательный навык и др.;

имитационные – упражнения, позволяющие освоить рациональную технику выполнения упражнений;

специализированные – для устранения отдельных ошибок техники выполнения упражнений, развития физических качеств обучающихся.

Режим, способы выполнения всего многообразия упражнений регламентируют методы тренировки (практические методы физической подготовки):

по характеру построения (стандартный, вариативный, смешанный);

по соотношению в упражнениях работы и отдыха (равномерный, переменный, интервальный, комбинированный, контрольный).

**Цель Программы:** Содействие к формированию устойчивой мотивации обучающихся к занятиям физической культурой и спортом посредством игры волейбол.

**Задачи:**

Образовательные:

- обучить основным техническим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- обучить основным тактическим приемам волейбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества;
- способствовать повышению работоспособности учащихся;
- развивать двигательные способности;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;

- воспитывать волевые качества;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2		2	Опрос, тестирование
2.	Правила игры	2	4	6	опрос
3.	Общая физическая подготовка	-	28	28	тестирование
4.	Техника игры	4	66	70	тестирование
5.	Тактика игры	4	28	32	Сдача базовых элементов
6.	Инструкторская и судейская практика	2	10	12	опрос
7	Организация и участие в соревнованиях	2	14	16	соревнования
8	Итоговое занятие	-	2	2	соревнования
<b>Итого:</b>		16	152	168	

### 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	-	2	опрос
2.	Правила игры	2	8	10	опрос
	Общая физическая подготовка	-	36	36	тестирование
3.	Техника игры	4	50	54	тестирование
4.	Тактика игры	-	36	36	Сдача базовых элементов
5.	Инструкторская и судейская практика	2	8	10	опрос
	Организация и участие в соревнованиях	-	18	18	соревнования
	Итоговое занятие	1	1	2	соревнования
<b>Итого:</b>		11	157	168	

**3 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	-	2	опрос
2.	Правила игры	2	-	2	опрос
3.	Общая физическая подготовка	-	60	60	тестирование
4.	Техника игры	-	42	42	тестирование
5.	Тактика игры	-	50	50	Сдача базовых элементов
6	Инструкторская и судейская практика	2	2	4	опрос
7	Организация и участие в соревнованиях	-	4	4	соревнования
8	Итоговое занятие	2	2	4	соревнования
	<b>Итого:</b>	8	160	168	

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА*****Раздел 1. Вводное занятие,***

*Теоретическая часть:* Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с коллективом. Обсуждение программы первого года обучения. Культура общения. Знакомство с историей волейбола.

***Раздел 2. Физическая подготовка***

*Теоретическая часть:* Понятие ОФП. Функции ОФП. Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса.

*Практическая часть:* Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Спортивные игры.

***Раздел 3-4. Техничко-тактическая подготовка.***

*Теоретическая часть:* Значение технической подготовки в волейболе. Правила игры в волейбол. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подача. Перемена подачи. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология. Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики.

*Практическая часть:* Техническая подготовка: 1. Стойки в сочетании с перемещениями. 2. Передачи мяча сверху и снизу в парах. 3. Приём мяча сверху через сетку. 4. Нижняя прямая подача. 5. Сочетание способов перемещений (лицом, боком, спиной). 6. Передачи мяча в сочетании с перемещениями. 7. Приём мяча, направленного ударом (в парах). 8. Нижняя прямая подача. Верхняя подача в стену. 9. Двойной шаг, скачок, остановка прыжком. 10. Встречная передача вдоль сетки и через сетку. 11. Приём сверху нижней прямой подачи. 12. Верхняя прямая подача через сетку. 13. Сочетание перемещений и технических приёмов в защите. 14. Передача мяча сверху, стоя спиной к партнёру. 15. Чередование приемов мяча сверху и снизу. 16. Подача в заданную часть площадки. 17. Сочетание перемещений и технических приемов в защите. 18. Передача мяча со сменой мест. 19. Прием снизу верхней прямой подачи. 20. Соревнования на точность выполнения подачи. 21. Передача мяча в тройках, стоя на одном месте. 22. Прием мяча снизу через сетку. 23. Соревнования на количество подач без промаха. 24. Прямой нападающий удар по закреплённому мячу. 25. Техника блокирования 26. Прием снизу мяча, направленного ударом. 27. Передачи мяча в тройках (зоны 2-3-4). 28. Нападающий удар по закреплённому мячу. 29. Одиночное блокирование. 30. Передачи мяча в тройках (зоны 4-5-6 и 1-2-6). 31. Совершенствование техники стоек и перемещений. 32. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером. 33. Одиночное и групповое блокирование. 34. Передача мяча над собой. 35. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером. 36. Многократные чередования приемов мяча сверху и снизу. 37. Совершенствование техники стоек и перемещений. 38. Многократные передачи мяча над собой в движении. 39. Нападающий удар после передачи из зоны 3. 40. Совершенствование техники передачи мяча. 41. Многократные чередования приемов и передач сверху и снизу. 42. Совершенствование техники приемов мяча. 43. Совершенствование техники выполнения подачи. 44. Одиночное блокирование. 45. Нападающий удар после передачи из зоны

Тактическая подготовка: 1. Индивидуальные действия в нападении: выбор места для выполнения второй передачи у сетки. Вторая передача из зоны 3 (лицом к игроку); Подача на точность в зоне – по заданию. 2. Индивидуальные действия в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приема – сверху или снизу. 3. Групповые действия в нападении: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 4. Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 1,5 и 6 на приеме подачи, взаимодействие игроков зон 4,2 и 6. 5. Командные действия в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2) 6. Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, при системе игры «углом вперед».

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

На конец учебного года основными показателями выполнения требований программы на спортивно-оздоровительном этапе являются:

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- уровень освоения основ техники волейбола;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а

также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля. Педагог должен регулярно следить за успеваемостью своих воспитанников в образовательной организации, поддерживать контакт с родителями, преподавателями предметниками и кураторами групп.

Ожидаемые результаты обучения:

1 год обучения.

Будет знать	Будет уметь
- расстановку игроков на поле; - правила перехода игроков по номерам; - правила игры в мини-волейбол; - правильность счёта по партиям.	- выполнять перемещения и стойки; - выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками; - выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча; - выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров; - выполнять падения.

2 год обучения.

Будет знать	Будет уметь
- расстановку игроков на поле при приёме и подаче соперника; - классификацию упражнений, применяемых в тренировочном процессе; - ведение счёта по протоколу.	- выполнять перемещения и стойки; - выполнять приём мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2; - выполнять передачи мяча снизу над собой в круге; - выполнять нижнюю прямую, боковую подачу на точность; - выполнять нападающий удар из зоны 4 с передачи партнёра из зоны 3; - выполнять обманные действия “скидки”.

3 год обучения.

Будет знать	Будет уметь
<ul style="list-style-type: none"> <li>- переход средней линии;</li> <li>- положение о соревнованиях; способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный;</li> <li>- обязанности судей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять передачи мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара;</li> <li>- выполнять передачи мяча сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;</li> <li>- выполнять передачу сверху двумя руками в прыжке;</li> <li>- выполнять верхнюю прямую подачу;</li> <li>- выполнять нападающий удар из зон 4, 3, 2 с высоких и средних передач;</li> <li>- выполнять одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4, 3, 2.</li> </ul>

***Метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:***

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3. Умение 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 ее 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 педагогом дополнительного образования и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

7. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной речью.

***Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:***

1. Адаптация обучающегося к условиям детско-взрослой общности;
2. Удовлетворенность воспитанника своей деятельностью в объединении дополнительного образования, самореализация;
3. Повышение творческой активности обучающегося, проявление инициативы и любознательности;
4. Формирование ценностных ориентаций;
5. Формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
6. Навыки в изложении своих мыслей, взглядов;
7. Навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;
8. Развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: автономность (способность делать выбор и контролировать личную и общественную жизнь); ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последствия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств); культура целеполагания (умение ставить цели и их достигать, не ущемляя прав и свобод окружающих людей); умение "презентовать" себя.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Начало обучения	Конец обучения	Ко-во недель	Ко-во часов	Промежуточный контроль	Итоговый контроль
1 год	октябрь	апрель	30	198	январь	апрель
2 год	октябрь	апрель	30	198	январь	апрель
3 год	октябрь	апрель	30	198	январь	апрель

Подробный календарный учебный график составлен для каждой учебной группы на текущий учебный год (*Приложение №1*).

### УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы по волейболу необходимы: спортивный зал.

№	Наименование оборудования	Количество
1.	Спортивный зал	1
2.	Раздевалка	2
3.	Волейбольные стойки	2
4.	Волейбольная сетка	1
5.	Мяч волейбольный	15
6.	Мяч баскетбольный	15
7.	Мяч набивной	15
8.	Амортизатор с ручками	15
9.	Скакалка	15
10.	Изотоническое кольцо	15
11.	Полусфера bosu	15
12.	Волейбольный мяч на растяжках	5
13.	Ноутбук	1

#### ***Кадровое обеспечение***

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

Особых требований к квалификации педагога не предъявляется.

В реализации программы участвует 1 педагог – Бондаренко И.Г.

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Для оценки уровня освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится итоговая аттестация обучающихся в форме сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке. В начале года проводится входное тестирование. Приём контрольных нормативов проводится в апреле месяце. В течение учебного года приём контрольных нормативов проводится для перевода на более высокий уровень подготовки. С целью проверки использования в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий организуется участие обучающихся в соревнованиях различного уровня согласно плану спортивно-массовых мероприятий.

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

### Контрольно-переводные нормативы по физической подготовке по годам обучения (юноши)

№	Контрольные нормативы	Группы подготовки		
		1 год	2 год	3 год
1.	Бег 30 м, с	5,1	5,0	5,0
2.	Челночные бег 3×10 м, с	11,0	11,0	10,9
3.	Прыжок в длину с места, см	210	213	216
4.	Прыжок вверх с места с взмахом руками, см	54	55	55
5.	Подтягивание	5	10	15

### Контрольно-переводные нормативы по физической подготовке по годам обучения (девушки)

№	Контрольные нормативы	Группы подготовки		
		1 год	2 год	3 год
1.	Бег 30 м, с	5,7	5,6	5,6
2.	Челночные бег 3×10 м, с	11,5	11,4	10,3
3.	Прыжок в длину с места, см	190	193	196
4.	Прыжок вверх с места с взмахом руками, см	46	47	47
5.	Подтягивание	20	23	2615

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.**

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;
- групповые теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- участие в матчевых встречах;
- участие в соревнованиях;
- зачеты, тестирования.

Основной формой является групповое тренировочное занятие. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную. Подготовительная часть включает в себя построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями. Основная часть направлена на решение главных задач занятия. Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА**

1. Волейбол; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. - 360 с.
2. Волейбол; АСТ, Астрель, Харвест - Москва, 2010. - 141 с.
3. Волейбол для всех; ТВТ Дивизион - Москва, 2012. - 889 с.
4. Методика обучения игре в волейбол; Человек - Москва, 2009. - 271 с.
5. Беляев А. В., Булыкина Л. В. Волейбол: теория и методика тренировки; ТВТ Дивизион - Москва, 2011. - 176 с.
6. Клещев Ю. Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. – 208 с.
7. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол; Просвещение - Москва, 2012. - 649 с.
8. Кунянский В. А. Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. - 476 с.
9. Кунянский В. А. Волейбол. О судьях и судействе; СпортАкадемПресс - Москва, 2013. - 184 с.
10. Кунянский В. А. Волейбол. Профессиональная подготовка судей; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. - 176 с.
11. ред. Галаев, Ю.С. Волейбол. Спортивные термины на 5 языках; М.: Русский язык - Москва, 2009. - 133 с.
12. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. «Примерные программы для системы дополнительного образования детей: ДЮСШ, СДЮШОР. Волейбол» - М, 2009
13. Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции. /Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2008. - 32 с.
14. Официальные волейбольные правила 2013-2016
15. <http://www.volley.ru/pages/497/p1/>

1.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:**

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.