

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа №2 города Аркадака Саратовской области

Рекомендовано к утверждению
Протокол заседания
педагогического совета
№11 от «26» мая 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ-СОШ №2
города Аркадака Саратовской области
_____ З.В.Кравцова
Приказ №302 от «26» мая 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Возраст учащихся: 12-15 лет.
Срок реализации: 9 месяцев

Составитель:
учитель физической культуры
Морозова Роза Владимировна

Аркадак 2023 год

РАЗДЕЛ 1.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образования «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность .

Актуальность программы определяется тем, что ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у воспитанников в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект , а также благотворно воздействует на все системы организма. Помимо выше перечисленного, игра волейбол имеет высокую популярность и востребована в различных её проявлениях у подростков и является основой для профориентации.

В программе представлены доступные для воспитанников упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в дополнительном образовании. Участники программы, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Программа разработана с учетом:

- Положения «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в МБОУ – СОШ № 2 города Аркадака Саратовской области»;
- Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ - СОШ № 2 города Аркадака Саратовской области.

Отличительная особенность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной секции «Волейбол» составлена на основе авторской Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов,(Москва, 2021), ноотличается тем, что в ней увеличены часы игровой практики, что позволит детям быстрее освоить правила волейбола, технические и тактические особенности игры.

Также в программу добавлены комплексы упражнений для развития всех физических качеств.

Адресат программы: ДОП адресована обучающиеся в возрасте 12-15 лет

Общее количество часов: 68 часов

Режим занятий:

Периодичность занятий - 2 раза по 1.5 часа в неделю .

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ 12-15 ЛЕТ

Особенностями детей этого возраста являются стремление к познанию; неустойчивость внимания; настойчивость; упорство в достижении цели; умение преодолевать трудности.

Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

Обучающие (ПРЕДМЕТНЫЕ):

- совершенствовать навыки техники и тактики игры в волейбол;
- способствовать опыту игры в волейбол на соревнованиях и зачетных мероприятиях;
- расширять знания о здоровом образе жизни и укрепление здоровья; знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии.

Развивающие (МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ):

- развивать специальные физические способности, необходимые для совершенствования игрового навыка: силу, выносливость, ловкость, быстроту

Воспитательные (ЛИЧНОСТНЫЕ):

- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни;
- формировать коммуникативные навыки сотрудничества в общении со сверстниками.
- воспитать внимательное отношение к здоровью других людей и собственному здоровью

1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По итогам реализации программы, обучающиеся будут **знать:**

- технику и тактику игры в волейбол;
- как проводить игры по волейболу, выполнять судейство;
- основные составляющие о здоровом образе жизни и укрепление здоровья; знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии.

По итогам реализации Программы обучающиеся **научатся:**

- развивать специальные физические способности, необходимые для совершенствования игрового навыка: силу, выносливость, ловкость, быстроту

По итогам реализации Программы обучающиеся **будут понимать:**

- значимость сохранения собственного здоровья;
- важность совершенствования физических качеств.

По итогам реализации Программы обучающиеся **смогут:**

- оценивать приоритетные направления дальнейшего физического развития.

Предметными результатами являются:

- овладение основами игры в волейбол;
- овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по волейболу;
- приобретение минимума знаний в области здоровья, медицины, физической культуры и спорта.

Метапредметными результатами являются:

- специальные физические способности, необходимые для совершенствования игрового навыка: сила, выносливость, ловкость, быстрота,

Личностными результатами являются:

- устойчивый интерес и потребность в систематических занятиях спортом;
- коммуникативные навыки при общении со сверстниками и взрослыми.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Темы	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
1	Раздел 1. Теория	2	2	-	Текущий
2	Раздел 2 техническая подготовка	42	-	42	текущий
3	Раздел 3 тактическая подготовка	20	-	20	текущий
4	Раздел 4 ОФП	-	-	На каждом занятии	текущий
5	Раздел 5 Соревнования	4		4	текущий
		68	2	66	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Тематика занятий: Теория (2 часа).

История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

Раздел 2. Техническая подготовка (42 часа).

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока(исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.

Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Раздел 3.Тактическая подготовка(20 часов)

Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Раздел 4.Общefизическая подготовка (на каждом занятии)

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

Раздел 5.Соревнования (4 часа)

Принять участие в соревнованиях с родителями, с соседними школами. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Система, формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и

общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Контрольные испытания.

Общефизическая подготовка.

Бег 30 м бх5м. 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 при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Техническая подготовка.

Испытание на точность передачи. Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

Испытание на точность передачи через сетку.

Испытания на точность подач.

Испытания на точность нападающего удара.

Испытания в защитных действиях.

Тактическая подготовка. Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

Методическое обеспечение: разработка занятий, литература, учебные пособия.

Технические средства: спортивный инвентарь.

1.4 Формы аттестации планируемых результатов программы, их периодичность

Текущий контроль проводится на каждом занятии с помощью визуального наблюдения, он позволяет проверить степень усвоения пройденного материала и выявить технические ошибки, определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация предусматривает один раз в полгода зачетное занятие – по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры внутри группы, а также участие в районных соревнованиях по Волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по ОФП и СПФ, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и др. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Диагностика результатов проводится в виде:

- контрольных тренировок;
- контрольного тестирования;
- открытого занятия;
- соревнований различного уровня.
-

РАЗДЕЛ 2

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Методическое обеспечение программы

В процессе обучения применяются разнообразные формы и методы проведения занятий:

Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально - игровая, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям Волейбола и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные методы:

- словесные методы, наглядные методы,

-практические (игровой, соревновательный, метод упражнений и метод круговой тренировки). Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

1. Метод упражнений;
2. Игровой метод;
3. Соревновательный;
4. Метод круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Упражнения разучиваются двумя методами - в целом и по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях).

Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

По всем базовым темам программы имеются специальные комплексы развивающих и обучающих упражнений:

- Разминка: система упражнений, исполняемых в строгой последовательности.
- Специальные упражнения для индивидуальной разминки.
- Система упражнений для освоения волейбола.
- Спортивные развивающие игры.

- Комплекс упражнений для развития двигательной активности: упражнения на развитие быстроты, четкости, длительности, ловкости, координации движений.

- Методы сплочения детского спортивного коллектива.

- Участие в спортивных соревнованиях.

В программе используются педагогические технологии:

- технология развивающего обучения – обучение на высоком уровне трудности в– быстром темпе, опора на теоретические знания.

- группового обучения – обучение осуществляется в парах, группах, реализуется с– учетом принципов дифференцированного подхода;

- технология поэтапного формирования умений и навыков – обучение от простого к– сложному. Умения и знания накапливаются постепенно;

- технология игровой деятельности - педагогическая технология на основе системы– эффективных заданий на тему игровой импровизации.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации дополнительной образовательной программы «Волейбол» необходимо:

Материально-техническое обеспечение программы

Требования к помещению. Спортзал - подготовлен в полном соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для организации учебного процесса.

Требования к спортивному инвентарю. Спортивный инвентарь-соответствует Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам для организации учебного процесса.

Для проведения занятий секции Волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

- спортивный зал,

- волейбольная сетка,

- мячи волейбольные,

- фишки,

- набивные мячи, перекладины для подтягивания в висе, скакалки для прыжков,

- спортивные снаряды: гимнастические скамейки, гимнастические стенки. Каждый обучающийся должен иметь:

- спортивную форму

- спортивную обувь.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы осуществляет учитель физической культуры с высшим образованием без предъявления требований к уровню квалификации.

2.3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Число, месяц		Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	план	факт						
1	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	вводное	1	Вводный ИОТ. Теория. Правила соревнований	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
2	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Первичный ИОТ. Теория. Правила соревнований	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
3	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Стойка игрока. Перемещение в сойке	спортзал МБОУ-СОШ №2	Наблюдение
4	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя передача мяча в парах с шагом.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Наблюдение
5	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Приём мяча двумя руками снизу	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
6	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя передача мяча в парах, тройках	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
7	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
8	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Прямой нападающий удар. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
9	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Позиционное нападение. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
10	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
11	Согласно	Согласно	Согласно	Учебно-трениро-	1	Учебная игра. Развитие	спортзал МБОУ-	Тестирование

	расписанию	расписанию	расписанию	вочное		координационных способностей	СОШ №2	
12	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Учебная игра. Развитие координационных способностей	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
13	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Учебная игра. Развитие координационных способностей	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
14	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Учебная игра. Развитие координационных способностей	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
15	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Учебная игра. Развитие координационных способностей	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
16	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
17	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
18	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
19	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
20	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
21	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
22	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
23	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Двусторонняя игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование

24	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Двусторонняя игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
25	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
26	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
27	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
28	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Стойка игрока. Перемещение в стойке	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
29	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Приём мяча двумя руками снизу	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
30	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Приём мяча двумя руками снизу	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
31	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
32	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Повторный инструктаж по ТБ. Верхняя передача мяча в парах, тройках	спортзал МБОУ-СОШ №2	опрос
33	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
34	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
35	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
36	Согласно	Согласно	Согласно	Учебно-трениро-	1	Нижняя прямая подача	спортзал МБОУ-	Тестирование

	расписанию	расписанию	расписанию	вочное		и нижний прием мяча	СОШ №2	
37	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Прямой нападающий удар. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
38	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Прямой нападающий удар. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
39	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Позиционное нападение. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
40	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Позиционное нападение. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
41	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Позиционное нападение. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
42	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Комбинации из передвижений и остановок игрока	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
43	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Комбинации из передвижений и остановок игрока	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
44	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Комбинации из передвижений и остановок игрока	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
45	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Комбинации из передвижений и остановок игрока	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
46	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
47	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
48	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
49	Согласно	Согласно	Согласно	Учебно-трениро-	1	Нижняя подача мяча	спортзал МБОУ-	Тестирование

	расписанию	расписанию	расписанию	вочное			СОШ №2	
50	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя подача мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
51	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нижняя подача мяча	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
52	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Двухсторонняя игра с элементами волейбола	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
53	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Двухсторонняя игра с элементами волейбола	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
54	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Двухсторонняя игра с элементами волейбола	спортзал МБОУ-СОШ №2	Тестирование
55	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
56	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
57	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя подача, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
58	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападающий удар, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
59	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападающий удар, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
60	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Нападающий удар, нижний прием	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
61	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Прямой нападающий удар. Учебная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
62	Согласно	Согласно	Согласно	Учебно-трениро-	1	Прямой нападающий	спортзал МБОУ-	Контрольные

	расписанию	расписанию	расписанию	вочное		удар. Учебная игра	СОШ №2	упражнения
63	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя передача мяча в парах с шагом	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
64	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Верхняя передача мяча в парах с шагом	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
65	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Подбор мяча, отраженного сеткой	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
66	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Совершенствование одиночного блокирования	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
67	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Учебно-тренировочное	1	Соревновательная игра	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения
68	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Согласно расписанию	Итоговое	1	Итоговое занятие	спортзал МБОУ-СОШ №2	Контрольные упражнения

2.4. Оценочный материал

Способом для проверки результата обучения детей в спортивной секции Волейбол являются: повседневные систематически наблюдения за обучающимися и собеседование. Уровень физического развития и функциональных возможностей организма определяется с помощью антропометрических измерений и функциональных проб в начале и в конце обучения. Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение программы, прирост спортивных достижений, участие в турнирах, соревнованиях по волейболу. Косвенными критериями служат: заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге – воспитание физически здоровых людей.

Форма зачетов: мини-соревнования, соревнования на различных уровнях.

Оценка результативности освоения программы проводится в начале, в середине и конце программы в форме спортивных соревнований, демонстрирующих формирование специальных двигательных умений. В качестве оценочных материалов используются турнирные таблицы результатов соревнований.

Текущий контроль проводится на каждом занятии с помощью визуального наблюдения, он позволяет проверить степень усвоения пройденного материала и выявить технические ошибки, определить степень самостоятельности обучающихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование.

Промежуточная аттестация предусматривает один раз в полгода зачетное занятие – по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры внутри группы, а также участие в районном турнире по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по ОФП и СПФ, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Диагностика результатов проводится в виде:

- контрольных тренировок;
- контрольного тестирования;
- открытого занятия;
- соревнований различного уровня.

2.5. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, - М.: Просвещение, 2018. -112с.: ил. - (Работаем по новым стандартам).

Физическая культура 5-8 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха А.А.Зданевича

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010

3. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.

4. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект. - 3-е изд.- М.: Просвещение, 2018. -61 с. - (Стандарты второго поколения).

Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. - Волгоград: Учитель, 2018. – 251 с.

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.: Издательский центр “Академия”, 2017. -480 с.

Список литературы для учащихся

1. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

2. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. Москва. «Физкультура и спорт» 1978.

3. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный волейболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.

4. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.

Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект. - 3-е изд.- М.: Просвещение, 2018. -61 с. - (Стандарты второго поколения).

Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. - Волгоград: Учитель, 2018. – 251 с.

Приложение №1

Оценивание общефизической подготовки

Бег 30 м 6 х 5 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.

Оценивание технической подготовки

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).

Испытание на точность передачи через сетку.

На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо по» слать мяч: в зоне 4 - размером 2 x 1, в зоне 1 и в зоне 6 - размером 3 x 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

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 6 x 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3 x 3 м. Каждый учащийся исполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах - 5 попыток).

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.

Испытание в защитных действиях («защита зоны»).

Испытуемый находится в зоне С в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, учащийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Учащийся должен применить всё изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки - первый год обучения - 5; второй год обучения - 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения - 15, второй год обучения - 20.

Оценивание тактической подготовки

Действия при приеме мяча в поле.

Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с14-16 лет- 15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

Приложение №2

Физическое развитие и физическая подготовленность

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Бег 30 м с высокого старта (с)	
2	Бег 30 м (6 x 5) (с)	
3	Бег 92 м с изменением направления (с)	
4	Прыжок в длину с места (см)	
5	Прыжок вверх с места толчком двух ног (см)	
6	Прыжок вверх с разбега толчком двух ног (см)	
7	Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы двумя руками (м): сидя стоя в прыжке с места	

Техническая подготовленность

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	
2	Подача нижняя прямая на точность	
3	Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)	

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Вторая передача на точность: из зоны 2 в зону 4	
2	Из зоны 3 в зону 2 (стоя спиной по направлению)	
3	Через сетку из зоны 4 в зону 4 в прыжке	
4	Передачи сверху, снизу (стоя у стены)	
5	Подача на точность	
6	Нападающий удар прямой из зоны 4 в зоны 5 и 6	
7	Блокирование (вдвоем) нападающего удара из зоны 4 (2)	

Приложение №3

**Индивидуальная карточка
учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)**

Фамилия, имя ребенка _____

Возраст _____

Вид и название детского объединения _____

Ф. И. О. педагога _____

Дата начала наблюдения _____

Сроки диагностики	Первый год обучения	
	Конец I полугодия	Конец уч. года
Показатели		
I. <u>Теоретическая</u> <u>подготовка</u>		
1.1. Теоретические знания:		

<p>а) История возникновения и развития б) Правила безопасности при занятиях в) Значение ОФП в подготовке г) Значение технической подготовки д) Правила игры е) Значение тактической подготовки ж) Методы и средства ОФП 1.2. Владение специальной терминологией</p>		
<p>II. <u>Практическая подготовка</u> 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) Общеразвивающие упражнения б) Спортивные подвижные игры в) Упражнения на развитие силы г) Упражнения на развитие быстроты д) Упражнения на развитие специальной ловкости д) Упражнения на развитие выносливости е) Упражнения ОФП ж) Упражнения СФП 2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p>		
<p>III. <u>Общеучебные умения и навыки</u> 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: а) умение подбирать и анализировать специальную литературу б) умение пользоваться компьютерными источниками информации в) умение осуществлять учебно-исследовательскую работу 3.2. Учебно-коммуникативные умения: а) умение слушать и слышать педагога б) умение выступать перед аудиторией в) умение вести полемику, участвовать в дискуссии 3.3. Учебно-организационные умения и навыки: а) умение организовать свое рабочее (учебное) место б) навыки соблюдения в процессе деятельности правил</p>		

безопасности в) умение аккуратно выполнять работу		
---	--	--