

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10

Рассмотрено и одобрено на
заседании Методического совета
МБОУ- СОШ № 10 Протокол №
1 от 31 августа 2022 г.

Утверждено:
Директор МБОУ-СОШ №10
Сапелкина К.Г. _____
« 01 » сентября 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ВОЛЕЙБОЛ»

Уровень программы: ознакомительный;
Срок реализации программы: 1 год/72;
Возрастная категория: от 11 до 15 лет;
Форма обучения: очная;
Вид программы: модифицированная;
Программа реализуется на бюджетной основе;
ID- номер Программы в навигаторе:

Разработчик:
Резникова Анастасия Сергеевна

Армавир, 2022 год

Пояснительная записка

Программа составлена на основе курса обучения игре в волейбол (Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов / Лях В.И., Зданевич А.А. – М.: Просвещение, 2013 г.) В ней сделан акцент на игре, чтобы привлечь интерес школьников. Спортивные игры, особенно волейбол, предоставляют уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей: развития познавательных процессов, выработки воли и характера, воспитания чувства коллективизма.

Занятия физической культурой являются основной и ведущей формой физического воспитания в школе. Главными требованиями к их проведению являются: прикладная направленность, систематическое и комплексное воспитание двигательных качеств, формирование необходимых навыков в избранном виде спорта (в данном случае в волейболе), достижение закаляющего эффекта (проведение занятий на открытом воздухе), раздельное обучение юношей и девушек, воспитание привычки самостоятельно заниматься физическими упражнениями, индивидуальный подход к обучающимся. Волейбол - спортивная командная игра, где каждый игрок действует с учетом действий своего партнера.

Каждая команда состоит из 6 игроков, которые действуют в своих зонах. Игроков, находящихся у сетки (зоны 2,3,4), называют игроками передней линии, остальных – игроками задней линии. Для игры характерны разнообразные чередования движений, быстрая смена ситуаций, изменение интенсивности и продолжительности деятельности каждого игрока. Условия игровой деятельности приучают занимающихся:

- подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы;
- постоянно следить за ходом игры, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильные решения.

Во внеурочной деятельности волейбол используется как важное средство общей физической подготовки обучающихся. Широкое применение волейбола в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодёжи;
- простотой правил игры, высоким зрелищным эффектом игрового состязания. Эти особенности способствуют воспитанию у обучающихся:
- чувства коллективизма;
- настойчивости, решительности, целеустремлённости;
- внимания и быстроты мышления;
- способности управлять своими эмоциями;
- совершенствованию основных физических качеств.

Данная программа по волейболу направлена на приобретение обучающимися теоретических сведений, овладение приемами техники и тактики, приобретения навыков участия в игре и организации самостоятельных занятий.

В ходе изучения данной программы по волейболу обучающиеся приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Практический раздел программы предусматривает:

- овладение техникой основных приёмов нападения и защиты;
- формирование навыков деятельности игрока совместно с партнёрами на основе взаимопонимания и согласования;
- приобретения навыков организации и проведения самостоятельных занятий по волейболу;
- содействие общему физическому развитию и направленное совершенствование физических качеств применительно к данному виду спорта.

Программа рассчитана на изучение, закрепление, совершенствование полученных навыков и освоение более глубоких приёмов избранного вида спорта, по следующим разделам:

1. Общие основы волейбола.
2. Изучение и обучение основам техники волейбола.
3. Изучение и обучение основам тактики игры.
4. Основы физической подготовки в волейболе.
5. Воспитание физических качеств обучающихся, занимающихся волейболом.

«Волейбол», спортивно-оздоровительной направленности

(наименование программы с указанием направленности)

Наименование муниципалитета	город Армавир
Наименование организации	МБОУ- СОШ № 10
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	
Полное наименование программы	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Волейбол»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	муниципальное задание
ФИО автора (составителя) программы	Резникова Анастасия Сергеевна
Краткое описание программы	Программа предназначена для объединения спортивного клуба МБОУ- СОШ № 10, нацелена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств
Форма обучения	очная (контактная)
Уровень содержания	ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	1 год (36 недель), 72 часа

Возрастная категория	11-15 лет
Цель программы	Углубленное изучение спортивной игры волейбол
Задачи программы	<p><i>Обучающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - обучать необходимым теоретическим и практическим навыкам игре в волейбол; - овладевать основными приемами техники и тактики игры; - обучать специальной физической, тактической подготовке; <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - содействовать правильному физическому развитию; - развивать волю, смелость и настойчивость; <p><i>Воспитывающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать дисциплинированность, коллективизм, чувство дружбы; - укреплять здоровье; - прививать организаторские навыки
Ожидаемые результаты	<p><i>Предметные результаты:</i></p> <p><i>Должны знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности на учебном занятии; - необходимые теоретические и практические навыки; - основные приемы техники и тактики игры в волейбол; <p><i>Должны уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть физической и тактической подготовкой <p><i>Метапредметные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - развиты воля, смелость и настойчивость; - развиты физические данные <p><i>Личностные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - чувство коллективизма и дружбы посредством участия в соревнованиях; - интерес к спорту; - организаторские навыки
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	-
Возможность реализации в сетевой форме	-
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	-
Материально-техническая база	<p><i>Материально-техническая база</i> для реализации данной программы включает в себя:</p> <ul style="list-style-type: none"> - спортивный инвентарь для игры в волейбол; - оборудованный спортивный зал <p><i>Кадровое обеспечение:</i> дополнительная общеобразовательная общеразвивающая</p>

	<p>программа «Волейбол» реализуется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование по направлению «спортивные игры» «физическая культура», «тренерская деятельность», отвечающими пункту 3.1 профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; или лицами, получающими высшее или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» в случае рекомендации аттестационной комиссии и соблюдения требований, предусмотренных квалификационными справочниками.</p>
--	---

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Название тем и разделов	№ стр
	Раздел I. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
1	Пояснительная записка	
1.1	Направленность программы	
1.2	Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность	
1.3	Отличительные особенности программы	
1.4	Адресат программы	
1.5	Уровень программы, объем и сроки	
1.6	Цели и задачи программы	
1.7	Режим занятий	
1.8	Формы обучения	
1.9	Особенности организации образовательного процесса	
1.10	Содержание программы (учебный план)	
1.11	Содержание учебного плана	
1.12	Планируемые результаты обучения и способы их проверки	
1.13	Формы контроля и подведения итогов реализации программы	
	Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	
2.1	Календарный учебный график	
2.2	Условия реализации программы	
2.3	Формы и виды аттестации	
2.4	Оценочные материалы	
2.5	Методическое обеспечение программы	
2.6	Список литературы	
	Учебно-методический комплекс	

Раздел I. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

Пояснительная записка

1.1. Направленность программы.

Направленность программы «Волейбол» *спортивно-оздоровительная*.

Программа отнесена к данной направленности, так как 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.

В основу программы занятий по волейболу заложен деятельный подход к воспитанию, образованию, развитию подростка средствами спортивной игры. Таким образом, ребенок на занятиях становится вовлеченным в продуктивную спортивно-оздоровительную деятельность, где он выступает в качестве игрока и участника спортивных соревнований и игр.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
3. Приказ Министерства Просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
4. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. №196»;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 15.04.2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), Москва, 2015 – Информационное письмо 09-3242 от 18.11.2015 г.
7. Приказ Минтруда России от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28.08.2018 г., регистрационный № 25016).
8. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие/ И.А.Рыбалева.- Краснодар: Просвещение 2019;
9. Устав МБОУ СОШ № 10 принят общим собранием трудового коллектива, 23 декабря 2015 г., утверждён приказом управления образования от 21 декабря 2015 г., № 1092 с утвержденными изменениями от 16.12.2016 г. приказом №785 управления образования администрации муниципального образования город Армавир.

1.2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

Новизна данной программы заключается в овладении учащимися подросткового и юношеского возраста без специальных физических данных и спортивной подготовки теоретическими, наглядными и практическими методами, а также в удовлетворении их потребностей и интересов в области изучения технической, тактической и общефизической подготовки и основами знаний игры Волейбол.

Актуальность программы обусловлена спросом образовательной услуги в области спортивных игр со стороны основных образовательных учреждений города, со стороны родителей и учащихся 5-9 классов общеобразовательных учреждений, а также в связи с ежегодным проведением Кубанской спартакиады учащихся, где волейбол представлен отдельным этапом соревнований.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что Волейбол – одно из средств спортивно-оздоровительного воспитания в человеке, тренировки тела, что не возможно без здорового образа жизни. Каждый раздел, который включен в программу, на сегодняшний день имеет определенное значение в развитии, воспитании и обучении. Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей среднего школьного возраста.

1.3. Отличительной особенностью программы от типовых программ состоят в том, что данная программа предлагает освоение учебного материала в короткие сроки, что дает возможность учащимся 5-9 классов, стремящимся к участию во Всекубанской спартакиаде школьников, принять в ней участие. Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа является модифицированной и составлена на основе государственной программы для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений в соответствии программы В.И. Ляха,

Программа содержит необходимый минимум тренировочных спортивных упражнений и движений, способствующих гармоничному развитию спортивных способностей учащихся.

1.4. Адресат программы

Возраст учащихся по данной программе составляет 11-15 лет. Принимаются все желающие, с интересами по объявленному направлению. Ребёнок не должен иметь медицинских противопоказаний для занятий волейболом. Наличие у учащихся специальной физической подготовки не требуется.

Программа составлена с учетом возрастных и психологических особенностей учащихся. В зависимости от их возраста и подготовки педагог проводит упрощения или усложнения в практической работе, разумно чередуется нагрузка. Большое внимание уделяется формированию практических умений и навыков у детей. Во время занятий идет непосредственный обмен знаниями и умениями между учащимися, сотрудничество и взаимопомощь.

1.5. Уровень программы, объем и сроки.

Уровень программы *ознакомительный*.

Срок реализации программы: 1 год в расчете на 36 учебных недель в год.

Количество часов по программе 72.

1.6. Рекомендованный режим занятий.

Год	Продолжительность занятия	Периодичность	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	2 часа	1 раз в неделю	2	72

1.7. Цели и задачи программы.

Цель: углубленное изучение спортивной игры бол, которая направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цели и задачи программы:

Цель программы: привитие глубокого интереса к занятиям спортивными играми (в частности, волейболом.)

Цель программы реализуется через следующие задачи: 1. Оздоровительные:

- укрепление здоровья;
- гармоничное развитие личности;
- выработка устойчивости организма к неблагоприятным условиям среды;
- развитие двигательных способностей;
- создание надежной базы физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта;
- укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- воспитание навыков здорового образа жизни.

2. Образовательные:

- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие необходимых физических качеств (силы, выносливости, гибкости, координации движения, быстроты реакции, меткости, ловкости);
- обучение правильному выполнению упражнений и приёмов игры.

3. Воспитательные:

- привитие любви к физической культуре и спорту;
- воспитание чувства ответственности за себя, членов команды
- воспитание нравственных и волевых качеств (смелости, активности, толерантности, доброжелательности и др.)
- устранение вредных привычек.
- развить навыки командного, социального общения;

Для всестороннего развития личности школьнику необходимо:

- •
- •
-

овладеть основами физической культуры и развить навыки здорового образа жизни;

развить двигательные качества (координированные движения, быстроту реакции);

развить чувство ритма и такта;

развить навыки командного, социального общения;

изучать историю командных спортивных игр.

Разделы программы

Материал программы состоит из четырех разделов:

- «Основы знаний»,
- «Общая физическая подготовка (ОФП),
- «Специальная подготовка»,

В раздел «Основы знаний» включен материал о возможностях человеческого организма, о саморегуляции, физиологических и психических процессов, о гигиене, особенностях различных видов спорта, истории волейбола и других командных игр.

Раздел «Общая физическая подготовка» соответствует аналогичному разделу программы физического воспитания обучающихся и включает упражнения из различных видов спорта: легкой атлетики, гимнастики, футбола, баскетбола, а также упражнения со скакалками и др.

Раздел «Специальная подготовка» - основной раздел, который включает изучение

1.8. Форма обучения.

Форма обучения очная (контактная), состав групп постоянный.

1.9. Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в групповой форме, численность учащихся в группе от 10 до 16 человек. Групповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного подхода.

Занятия по данной программе преимущественно носят практический характер, и лишь небольшая их часть носит теоретический характер. Теоретические и практические занятия проводятся с использованием новейших методик, а так же формированию чувства коллективизма и дружбы в коллективном процессе (соревнования и турниры).

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

1.10. Содержание программы

Учебный план

Таблица №2

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	2	2	-	Пед. наблюдение
2.	Специальная техническая подготовка	24	8	16	Пед. наблюдение
3.	Специальная тактическая подготовка	14		14	Пед. наблюдение
4.	Общефизическая подготовка	18	-	18	Пед. наблюдение
5.	Подвижные игры	4	-	4	Пед. наблюдение
6.	Участие в соревнованиях и турнирах	6	-	6	Пед. наблюдение
7.	Контрольные мероприятия	4	-	4	Контрольное

					занятие
	Итого	72	10	62	

1.11. Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу» (2 часа).

Теория (2 часа): Знакомство с учащимися, с целью и задачами программы. Проведение инструктажа по технике безопасности во время занятий. Беседа о целях и значениях занятий баскетболом.

2. Специальная техническая подготовка (24 часа)

Теория (8 часа): История возникновения волейбола. Развитие волейбола.

Методические рекомендации при обучении техническим приемам.

Последовательность обучения стойкам и перемещениям

1. Выполнение стоек на месте.

2. Перемещения в медленном темпе. Ходьба выпадами, в полуприседе, на внешней и внутренней стороне стопы, на носках и пятках. Пробегание отрезков 15–20 м с ускорением. Чередование ходьбы и бега. Передвижения разными способами в различных направлениях по зрительному и звуковому сигналам. Бег: лицом или спиной вперед; приставными шагами; с прыжками. Различные эстафеты, включающие бег, прыжки, кувьрки, ускорения на отрезках 8–15 м с изменением направления («елочка», челночный бег 9–3–6–3–9 м).

3. Сочетание перемещений в медленном и среднем темпе с последующим принятием стойки.

4. Перемещения в высоком темпе с последующим принятием стойки.

5. Принятие стойки игрока после перемещения по звуковому или зрительному сигналу.

3. Специальная тактическая подготовка (14 часов)

Практика (14 часов): Последовательность обучения передачам мяча сверху

1. Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча.

2. То же, но с мячом.

3. Передача мяча в парах с набрасывание мяча партнером.

4. Обоюдная передача мяча в парах с расстояния 3–5 м между партнерами.

5. То же, но с расстояния 5–6 м.

6. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения вперед, затем назад.

Обратить внимание на остановку перед выполнением приема. 7. То же, но после перемещения влево и вправо.

8. Передача мяча с изменением траектории полета. 9. Передачи мяча на точность.

10. Передачи мяча в сочетании с усложненными способами.

Последовательность обучения передачам мяча сверху

1. Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте без мяча.

2. То же, но с мячом.

3. Передача мяча в парах с набрасывание мяча партнером.

4. Обоюдная передача мяча в парах с расстояния 3–5 м между партнерами.

5. То же, но с расстояния 5–6 м.
6. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения вперед, затем назад. Обратить внимание на остановку перед выполнением приема. 7. То же, но после перемещения влево и вправо.

8. Передача мяча с изменением траектории полета. 9. Передачи мяча на точность.
10. Передачи мяча в сочетании с усложненными способами.

Последовательность обучения передачам мяча снизу

Соблюдается та же последовательность, что и при обучении приему мяча сверху.

1. Имитация передачи мяча снизу. Работают сначала ноги и туловище, затем руки.

2. Прием мяча снизу после набрасывания партнером, расстояние – 4–5 м.

3. Прием мяча снизу после отскока от пола.

4. Прием мяча снизу после перемещения вправо, влево, вперед, назад. Обратить внимание, чтобы он попадал на предплечья, а не на кисти.

5. Сочетание верхних и нижних передач в парах или у стены. Последовательность обучения подачам.

Приведенную последовательность соблюдают при изучении всех способов подач.

1. Выполнение подачи в упрощенных условиях. Имитация изучаемого способа (выполняется на три счета: 1 – замах; 2 – подбрасывание; 3 – удар по мячу).

2. Сочетание имитации подачи с подбрасыванием мяча. Ударное движение можно заменить ловлей мяча. Цель данного упражнения – научить правильно подбрасывать мяч.

3. Подача мяча в парах поперек площадки.

4. Подача мяча партнеру на точность (расстояние – 5–6 м от сетки).

5. Подача мяча из-за лицевой линии.

6. Подача мяча в левую и правую стороны площадки.

7. Подача мяча на точность в заданную часть площадки.

Последовательность обучения нападающим ударам:

В начале занятий целесообразно использовать расчлененный метод обучения: первое ударное движение по мячу на месте, затем – в прыжке и только потом – в прыжке после разбега.

1. Нападающий удар с собственного набрасывания в опорном положении у стены в парах.

2. При разбеге следует обратить внимание на выполнение последнего, третьего, шага, который должен быть самым длинным и заканчиваться «стопорящим» движением стоп (ступни параллельны).

3. Имитация нападающего удара с 3 шагов разбега.

4. Нападающий удар с разбега, но мяч фиксируется партнером, стоящим на возвышении

(тумбочке, стуле и т.п.).

5. Нападающий удар с собственного набрасывания мяча; с набрасывания мяча партнером.

6. Нападающий удар после встречной передачи, а затем с передачи вдоль сетки.

7. Прямой нападающий удар с передачи из зоны 3; траектория полета средняя (расстояние – до 0,5 м от сетки).

8. Нападающий удар со всех зон нападения после различных по высоте и направлению передач.

9. То же, но с переводом туловищем влево, вправо; при приземлении стопы разворачиваются в сторону движения мяча.

10. То же, но перевод выполняется разворотом кисти влево или вправо.

4. Общефизическая подготовка (18 часов)

Практика (18 часов): Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-деловых.

Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание.

Упражнение на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание.

Упражнение на гимнастических снарядах: смешанные веса и упоры, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках.

Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу.

Ускорения из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40, 60 м. Кросс 500-2000 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх.

Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

5. Подвижные игры (4 часа)

Практика (4 часа): «Выбивной», «Вызов номеров», «Пионер бол», «Круговая охота»

6. Участие в соревнованиях и турнирах (6 часов)

Практика (6 часов): Муниципальный этап Всекубанской спартакиады школьников, зональный этап Всекубанской спартакиады школьников, региональный (краевой) этап Всекубанской спартакиады школьников

7. Контрольные мероприятия (4 часа).

Практика (4 часа): Промежуточная аттестация в форме контрольного (открытого) занятия. Итоговая аттестация в форме соревнований и турниров на муниципальном уровне.

1.12. Планируемые результаты обучения и способы их проверки

Ожидаемые результаты обучения по данной образовательной программе будут представлены тремя направлениями: *предметными, личностными, метапредметными.*

Предметные результаты:

Должны знать:

- технику безопасности на учебном занятии;
- необходимые теоретические и практические навыки;

Должны уметь:

- владеть физической и тактической подготовкой

Метапредметные результаты:

- развиты воля, смелость и настойчивость;

- развиты физические данные

Личностные результаты:

- чувство коллективизма и дружбы посредством участия в соревнованиях;

- интерес к спорту;

- организаторские навыки

1.13. Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Формами контроля и методами отслеживания успешности овладения учащимися содержанием программы являются:

- Педагогическое наблюдение.

- Педагогический анализ опросов учащихся, их участия в мероприятиях (соревнования и турниры)

- Мониторинг.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.

2.1. Календарный учебный график

Таблица №3

№ п/п	дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»							
1		Знакомство с учащимися, с целью и задачами программы. Проведение инструктажа по технике безопасности во время занятий. Беседа о целях и значениях занятий волейболом.	2		беседа	СОШ 10	Пед. наблюдение
2. Специальная техническая подготовка							
2		История возникновения волейбола	2		беседа	СОШ 10	Пед. наблюдение
3		Развитие волейбола	2		беседа	СОШ 10	Пед. наблюдение
4		Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении, защите	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
5		Обучение технике нижней прямой подачи, боковой подачи	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
6		Обучение технике верхних передач, передач снизу	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
7		Обучение технике нападающих ударов	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
8		Обучение технике приема подач	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
9		Обучение технике приема мяча с падением Обучение технике блокирования	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
10		Обучение индивидуальным тактическим действиям	2		беседа	СОШ 10	Пед. наблюдение
11		Обучение тактике нападающих ударов	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
12		Обучение взаимодействию нападающего и пасующего	2		беседа	СОШ 10	Пед. наблюдение
13		Обучение командным действиям в защите	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
3. Специальная тактическая подготовка							
14		Тактика свободного нападения	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
15		Обучение приема мяча от сетки	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
16		Передача мяча одной рукой в прыжке	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
17		Стартовые стойки	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
18		Обучение укороченной подачи	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
19		Обучение индивидуальным действиям	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
20		Обучение тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
Контрольные мероприятия							
21		Промежуточный контроль освоенных	2		практикум	СОШ	Контрольное

		знаний за I полугодие				10	(открытое) занятие
4. Общефизическая подготовка							
22		Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-деловых	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
23		Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
24		Упражнение на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
25		Упражнение на гимнастических снарядах: смешанные веса и упоры, обороты и соскоки	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
26		Акробатические упражнения: кувырки вперёд, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
27		Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
28		Ускорения из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40, 60 м. Кросс 500-2000 м.	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
29		Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Серийные прыжки с доставкой подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
30		Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
5. Подвижные игры							
31		Игра «Выбивной» Игра «Вызов номеров»	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
32		Игра «Пионер бол» Игра «Круговая охота»	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
6. Участие в соревнованиях и турнирах							
33		Муниципальный этап Всекубанской спартакиады школьников	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
34		Зональный этап Всекубанской спартакиады школьников	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
35		Региональный (краевой) этап Всекубанской спартакиады школьников	2		практикум	СОШ 10	Пед. наблюдение
Контрольные мероприятия							
36		Итоговый контроль освоенных знаний за учебный год	2		практикум	СОШ 10	Контрольное (открытое) занятие
Всего по программе:			72				

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническая база для реализации данной программы включает Занятия проводятся в спортивном зале, а также на оборудованной спортивной площадке. Для проведения занятий по волейболу имеется следующее оборудование и инвентарь: Сетка волейбольная ;стойки волейбольные; мячи;

2.3. Формы и виды аттестации

Формой предъявления и демонстрации образовательных результатов обучения по программе «Волейбол» является участие учащихся во

Всекубанской спартакиаде школьников, школьниками муниципальных соревнований и турнирах, открытые занятия для педагогов и родителей.

Формой фиксации образовательных результатов служат фото и видеоматериалы, журнал посещаемости, аналитические материалы по результатам диагностики, отзывы детей и родителей на интернет-ресурсах.

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточная аттестация осуществляется в середине учебного года в форме практикума и контрольного занятия. Итоговая аттестация проводится в конце освоения программы в форме контрольного мероприятия.

2.4. Оценочные материалы.

Оценка достижения результатов программы осуществляется педагогом дополнительного образования детей в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы. Проводится диагностика с периодичностью не менее чем два раза в год. (Приложение №1-3).

2.5. Методическое обеспечение программы

Теоретические и практические занятия проводятся с использованием различных методов для занятий волейболом.

Основные методы обучения:

- словесные методы: пояснение и разъяснение;
- наглядные: просмотр видеозаписей, показ движений и упражнений.
- практические: упражнения, их отработка;
- слуховой: прослушивание правил игры, сравнение и сопоставление;
- практический: упражнения, тренаж, самостоятельная деятельность.

Основные формы проведения учебного занятия:

- беседа, лекция;
- тренировка;
- участие в турнире и соревновании ;
- контрольное занятие;
- открытое занятие.

Форма организация деятельности учащихся на занятии групповая.

Образовательные технологии, используемые педагогом в работе с учащимися по программе

Технология группового обучения

Современный уровень дополнительного образования характеризуется тем, что групповые технологии широко используются в его практике. Можно выделить уровни коллективной деятельности в группе:

- ✓ одновременная работа со всей группой;
- ✓ работа в парах;
- ✓ групповая работа на принципах дифференциации.

Во время групповой работы педагог выполняет различные функции:

контролирует, отвечает на вопросы, регулирует споры, оказывает помощь.

Элементы здоровьесберегающих технологий

Это технология, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования.

С учащимися на каждом занятии проводится разминка в виде упражнений ОФП, что создает благоприятный фон и повышает интерес к занятиям. Задача разминки - развитие координации, памяти и внимания. Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц. Общая продолжительность разминки - 10-15 минут. Нагрузка регулируется от степени подготовленности учащихся, их индивидуальных качеств и возраста.

Основными в освоении программы «Волейбол» являются принципы.

- от простого к сложному,
- от медленного к быстрому,
- посмотри и повтори,
- вместе с партнером,
- осмысли и выполни.

Не менее сложной является задача научить работать командно. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мира ощущения из «я» в «мы», т.к. только ощущая себя «вместе», можно справиться с техническими рекомендациями и привести команду к победе.

Успешное выполнение всех рекомендаций должно на занятии сочетаться с атмосферой радости, интереса и веселья, что побуждает учащихся идти к успеху

Список литературы

Основная:

1. Волейбол. Пляжный волейбол: Правила соревнований /пер. с англ. – М.: Терра-Спорт, 2005(Правила соревнований)

2. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002

3. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. М.: Просвещение, 2013 г.

Дополнительная:

1. Амалин М.Е. Тактика волейбола. – М.: Физкультура и спорт, 1962

2. Голомазов В.А., Ковалев В.Д.; Мельников А.Г. Волейбол в школе. – М.: Просвещение, 1989.

3. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.Н., Чехов О.С. Подготовка юных волейболистов:

Учеб.пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт, 1967

4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: Физкультура и спорт, 1978 10.

- Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу: Учеб.пособие для начинающих. – М.: Физкультура и спорт,2000.
5. Железняк Ю.Д., Шулятьев В.М., Вайнбаум Я.С. Волейбол: Учеб.программа для ДЮСШ и ДЮСШОР. Омск.: Ом ГТУ, 1994.
6. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учеб.пособие для тренеров. – М.: Физкультура и спорт,1988.
7. Ивойлов А.В. Волейбол: Техника, тактика, тренировка. – Минск: Высшая школа, 1972
8. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие –Нижевартовск, 2001.

Приложение № 1

Мониторинг результатов обучения по дополнительной образовательной программе

Показатель (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
1.Теоретическая подготовка			
Теоретические знания по программе, владение специальной терминологией	Соответствие теоретических знаний обучающегося программным требованиям (что должен знать)	Начальный (минимальный) – объем освоенных знаний менее 1/2 от предусмотренного программой	Опрос (письменный и/или устный), тестирование
		Средний – объем усвоенных знаний составляет более 1/2	
		Высокий (максимальный) – освоение практически всего объема знаний, предусмотренных программой в конкретный период	

2. Практическая подготовка			
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков обучающегося программным требованиям (что должен уметь)	Минимальный – объем освоенных умений и навыков менее 1/2 от предусмотренного программой	Анализ творческой работы
		Средний – объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2	
		Максимальный – освоение практически всего объема умений и навыков, предусмотренных программой в конкретный период	
3. Метапредметные (общеучебные) умения и навыки			
3.1. Творческий навыки	Творческий подход к выполнению практических заданий (креативность)	Начальный уровень - обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие задания педагога	Анализ творческой работы
		Средний (репродуктивный) уровень – выполняет задания на основе образца	
		Высокий – (творческий) уровень – выполнение задний с элементами самостоятельного творчества	
3.2. Коммуникативные навыки, речевая деятельность	Умение выражать свои мысли; слушать и слышать педагога; конструктивно общаться со сверстниками внутри объединения	Начальный – мысли формулирует с трудом, не всегда понимает задания педагога, со сверстниками контакт налажен слабо	наблюдение
		Средний – умеет формулировать мысли по некоторым вопросам, понимает задания педагога, со сверстниками контакт не всегда стабильный	
		Высокий - умеет формулировать мысли по большинству вопросов, без особых сложностей понимает задания педагога, активен в общении, умеет решать конфликты	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки	Аккуратность в работе, умение организовать рабочее место,	Начальный - в работе часто не аккуратен, организует рабочее место только с помощью, технику	наблюдение

	соблюдать технику безопасности	безопасности соблюдает под контролем педагога	
		Средний - аккуратность в работе проявляет не всегда; организовать рабочее место умеет, но иногда под контролем педагога; соблюдает технику безопасности	
		Высокий – всегда аккуратен в работе, умеет самостоятельно (или с небольшой помощью) организовать рабочее место, знает и соблюдает технику безопасности	
3.4. Способность к самообразованию	Умение пользоваться дополнительными источниками информации, интерес к самостоятельному познанию	Начальный – интерес к самообразованию низкий	наблюдение
		Средний – интерес к самостоятельному познанию выражен средне	
		Высокий - умеет находить и пользоваться дополнительными источниками информации, проявляет умения заниматься самообразованием	
4. Личностное развитие обучающегося			
4.1 Морально-этическая ориентация	Соблюдение норм и правил поведения	Начальный – знает нормы и правила поведения, но зачастую нарушает их	наблюдение
		Средний – знает нормы и правила поведения, но иногда им соответствует	
		Высокий – знает нормы и правила поведения и всегда старается им соответствовать, побуждать к этому других личным примером	
4.2. Самоконтроль	Ответственность в работе, умение доводить начатое до конца	Начальный - обучающийся постоянно находится под воздействием контроля извне, не доводит начатое до конца	Наблюдение педагога, самонаблюдение учащегося
		Средний - периодически контролирует себя сам, не всегда ответственно подходит к работе, не всегда доводит до конца начатое дело	
		Высокий - постоянно	

		контролирует себя сам, ответственный, большинство дел доводит до конца	
4.3. Самооценка	Умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех	Начальный - не уверен в своих силах либо излишне самоуверен, не видит своих недостатков	Наблюдение педагога, самонаблюдение учащегося
		Средний - проявляются и неуверенность, и переоценка своих возможностей средне	
		Высокий - уверенность в себе сочетается с умением видеть свои достоинства и недостатки	
4.4. Личный интерес к занятиям в объединении	стремление к самостоятельному совершенствованию ЗУН, осознанный интерес в освоении программы	Начальный - интерес к занятиям продиктован обучающемуся извне	наблюдение
		Средний – обучающийся стремится к совершенствованию ЗУН, но необходима поддержка педагога	
		Высокий – стремится к совершенствованию ЗУН, интерес осознанный	
4.5. Отношение к общим делам объединения	Вовлеченность в общие дела объединения, интерес к ним	Начальный – избегает участия в общих делах	наблюдение
		Средний - участвует при побуждении извне	
		Высокий - инициативен в общих делах	

Индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеобразовательной программе

Фамилия, имя обучающегося _____

Возраст _____

Вид и название объединения _____

ФИО педагога _____

Показатели	Сроки диагностики					
	Первый год			Второй год		
	Начало года	Конец 1 полугодия	Конец уч.года	Начало года	Конец 1 полугодия	Конец уч.года
1. Теоретическая подготовка						
2. Практическая подготовка						
3. Метапредметные (общеучебные) умения и навыки						
3.1. Творческие навыки						
3.2. Коммуникативные навыки, речевая деятельность						
3.3. Учебно-организационные умения и навыки						
3.4. Способность к самообразованию						
4. Личностное развитие обучающегося						
4.1 Морально-этическая ориентация						
4.2. Самоконтроль						
4.3. Самооценка						
4.4. Личный интерес к занятиям в объединении						
4.5. Отношение к общим делам объединения						
5. Предметные достижения учащегося (пометки об участии и результатах):						
5.1. на уровне образовательного учреждения						
5.2. на уровне города						
5.3. на уровне края						
5.4. на всероссийском уровне и выше						

Показатели оцениваются соответственно уровню (В-высокий, С-средний, Н-низкий)

Для большей детализации показателей можно воспользоваться системой дифференцированного оценивания в баллах (от 1 до 10).

Приложение № 3

Лист самооценки (самоконтроль) достижений обучающегося

Тема, раздел	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне надо работать