

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Администрация Абанского района

МКОУ Хандальская СОШ

РАССМОТРЕНО

Методический совет

Протокол №1 от «30»

08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор Машукова И.Б.

Приказ №58 от «30» 08.2024г.

Дополнительная общеобразовательная программа

«Волейбол»

(Физкультурно-спортивное направление)

с.Хандальск - 2024

Пояснительная записка

Программа составлена на основании нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (далее Федеральный закон N 273) (ст. 2, ст. 12, ст. 75)

- СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41);

- Концепция развития дополнительного образования детей /распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р

Основные характеристики программы:

Направленность дополнительной образовательной программы секции «Волейбола» физкультурно-спортивная. Программа направлена на приобретение теоретических и практических навыков игры в волейбол. Укреплению здоровья, правильному физическому развитию детей.

Актуальность (соответствие государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей). Актуальность – это констатация проблем в развитии и воспитании детей (потребность в общении, укрепление здоровья и т.д.). Отражение условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности в настоящий момент, соответствие современным запросам.

Наиболее острые проблемы дополнительного образования:

- повышение занятости детей в свободное время;
- организация полноценного досуга;
- развитие определенных качеств личности;
- поддержка и развитие талантов;
- адаптация в обществе детей с определенными особенностями;
- физическое развитие и оздоровление детей;
- профессиональная ориентация и т.п.

Отличительные особенности: В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, 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.

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.

Кружковая работа по волейболу входит в образовательную область «Физическая культура».

По своему воздействию спортивные игры в том числе волейбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

Адресат программы: – от 10 до 17 лет. Возрастные особенности детей учитываются в процессе обучения через индивидуальный подход к учащимся, через различный подход к физическому развитию учащихся. В объединение принимаются все желающие без предварительного отбора, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии медицинского заключения.

Цель и задачи.

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры учащихся с помощью занятий волейболом, формирования у подростков потребности в ведении здорового образа жизни.

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 ДЮСШ.

Данная рабочая программа конкретизирует содержание тем дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» 2 года обучения и дает примерное распределение педагогических часов по темам и разделам программы. В ходе занятий учащиеся приобретают знания, умения и навыки, способствующие формированию и развитию их общей физической подготовки.

Условия реализации программы:

- условия набора и формирования групп;
- возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения;
- необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы;
- особенности организации образовательного процесса.

Форма организации деятельности учащихся:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

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

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

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

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- 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.

Формы обучения: индивидуально-групповая.

Год обучения: группа первого года обучения и второго года обучения. Количество обучающихся: 12-15 человек первого и второго года обучения.

Режим занятий: 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Вид учебной группы – постоянство учебной группы обязательно, т. к. новый материал базируется на предыдущем, и навыки накапливаются с каждым занятием. Форма занятий соответствует современным образовательным тренировкам, в которых отражён принцип индивидуального и группового обучения в пределах одной группы. Планируются следующие формы занятий: беседа, рассказ, теоретические и практические занятия, соревнования

Планируемые результаты первого года обучения: (личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы).

Личностные результаты – сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений личности к себе, другим людям, профессиональной деятельности, гражданским правам и обязанностям, государственному строю, духовной сфере, общественной жизни; результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность (сформированность общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, самоопределение, нравственно-этическая ориентация и др.)

Метапредметные результаты – освоенные обучающимися ключевые компетенции (ценностно-смысловая, общекультурная, учебно-познавательная, информационная, коммуникативная, социально-трудовая, личностного самосовершенствования), применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

Предметные результаты – формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья; - умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку; - умение вести наблюдение за показателями своего физического развития -иметь представление об истории развития волейбола в России; о правилах личной гигиены, профилактики травматизма -технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Планируемые результаты второго года обучения: (личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы).

Личностные результаты – сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений личности к себе, другим людям, профессиональной деятельности, гражданским правам и обязанностям, государственному строю, духовной сфере, общественной жизни; результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность (сформированность общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, самоопределение, нравственно-этическая ориентация и др.)

Метапредметные результаты – освоенные обучающимися ключевые компетенции (ценностно-смысловая, общекультурная, учебно-познавательная, информационная,

коммуникативная, социально-трудовая, личностного самосовершенствования), применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

Предметные результаты – формирование знаний о волейболе перемещении по площадке; - освоение техники приёма, подачи, передачи, нападения; о судействе игр, профилактики травматизма -технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражать все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие, воспитание личности учащегося.

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, в частности, к волейболу.

Условия реализации программы

Описание материально- технического обеспечения:

1)Спортивный зал

2)Специальное оборудование: Мячи, Сетка в/б, свисток, набивные мячи 1 и 2кг, конуса.

3)наличие необходимой документации:

- программы деятельности спортивной секции;

- тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

Информационно-методические условия:

-Просмотр видеоматериалов

-Общеобразовательные ресурсы в интернете

-Полезные ссылки

Учебно-тематический план первого и второго года обучения
Учебно-тематический план
1 года обучения.

№ п/п	Название раздела /наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний/ Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.	2	2	-	Беседа, рассказ
2.	Освоение техники передвижений/ Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	2	-	2	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
3.	Освоение техники приемов и передач мяча/ Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой.	20	-	20	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
4.	Освоение техники подачи мяча и приема подач/ Верхняя прямая подача через сетку из- за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку	26	-	26	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5.	Освоение техники прямого нападающего удараи овладение техникой защитных действий/ Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.	11	-	11	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

6.	Овладение тактикой игры в нападении/ Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4	3	-	3	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
7.	Овладение тактикой игры в защите/ Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».	1	-	1	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
8.	Овладение организаторскими способностями/ Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами	3	1	3	Учебно-тренировочные игры Соревнования
	ИТОГО:	68	3	68	

**Учебно-тематический план
2 года обучения.**

№ п/п	Название раздела/ наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний / Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.	3	3	-	Беседа, рассказ
2.	Освоение техники передвижений/ Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)	2	-	2	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
3.	Освоение техники приемов и передач мяча/ Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении	19	-	19	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
4.	Освоение техники подачи мяча и приема подач/ Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам. Верхняя прямая подача в прыжке.	26	-	26	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5.	Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий/ Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	11	-	11	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
6.	Овладение тактикой	3	-	3	Показ.Тренировочные

	игры в нападении/ Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков				упражнения. Работа в группах. Учебная игра
7.	Овладение тактикой игры в защите/ Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».	1	-	1	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
8.	Овладение организаторскими способностями/ Проведение разминки тренировочных занятий. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ	3	-	5	Учебно- тренировочные игры Соревнования
	ИТОГО:	68	3	68	

Календарно – учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2024	26.05.2025	34	68	2 раза в неделю по 1 часу
2 год			34	68	2 раза в неделю по 1 часу

Календарный учебный график составлен с учетом проведения во время каникулярного времени экспедиций, поездок, походов, учебно-тренировочных сборов, профильных лагерей, летних школ др.

В период школьных каникул могут быть реализованы краткосрочные программы (модули) с переменным составом учащихся.

3 Содержание дополнительной программы первого и второго года обучения.

Программный материал

Основная направленность	1-ый год обучения	2-ой год обучения
1 Основы знаний	Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.	
2 Освоение техникой передвижений	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)	

3 Освоение техники приемов и передач мяча	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.	Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.
4 Освоение техники подачи мяча и приема подач.	Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку.	Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием подачи в зону 3.
5 Освоение техники прямого нападающего удараи овладение техникой защитных действий	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3. Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.	Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.
6 Овладение тактикой игры в нападении.	Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.	Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.
7 Овладение тактикой игры в защите	Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».	
8 Овладение организаторскими способностями	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ	

4 Календарно-тематическое планирование первого и второго года обучения

Календарно-тематическое планирование. 1 года обучения

№ п/п	Раздел Тема занятий	Кол-во часов	Дата		Форма контроля
			по плану	по факту	
	1 Основы знаний	3			
1	Вводный инструктаж по ТБ Правила игры в волейбол.	1			Беседа, рассказ
2	Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.	1			Беседа, рассказ
3	Технико-тактические действия в защите и в нападении.	1			Беседа, рассказ
	2 Освоение техники передвижений	3			
4	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
5	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча. Стойки. Сочетание стоек и перемещений.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
6	Перемещения. Прыжки на месте, у сетки.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	3 Освоение техники приемов и передач мяча	20			
7-8	Развитие физических качеств. Передача мяча сверху двумя руками.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
9-10	Развитие физических качеств. Передачи в стену и партнёра.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

					группах. Учебная игра
11-12	Развитие физических качеств. Командные действия. Прием подачи.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
13-14	Командные действия. Вторая передача игроку зоны 4 (2).	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
15-16	Групповые действия волейболистов. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17-18	Развитие физических качеств. Взаимодействие при второй. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
19-20	Развитие физических качеств. Взаимодействие при первой. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
21-22	Развитие физических качеств. Перемещение игроков при приеме мяча. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
23-24	Развитие физических качеств. Перемещение игроков при приеме мяча. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
25-26	Развитие физических качеств. Перемещение игроков. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения.

					Работа в группах. Учебная игра
	4 Освоение техники подачи мяча и приема подач.	26			
27-28	Приём подачи. Учебная игра.	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29-30	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча. Учебная игра.Итоговая аттестация.	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
31-32	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
33-34	Стойки основная, низкая; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
35-36	Приём подачи Передача мяча двумя руками сверху на месте. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
37-38	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
39-40	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
41-42	Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в

	руками в различных сочетаниях. Учебная игра				группах. Учебная игра
43-44	Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. . Прием мяча с подачи. Учебная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
45-46	Верхняя прямая подача с вращением. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
47-48	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
49-50	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
51-52	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3.	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	11			
53-54	Атакующие удары. Прямой нападающий удар;	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
55-56	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке.	2			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
57	Индивидуальное блокирование.	1			Показ.Тренировочные упражнения.

					Работа в группах. Учебная игра
58	Групповое блокирование.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
59-60	Упражнения на развитие прыгучести. Прямой нападающий удар.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
61	Упражнения на развитие прыгучести.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
62	Индивидуальное блокирование.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
63	Верхняя прямая подача в прыжке	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	6 Овладение тактикой игры в нападении.	3			
64	Неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
65	Групповые тактические действия в нападении.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	Групповые тактические действия в нападении.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах.

					Учебная игра
	7 Овладение тактикой игры в защите	1			
67	Система игры в защите «углом вперед».	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	8 Овладение организаторскими способностями	5			
68	Итоговое занятие.	1			Учебно-тренировочные игры Соревнования
	Всего	68			
Примечание: 4 часа теоретических занятий проводятся в течение всего курса практических занятий					

Календарно-тематическое планирование.
2 года обучения

№ п/п	Раздел Тема занятий	Кол-во часов	Дата		Форма контроля
			по плану	по факту	
	1 Основы знаний	4			
1	Понятие о спортивной тренировке. Инструктаж по ТБ	1			Беседа, рассказ
2	Основные правила соревнований	1			Беседа, рассказ
3	Тактика защиты и нападения.	1			Беседа, рассказ
4	Понятие о физической подготовке юного спортсмена.	1			Беседа, рассказ
	2 Освоение техники передвижений	2			
5	Перемещение игроков при подаче и приёме мяча.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
6	Прыжки на месте, у сетки, после перемещений и остановки.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	3 Освоение техники приемов и передач мяча	20			
7-8	Развитие физических качеств. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
9-10	Развитие физических качеств. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
11-12	Развитие физических качеств. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

					группах. Учебная игра
13-14	приём подачи и первая передача в зону 3	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
15-16	Взаимодействие при первой передаче игроков зон 3, 4	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17-18	передачи игроков зон 3, 4, 2;	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
19-20	Взаимодействие при первой передаче игроков зон 6, 5, 1 и 3, 4, 2 при приеме подачи.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
21-22	Перемещение игроков при приеме мяча.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
23-24	Перемещение игроков при приеме мяча	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
25-26	сочетание стоек и перемещений, способов перемещений	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	4 Освоение техники подачи мяча и приема подач.	26			
27-28	Приём подачи. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные

					упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29-30	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча. Итоговое занятие, тестирование	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
31-32	Нижняя прямая подача; Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
33-34	Перемещение игроков при подаче и приеме мяча. Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
35-36	Прием подачи Передача мяча двумя руками сверху на месте.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
37-38	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
39-40	Передачи мяча сверху Учебная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
41-42	Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
43-44	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

					группах. Учебная игра
45-46	Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
47-48	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
49-50	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3.	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
51-52	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра	2			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	5 Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	11			
53	Атакующие удары.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
54	Нападающий удар по неподвижному мячу	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
55	Прямой нападающий удар.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

56	Групповые действия волейболистов.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
57	Индивидуальное блокирование.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
58	Групповое блокирование.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
59	Упражнения на развитие прыгучести.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
60	Упражнения на развитие прыгучести.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
61	Блокирование в прыжке	1			
62	Учебно – тренировочная игра	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
63	Прием мяча с подачи в зону 3.	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	6 Овладение тактикой игры в нападении.	3			
64	Учебно – тренировочная игра	1			Показ. Тренировочные упражнения. Работа в

					группах. Учебная игра
65	действия в нападении:	1			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	тренировочная игра в волейбол	1			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	7 Овладение тактикой игры в защите	1			
67	Система игры в защите «углом вперед».	1			Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
	8 Овладение организаторскими способностями	5			
68	Итоговое занятие	1			Учебно-тренировочные игры Соревнования
	Всего	68			
Примечание: 4 часа теоретических занятий проводятся в течение всего курса практических занятий					

5 Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Формы занятий, планируемых по каждому разделу первого и второго года обучения.

№ п/п	Раздел	Формы занятий	Методы и приемы	Формы подведения итогов
1	Основы знаний	Беседа Рассказ Объяснение материала	Словесный метод (беседа, описание, разъяснение, рассуждение, дискуссия, диалог, рассказ)	Опрос
2	Освоение техники передвижений	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
3	Освоение техники приемов и передач мяча	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
4	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
5	Освоение техники прямого	Объяснение материала Тестирование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под	Учебно – тренировочная игра

	нападающего удара и овладение техникой защитных действий	Соревнование	руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Индивидуальный и групповой показ Тестирование
6	Овладение тактикой игры в нападении.	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
7	Овладение тактикой игры в защите	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
8	Овладение организаторскими способностями	Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством педагога, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ

6 Форма подведения итогов.

В конце каждой тренировки подводятся итоги:

- Анализ тренировочных упражнений;
- Анализ игровой деятельности.

В учебном году проводятся:

- школьный турнир по волейболу;
- межшкольные районные соревнования;
- различные соревнования.
- Контрольно-проверочное мероприятие

Учащийся на контрольно-проверочном мероприятии оценивается одной из следующих оценок: «зачтено» и «не зачтено».

Критерии выставления оценки «зачтено»:

- Оценка «зачтено» заслуживает учащийся, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.
- Оценка «зачтено» выставляется учащимся, показавшим полное знание учебного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, демонстрирующие систематический характер знаний по предмету.
- Оценкой «зачтено» оцениваются учащиеся, показавшие знание основного учебного материала в минимально необходимом объеме, справляющихся с выполнением заданий, предусмотренных программой, но допустившим погрешности при выполнении контрольных заданий, не носящие принципиального характера, когда установлено, что учащийся обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством педагога.

Критерии выставления оценки «не зачтено»:

- Оценка «не зачтено» выставляется учащимся, показавшим пробелы в знаниях основного учебного материала, допускающим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Такой оценки заслуживают результаты учащихся, носящие несистематизированный, отрывочный, поверхностный характер.

7 Список литературы.

Для педагога:

1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Кружки пионерских профильных лагерей. М.Изд-во, 1988г.
2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. М. Изд-во, 1978г.
3. Волейбол. Примерные программы спортивной подготовки для детскоюношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва. Советский спорт.2005г.

Для учащихся:

- 1)Б.Л. Виера, Б.Д. Фергюсон. Волейбол: шаги к успеху
- 2) «Щедрость игрока» Г.Г. Мондзолевский

Для родителей:

- 1)»Волейбол для всех» Булыкина Л.В.
- 2) «Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола» Учебное пособие Коротяева Е.Ю.