

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Белоярского района
«Средняя общеобразовательная школа с. Казым»

Принято
на заседании экспертного
совета школы
Протокол № 5 от 31.августа 2023г.

Утверждено
директор СОШ с. Казым
М.В. Чаренцева
Приказ от 31.августа 2023г.



Дополнительная общеразвивающая программа
Физкультурно – спортивной направленности

Волейбол

(название программы)

на 2023-2024 учебный год

Возраст обучающихся 11-17 лет

Срок реализации программы 3 года

Количество часов в неделю 2 Всего учебных недель 35

Общее количество часов по программе 70

Разработчик программы, должность Филиппова Г.Ф., учитель

с. Казым, 2023

Содержание.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Планируемые результаты.....	5
3. Учебно-тематический план.....	6
4. Содержание программы.....	8
5. Календарный учебный график.....	10
6. Методическое обеспечение программы.....	21
7. Список литературы.....	23

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «волейбол» спортивно-оздоровительного направления разработана в соответствии с приказом Министерства Просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196 и принятием ФЗ от 8 июня 2020 г. № 165-ФЗ и в соответствии с подпунктом 4.2.5. пункта 4 Положения о Министерстве Просвещения РФ, утверждённого постановлением Правительства РФ от 28 июля 2018 г. № 884 (Собрание законодательства РФ, 2018, № 42, ст.5343, 2020, № 29, ст. 4664) с учётом

- Конституции Российской Федерации (с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» (в соответствии с требованиями статьи 12);

- Концепции развития дополнительного образования детей // распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

- Устава Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Белоярского района «Средняя общеобразовательная школа с. Казым».

Программа “волейбол” предназначена для обучающихся основной школы, направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовки.

Содержание программы нацелено на формирование и потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, занимающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, умственная нагрузка компенсируется у них физической. приобретают привычку заниматься физическим трудом . Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное расширение области теоретических знаний и практических умений и навыков обучающихся.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Волейбол» в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков , а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности. Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством волейбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы. Количество учащихся в объединении 25 человек.

Возрастные категории 12-17 лет.

Продолжительность учебных занятий 40 минут.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. В основе формирования способности к оформительской деятельности лежат два главных вида

деятельности занимающихся: это творческая практика и изучение теории. Ценность необходимых для творчества знаний определяется, прежде всего, их системностью.

Отличительной особенностью программы является ориентирование на получение базового систематизированного образования, основанного на преимущественном изучении и приобретении определённых знаний по истории и теории, а также основополагающие практические умения и навыки в данной сфере. Последние в дальнейшем станут хорошей основой для продолжения занятий в тех видах деятельности, которые окажутся наиболее привлекательными для конкретного ребёнка и будут выбраны им для дальнейших углублённых занятий.

Практические знания способствуют развитию у занимающихся творческих способностей, умение воплощать свои умения в практику. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра волейбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде). заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Дети 12-17 лет способны на эмоционально-образном уровне выполнять предлагаемые задания. Ведущей формой реализации дополнительной образовательной программы является участие в соревнованиях на школьном и муниципальном уровне.

Программа рассчитана на 70 часов в год. Периодичность занятий 2 часа в неделю. Набор в кружок свободный. Состав группы постоянный. Количество – 25 человек. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Цель: Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

Основными **задачами** являются:

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат обучающихся;
- способствовать разностороннему физическому развитию, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества.
- расширение спортивного кругозора.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи обучающихся к проведению спортивных мероприятий и праздников

Планируемые результаты

Обучающиеся должны **знать**:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю волейбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку волейбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Обучающиеся должны **уметь**:

- характеризовать особенности организации и проведения индивидуальных занятий ,
- определять дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.
- владеть технико-тактическими действиями при подачи мяча;
- прием мяча;
- играть в волейбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

Система контроля результативности занятий

Участие занимающихся в районных соревнованиях;

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического совершенствования, знания правил игры, навыки простейшего судейства.

Научатся играть в волейбол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Система формы контроля уровня достижений обучающихся.

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

Контрольные испытания проводятся по разделам:

«Техническая подготовка»: вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4; передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования); подача нижняя прямая на точность; первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3;

«Физическая подготовка»: бег 30 м; бег с изменением направления (5-6 м), прыжок в длину с места; метание набивного мяча из-за головы двумя руками; прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя руками;

«Игровая подготовка»: мини-волейбол; волейбол 2х3, 3х3, 4х4, 6х6.

Система диагностики -тестирование физических и технических качеств:

Контрольные испытания.

Общефизическая подготовка

бег 30 метров.

челночный бег 6х5 метров,

прыжок в длину с места,

метание набивного мяча массой 1 кг.из-за головы двумя руками

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов (всего)	Теоретич. часы	Практич. часы	Форма аттестации/ контроля
1.	Т.Б.на занятиях. Правила игры в «Волейбол».	2	1	1	тест
2.	Техника приема и передачи	4	2	2	Текущий
3.	Развитие двигательных качеств	3	1	2	Текущий
4.	Техника приема и передачи мяча, нападающий удар.	4	1	3	Текущий
5.	Матчевые встречи.	3		3	Текущий
6.	Блокирование: одиночное блокирование прямого нападающего удара	5	1	4	Текущий
7.	Верхняя прямая передача мяча в парах с шагом.	2	1	1	Текущий
8.	Приём мяча двумя руками снизу	4	1	3	Текущий
9.	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	4	1	3	Текущий
10.	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.	3	1	2	Текущий
11.	Позиционное нападение.	3	1	2	Текущий
12.	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1		1	Текущий
13.	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	3		3	Текущий
14.	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	1		1	Текущий
15.	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству	3	1	2	Текущий
16.	Техника приема и передача мяча.	3	1	2	Текущий
17.	Нижняя прямая подача и	4	1	3	Текущий

	нижний прием мяча.				
18.	Прямой нападающий удар. Учебная игра.	4	1	3	Текущий
19.	Верхняя подача мяча	3	1	2	Текущий
20.	Нижняя подача мяча	3	1	2	Текущий
21.	Верхняя подача, нижний прием	4	1	3	Текущий
22.	Соревнование в группах	4		4	Текущий
4	Итого	70	18	52	

Содержание программы

№п\п	Содержание	Количество часов
1	Теория	5
2	Специальная подготовка техническая	25
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	ОФП	16
5	Соревнования	4

Теория (5 часов) История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в волейбол.

Техническая подготовка: (25ч)

Овладение техникой передвижений и стоек Стойка игрока (исходное положение). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещения. 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 и после перемещения, передачи в парах, отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от неё. Приём и передача мяча снизу, приём и передача мяча двумя руками сверху. Овладение техникой подачи; нижняя прямая подача, подача в стенку, через сетку с расстояния 9 метров, подача нижняя боковая. Нападающий удар; Прямой нападающий удар сильнейшей рукой,(овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног; разбег с 1,2,3 шагов, с места.

Тактическая подготовка (20ч)

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

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

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

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

Общефизическая подготовка : (16ч)

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

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов; для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами- со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг.)

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки в длину с разбега. Метание теннисного мяча в цель , на дальность.

Подвижные игры: «Круговая тренировка», комбинированные эстафеты.

Соревнования (4 часа).

Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Коли ч-во часов	Содержание деятельности		Форма контро ля
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	Текущ ий
1	8.09	Т.Б.на занятиях. Правила игры в «Волейбол».	1	Размеры площадки. Основные ошибки. Техника безопасности.	Знать правила соревнований	Текущ ий
2	8.09	Техника приема и передача мяча. Игра «волейбол»	4	Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверх у на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
3	15.09	Стойка игрока. Перемещение в сойке		Передача двумя руками сверх у на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
4	15.09	Верхняя прямая передача мяча в парах с шагом.		Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверх у на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
5	22.09	Приём мяча двумя руками снизу		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий

				сверх у на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		
6	22.09	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	12	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
7	29.09	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
8	29.09	Прямой нападающий удар. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
9	6.10	Позиционное нападение. Учебная игра		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
10	6.10	Комбинации из передвижений и остановок игрока.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
11	13.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий

12	13.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
13	20.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
14	20.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
15	27.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
16	27.10	Нападение через 3- ю зону. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
17	10.11	Нападение через 3- ю зону. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
18	10.11	Нападение через 3- ю зону. Учебная игра.	8	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий

				Игра без подач.		
19	17.11	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
20	17.11	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
21	24.11	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
22	24.11	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся судейству		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
23	1.12	Повторный инструктаж по технике безопасности		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
24	1.12	Двусторонняя игра		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
25	8.12	Техника приема и передача мяча. Игра «волейбол »		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

				сверху на месте. Игра без подач.		
26	8.12	Техника приема и передача мяча. Игра «волейбол »	3	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
27	15.12	Стойка игрока. Перемещение в стойке		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
28	15.12	Стойка игрока. Перемещение в стойке		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
29	22.12	Верхняя передача мяча в парах с шагом.	10	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
30	22.12	Верхняя передача мяча в парах с шагом.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
31	12.01	Приём мяча двумя руками снизу		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
32	1201	Приём мяча двумя руками снизу		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

				двумя руками сверху на месте. Игра без подач.		
33	19.01	Верхняя передача мяча в парах, тройках.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
34	19.01	Верхняя передача мяча в парах, тройках.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
35	26.01	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
36	26.01	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
37	8.02	Прямой нападающий удар. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
38	8.02	Прямой нападающий удар. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
39	2.02	Позиционное нападение. Учебная игра	7	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

				стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.		
40	2.02	Позиционное нападение. Учебная игра		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
41	9.02	Позиционное нападение. Учебная игра		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
42	9.02	Комбинации из передвижений и остановок игрока.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
43	16.02	Комбинации из передвижений и остановок игрока.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
44	16.02	Комбинации из передвижений и остановок игрока.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
45	23.02	Комбинации из передвижений и остановок игрока.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущ ий
46	23.02	Верхняя подача мяча	3	Разминка . Стойка игрока.	Уметь выполнять технические	Текущ

				Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	элементы	ий
47	2.03	Верхняя подача мяча		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
48	2.03	Верхняя подача мяча		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
49	9.03	Нижняя подача мяча	5	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
50	9.03	Нижняя подача мяча		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
51	16.03	Нижняя подача мяча		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
52	16.03	Двухсторонняя игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

53	23.03	Двухсторонняя игра		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
54	23.03	Двухсторонняя игра	8	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
55	6.04	Верхняя подача, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
56	6.04	Верхняя подача, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
57	13.04	Верхняя подача, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
58	13.04	Нападающий удар, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
59	20.04	Нападающий удар, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

				Игра без подач.		
60	20.04	Нападающий удар, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
61	27.04	Нападающий удар, нижний прием		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
62	27.04	Нападающий удар, нижний прием	5	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
63	4.05	Прямой нападающий удар. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
64	4.05	Прямой нападающий удар. Учебная игра.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
65	11.05	Верхняя передача мяча в парах с шагом.		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
66	11.05	Соревнование в группах		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

				сверху на месте. Игра без подач.		
67	18.05	Соревнование в группах	4	Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
68	18.05	Соревнование в группах		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
69	25.05	Соревнование в группах		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху	Уметь выполнять технические элементы	Текущий
70	25.05	Соревнование. Итоговое занятие		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху	Уметь выполнять технические элементы	Текущий

Методическое обеспечение программы

1. Обеспечение программы различными видами методической продукции.

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 6 часов 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: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Чтобы занятия были увлекательными и интересными, а работа вызвала у детей чувство радости и удовлетворения, педагогу необходимо создать такие условия для проведения образовательного процесса, при которых познавательная и созидательная деятельность переплетались бы с процессом наглядности. Такая установка соответствует возрасту детей, для которых предназначена программа, помогает выявить творческие способности детей с учетом возраста и индивидуальности каждого ребенка, так как дети принимаются в студию с разной степенью одаренности и различным уровнем исходной базовой подготовки. Поэтому важно обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку.

Наглядность в этом плане имеет особое значение. Она помогает педагогу выстроить образовательный процесс по принципу от простого к сложному; освоить материал в соответствии с индивидуальными возможностями ребенка, создав при этом каждому ситуацию успеха, ведь каждый ребенок – уникальная личность. Он обладает своим характером, темпераментом, чувствами, увлечениями. У каждого – свой ритм и темп работы.

Так как занятия проходят во второй половине дня, то «перегрузка» детей теоретическими занятиями не позволяет педагогу добиться желаемого результата. Таким образом, теоретические занятия проходят в игровой форме.

Программой предусмотрено методическое обоснование процесса организации образовательной деятельности и форм проведения занятий. Как показала практика, оптимален следующий способ построения учебного процесса: сначала педагог объясняет обучающимся тему занятия, задачи, которые они должны решить, средства и способы их выполнения.

При этом педагог может предложить детям просмотреть дидактические материалы, методические таблицы и пособия. Это создает благоприятную почву для развития познавательного интереса обучающихся и появления творческого настроения.

После изложения теоретических сведений педагог вместе с обучающимися переходит к практической деятельности. Практическая деятельность обучающихся строится от простого к сложному.

В конце занятия для закрепления полученных знаний и умений уместно провести анализ выполненной работы и разбор типичных ошибок. После подведения итогов занятия педагог может дать рекомендации обучающимся в виде домашнего задания.

Чтобы дети быстро не утомлялись и не теряли интерес к предмету, полезно вводить смену видов деятельности и чередование технических приёмов с игровыми заданиями.

Например, подвижные игры с элементами волейбола.

Такая «подзарядка» стимулирует обучающегося на творческий настрой, рождает в каждом подростке уверенность в своих потенциальных возможностях.

2. Дидактические материалы

Дидактические материалы (таблицы, наглядные пособия, демонстрационные карточки, и др.) используются на каждом занятии, кроме практических занятий.

3. Материально-техническое обеспечение

Успешная реализация программы и достижения обучающихся во многом зависят от правильной организации рабочего места.

Спортивный зал для занятий хорошо освещен и оборудован необходимым инвентарем. Для работы имеются достаточное количество наглядного и учебного материала. Для хранения инвентаря имеются специальные стеллажи. также современные технические средства обучения (видеомагнитофон, компьютер,.).

4. Требования, предъявляемые к педагогу

Педагог должен знать основы дисциплин учебного плана фундаментальной и специальной направленности, программные и директивные документы в области физической культуры и спорта, содержание программ и учебников, организацию спортивной работы. Организаторский компонент включает умения тренера организовать успешную реализацию деятельности по выполнению мероприятий по всем основным позициям (тренировочная деятельность и участие в соревнованиях, обеспечение выполнения образовательных, воспитательных, оздоровительных задач и т.д.). Сюда входит также умение спортсменов организовать свои действия по реализации запланированных мероприятий. Коммуникативный компонент предполагает наличие у тренера умений устанавливать отношения с обучающимися, родителями. Взаимопонимание обучающихся способствует более эффективной тренировочной и соревновательной деятельности, установлению благоприятного микроклимата в коллективе. Педагог должен быть не только художником, но и немного артистом, а также своеобразным режиссером проводимых им занятий. Поэтому в нем важно все: и его внешний облик, и его жесты, и мимика, и манера разговора. От педагога зависит настрой занимающихся, их желание работать. Педагог, умеющий перевоплощаться, создавать на занятиях определенное настроение, владеющий различными игровыми приемами, может превратить учебный процесс в творческую мастерскую, где каждый ребёнок, независимо от своих способностей, почувствует себя спортсменом.

Список литературы

для педагогов

1. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. -100 с.
2. А.В. Беляев Волейбол на уроке физической культуры, М - «Физкультура и спорт» 2005г.

для родителей

3. Литвинов Е.Н. Погадаев Г.И. Физкультура! Физкультура! , ; Просвещение, 2000г

для обучающихся

4. Лях В.И. Физическая культура в школе – учебник . Просвещение 2016 г

