

БЕРЕЗОВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 30»

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета
БМАОУ ООШ №30
Протокол №1 от «30» августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор
БМАОУ ООШ № 30

Ю.И. Григорьев

Приказ №57 от «30» августа 2024 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВОЛЕЙБОЛ»

п.Сарапулка 2024 год.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п\п	Наименование раздела	Страницы
1	Основные характеристики программы	2
1.1.	Пояснительная записка	2
1.2.	Цель и задачи программы	7
1.3.	Содержание программы	8
1.4.	Планируемые результаты	12
2	Организационно-педагогические условия	13
2.1.	Требования к помещению	15
2.2.	Средства обучения и воспитания	17
2.3.	Кадровые условия	19
3.	Календарный учебный график	23
4.	Учебный план программы	24
5.	Рабочая программа	25
6.	Оценочные материалы	29
7.	Методические материалы	31

1.ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» (далее – Программа) имеет **физкультурно-спортивную** направленность. Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре.

Игровая деятельность дает возможность не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, становлению воли и характера, воспитания чувств коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творчество отношения к деятельности.

Актуальность

Учебные занятия в секциях проводятся по программам дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Программа по волейболу рассчитана для занятий на учащихся 11-16 лет.

В группы, учащиеся распределяются по возрастным категориям и физической подготовленности. Основной показатель секционной работы по волейболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности. Основной принцип работы на занятиях по волейболу – универсальности.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность Программы выражается во взаимосвязи процессов обучения, развития и воспитания. При реализации Программы используются следующие методы: словесные, наглядные и практические. В процессе спортивной тренировки все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспособливают к конкретным требованиям, обусловленным особенностями спортивной подготовки.

Отличительные особенности данной Программы от уже существующих.

Основная особенность Программы - универсальность. Программа по волейболу рассчитана для занятий на учащихся 11-16 лет.

В группы, учащиеся распределяются по возрастным категориям и физической подготовленности. Основной показатель секционной работы– выполнение

программных требований по уровню подготовленности учащихся выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности. Имея основные показатели, обучающиеся стремятся участвовать в соревнованиях разного уровня.

Принципы, средства и методы обучения технике игры в волейбол

Принципы обучения

Современный специалист физической культуры должен иметь глубокие общие и специальные знания и в совершенстве владеть методологией и технологией профессиональной деятельности.

Теоретическая подготовка требует, прежде всего, умения ориентироваться в **специальной терминологии**, разбираться в сущности базовых понятий. В этой главе даны краткая характеристика-дидактических принципов, средств и методов, описание закономерностей обучения основным техническим приемам игры в волейбол.

Процесс обучения опирается на некоторые общие положения — *принципы*, которые отражают закономерности педагогического процесса и в связи с этим носят обязательный характер при решении образовательных и воспитательных задач. К основным принципам обучения относятся: принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип доступности и индивидуализации, принцип постепенности, принцип систематичности и последовательности.

Принцип сознательности и активности при обучении навыкам игры в волейбол подразумевает:

- осмысление и понимание занимающимися сущности и сложной структуры изучаемого технического приема или тактического действия;
- самоанализ качества решения двигательной задачи с последующей корректировкой своих действий при их повторном воспроизведении.

Результативности обучения способствует активное, заинтересованное отношение занимающихся к расширению своего двигательного потенциала. Видимых успехов может достичь только тот ученик, который знает, чего хочет, и целенаправленно стремится к этому. Следовательно, задача педагога — разбудить у своих воспитанников потребность к физическому совершенствованию.

Принцип наглядности предполагает создание у учащихся четкого представления об изучаемом материале на различных этапах его освоения, базируясь на визуальном восприятии разнообразных действий.

Кроме традиционного объяснения и показа упражнений педагогом или использования наглядных пособий в виде плакатов, фотографий, рисунков и т.п. для данного принципа незаменимы современные технические средства, включая

видеоматериалы и компьютерные технологии. Они значительно расширяют возможности демонстрации лучших образцов техники и тактики игры в волейбол.

В дальнейшем акцент смещается в сторону создания двигательного образа. Главенствующая роль на этом этапе отводится вестибулярному аппарату и рецепторам мышц. Соответственно ведущими средствами становятся физические упражнения во всех возможных вариациях.

Принцип доступности и индивидуализации основывается на предварительной оценке педагогом исходного уровня подготовленности и индивидуальных возможностей воспитанников с последующим подбором посильных заданий согласно общим закономерностям обучения и воспитания. Трудности в обучении должны быть преодолимы для ученика, а его учебная деятельность — приносить ощутимый для него результат в усвоении материала.

Подбор и конструирование тренировочных и игровых упражнений, требующих взаимодействия, занимающихся в пространстве и времени, также должны базироваться на учете достигнутого уровня развития физического, технического и тактического потенциала вовлеченных в них участников.

Только в высшей степени согласованные действия занимающихся обеспечивают эффективность этих средств комплексного характера.

Принцип постепенности органически связан с предыдущим принципом и формулируется в виде методологического правила: «от простого—к сложному, от легкого—к трудному». Его реализация обеспечивает нефорсированное усложнение программного материала с тенденцией к расширению технико-тактического арсенала занимающихся и дальнейшему его усложнению.

Игровые приемы, усвоенные автономно, затем совершенствуются в сочетании и в вариативных условиях, постепенно приближаемых к игровым. Противодействие изменяется от пассивной до активной формы.

Принцип систематичности и последовательности требует четкого планирования и регулярности в обучении; соблюдения рациональной преемственности между разделами учебного материала в соответствии с сущностью и внутренней логикой игры. Новый материал должен опираться на ранее усвоенный. Отсутствие системности в занятиях ведет к угасанию двигательных навыков и полученных знаний.

Все перечисленные принципы обучения тесно переплетаются в практической деятельности. Ни один из них не может эффективно реализовываться вне связи с

другими. *Единство, взаимообусловленность и взаимодополняемость принципов — основа их действенности на занятиях по волейболу.*

Нормативные документы

Настоящая программа составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями)
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172 – 14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций, дополнительного образования детей»
3. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761–н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, приказ Министерства просвещения Российской Федерации России от 09.11.2018 № 196
5. Профессиональный стандарт педагога дополнительного образования. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. N 613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован в Минюсте России 24 сентября 2015 N 38994)

1.2. Цель и задачи программы

Цель

Воспитание личности, способную к самостоятельной, творческой деятельности, содействие гармоничному физическому развитию. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в волейбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Задачи Программы:

Обучающие

- приобретение учащимися знаний в области гигиены;
- причины травматизма и оказание первой медицинской помощи;
- основные способы укрепления здоровья и физической закалки;
- способы оценки физического состояния организма;
- приобретение навыков судейства по виду спорта «Волейбол».

Развивающие

- повышение уровня двигательной подготовленности и укрепление здоровья подростков;
- подготовка и выполнение контрольных нормативов по физической подготовленности;
- повышение спортивных результатов;
- подготовка учащихся к сдаче норм ГТО.

Воспитательные

- способствовать воспитанию ответственности, уважения к труду;
- способствовать воспитанию патриотизма, активной гражданской позиции;
- чувство ответственности и сознательная дисциплина; -умение работать в коллективе.

1.3. Содержание программы

№ п.п.	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		итого	теория	практика	
1	Введение.	2	1	1	Тестирование
1.1	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.	1	0.5	0.5	Устный опрос
1.2	Развитие волейбола в России.	1	0.5	0.5	Устный опрос
2	Физическая подготовка.	19	1	18	Зачет
2.1	Общефизическая подготовка	10	0.5	10.5	Зачет
2.2	Специальная подготовка	10	0.5	10.5	зачет
3	Техническая подготовка.	28	3.5	14.5	зачет
3.1	Техника выполнения нижнего приема.	3	0.5	3.5	зачет
3.2	Техника выполнения верхнего приема	3	0.5	3.5	зачет
3.3	Техника выполнения нижней прямой подачи	2.5	0.5	3	зачет
3.4	Техника выполнения верхней прямой подачи	2.5	0.5	3	зачет
3.5	Техника выполнения нижней боковой подачи	2	0.5	1.5	зачет
3.6	Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару	3	0.5	2.5	зачет
3.7	Техника выполнения нападающего удара	3	0.5	2.5	зачет
4	Тактическая подготовка	11	1	10	зачет
4.1	Индивидуальные тактические действия	5.5	0.5	6	зачет
4.2	Групповые тактические взаимодействия	5.5	0.5	6	зачет
5	Контрольные игры и соревнования.	8	1	7	зачет
5.1	Игровая подготовка	10	1	9	зачет

	ИТОГО	68	8.5	59.5	
--	--------------	----	-----	------	--

Раздел 1. Введение.

Тема 1.1: Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Теория: Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях. Общие основы волейбола Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол

Практика: Подвижные игры.

Тема 1.2: Развитие волейбола в России.

Теория: Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол.

Практика: Подвижные игры и эстафеты.

Раздел 2: Физическая подготовка волейболиста

Тема 2.1: Общефизическая подготовка волейболиста.

Теория: Влияние физических упражнений, на организм занимающихся. Правила разминки;

Практика: Строевые упражнения Гимнастические упражнения
Легкоатлетические упражнения Подвижные и спортивные игры. ОРУ
(общеразвивающие упражнения)

Тема 2.2: Специальная подготовка

Теория: Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом;

Практика: Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий
Упражнения для развития прыгучести. Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при подаче мяча
Упражнения для развития координации движений
Упражнения для развития специальной выносливости. Упражнения для развития силовой подготовки. Упражнения для развития гибкости

Раздел 3: Техническая подготовка

Тема 3.1: Техника выполнения нижнего приема

Теория: Техническая подготовка волейболиста. Значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства.

Практика: Обучение передвижению в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Совершенствование в технике передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Подвижные игры с

волейбольным мячом.

Тема 3.2: Техника выполнения верхнего приема

Теория: Правила безопасного выполнения приема. Правильное положение рук, кистей и пальцев при выполнении верхнего приема передачи мяча. Положение ног и туловища спортсмена при выполнении верхнего приема.

Практика: Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приема.

Тема 3.3: Техника выполнения нижней прямой подачи

Теория: Правила безопасного выполнения нижней прямой подачи. Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении нижней прямой подачи.

Практика: Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи.

Тема 3.4: Техника выполнения верхней прямой подачи

Теория: Правила безопасного выполнения упражнения. Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи.

Практика: Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи.

Тема 3.5: Техника выполнения нижней боковой подачи

Теория: Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.

Практика: Упражнения на движение рук, ног и туловища при выполнении нижней боковой подачи.

Тема 3.6: Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару

Теория: Понятие выход на прием мяча. Правила безопасного выполнения упражнения.

Практика: Упражнение на правильные действия руками, туловищем и ногами вовремя навесной передачи. Упражнения на правильные действия, направленные на коррекцию передачи.

Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры в волейбол.

Тема 3.7: Техника выполнения нападающего удара

Теория: Понятие выход на позицию перед ударом. Правила безопасного выполнения упражнения.

Практика: Упражнения на отработку приема набегания в сочетании с движением руками, туловищем и ногами. Отработка действий, направленных на коррекцию передачи. Использование нижней и верхней прямой подачи,

нижней боковой.

Раздел 4: Тактическая подготовка

Тема 4.1: Индивидуальные тактические действия в игре волейбол.

Теория: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите в игре волейбол

Практика: Обучение индивидуальным тактическим действиям:

Обучения тактике нападающих ударов; Нападающий удар задней линии; Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Нападающий удар толчком одной ноги; При выполнении вторых передач; Обучения индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока; Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении передач на удар; Обучения отвлекающим действиям при нападающем ударе; Совершенствование переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот);

Тема 4.2: Групповые тактические взаимодействия

Теория: Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра.

Практика: Обучение групповым тактическим взаимодействиям: Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии. Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные движения); Упражнения для развития быстроты перемещений; Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии; Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии; Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом. взаимодействие игроков; Определение эффективности игры в защите игроков и команды в целом; Техничко-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока; Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов; Совершенствование взаимодействия принимающего и пасующего нападающего; Обучения контратакующим действиям в волейболе; Специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре); Упражнения по технике группового блока (имитационные, специальные).

Раздел: № 5. Контрольные игры и соревнования

Тема: 5.1 Игровая подготовка.

Теория: Основы взаимодействия игроков во время игры. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике во время командной игры в волейбол. Техника игры в нападении. Техника игры в защите.

Практика: Соревнования по подвижным играм с элементами волейбола. Учебно-тренировочные игры. Товарищеские встречи с военнослужащими воинской части. Участие в школьных и районных соревнованиях.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Обучающийся будет уметь взаимодействовать в коллективе, регулировать психическое состояние;
- У обучающегося будут сформированы чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи, потребность в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом. ЗОЖ.

Метапредметные результаты:

- Обучающийся будет знать способы развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации);
- Обучающийся приобретет мотивацию к ведению здорового образа жизни.

Предметные результаты:

- Обучающийся будет знать роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Обучающийся будет уметь проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению, осваиваемых на уроке, новых двигательных действий и развитию основных физических способностей;
- Обучающийся будет владеть системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки.

2. Организационно-педагогические условия

Методическое обеспечение занятий

Для повышения интереса обучающихся к занятиям баскетболом, решения развивающих и воспитательных 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 сформировались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Условия приема детей в секцию «Волейбол»

Возраст обучающихся: 11-16 лет.

В объединение принимаются обучающиеся в возрасте 11-16 лет без ограничений по уровню подготовки.

Условия формирования групп: допускаются разновозрастные группы в пределах одного уровня образования общеобразовательной школы. В секцию принимаются дети, допущенные школьным врачом к занятиям физической культурой и спортом.

Наполняемость учебной группы 12 человек.

Сроки реализации программы, режим занятий

Программа и план обучения свободно варьируются в рамках возрастных категорий и физической подготовленности обучающихся. Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Программа рассчитана на 1 год обучения, продолжительность учебного года 34 недели. Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью 1 час. Всего 68 занятий за учебный год, объем 68 часов.

2.1. Требования к помещению

Занятия проводят только в хорошо проветренном помещении и с доступом свежего воздуха в течение урока (п. 6.7).

Открываются 1-2 фрамуги с подветренной стороны, если на улице скорость ветра не более 2 м\с и температура воздуха выше + 5°C.

Если на улице ниже – 10 °С и ветер более 7 м\с – проветривают зал без наличия учеников не более 1.5 мин., но на больших переменах до 10 мин.

Полы спортивных залов должны быть упругими, без щелей и застрогов, иметь ровную, горизонтальную и нескользкую поверхность, окрашенную эмульсионной или силикатной краской. Полы не должны деформироваться от мытья и к началу занятий должны быть сухими и чистыми. Полезная нагрузка на полы должна быть не более 400 кг/м².

Стены спортивных залов должны быть ровными, гладкими, окрашенными в светлые тона на всю высоту панелей красками, позволяющими легко производить влажную уборку помещения. Окраска должна быть устойчивой к ударам мяча, не осыпаться и не пачкаться при касании стен. Стены спортивного зала на высоту 1,8 м не должны иметь выступов, а те из них, которые обусловлены конструкцией зала, должны быть закрыты панелями на ту же высоту. Приборы отопления должны быть закрыты сетками или щитами и не должны выступать из плоскости стены. Оконные проемы спортивного зала должны располагаться по продольным стенам, остекление окон должно иметь защитное ограждение от ударов мяча, окна должны иметь фрамуги, открывающиеся с пола, и солнцезащитные приспособления. Потолок зала должен иметь неосыпающуюся окраску, устойчивую к ударам мяча.

Канат для лазания должен быть изготовлен из пенькового или хлопчатобумажного трех- или четырехрядного волокна диаметром 35—40 мм. Щеки, сдавливающиеся двумя болтами, должны плотно, без зазоров, обхватывать канат $f_{го}$ всей площади прилегания. Нижний конец каната должен быть туго обмотан шпагатом на длину 100 мм и обтянут кожаным или матерчатым чехлом. Канат не должен иметь порывов и узлов. Шведская стенка должна надежно крепиться к стене, а поперечины не должны иметь трещин и люфтов в местах крепления.

Баскетбольный щит должен быть изготовлен из соответствующего прозрачного материала (предпочтительно — закаленного небьющегося стекла),

представляющего собой монолитный кусок. Если он изготовлен из другого непрозрачного материала, то должен быть выкрашен в белый цвет. Размер щита должен быть 1,80 м по горизонтали и 1,05 м по вертикали. Нижняя часть щита должна быть гладкой. Щит должен жестко монтироваться к стене или к опоре и выступать от лицевой линии на 1,20 м. Кольца должны иметь диаметр 45 см и быть окрашены в оранжевый цвет. Приспособления для крепления сеток не должны иметь острых краев и щелей. Баскетбольный мяч должен иметь сферическую форму и вес не менее 567 г и не более 650 г. Он должен быть накачан до такой степени воздушного давления, чтобы при падении с высоты 1,80 м, измеренной от нижней поверхности мяча, отскакивал на высоту, измеренную до верхней поверхности мяча, не менее 1,20 м и не более 1,40 м

2.2. Средства обучения и воспитания

Для обеспечения учебного процесса в соответствии с Программой объединение должно располагать:

- помещением для занятий , согласно требованиям СанПиНа;
- соответствующим оборудованием;
- спортивным инвентарем.

Для занятий волейболом необходимо следующее оборудование и инвентарь:

- волейбольные мячи -15-20 штук;
- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- перекладины для подтягивания в висе – 2 штук;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- волейбольная сетка;
- гимнастические маты;
- баскетбольные и теннисные мячи -10-15 штук;
- гимнастические скамейки – 3 штуки;
- гимнастическая стенка – 4 пролета.

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Программы

Список литературы для педагога:

1. Агинако Л. Обучение техническим элементам волейбола / Л. Агинако //Спорт в школе. - 2018 (№23)
2. Беляев А.В.. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 144 с.
3. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. -М.: Физкультура и спорт, 2017. - 184 с.
4. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для вузов ФК. - М., 2017. -368 с.
5. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Работаем по новым стандартам. - Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.,Просвещение, 2018г.
6. Волейбол: Учебная программа для детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М., 2017. - 112 с.
7. Железняк, Ю.Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. - М. : Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2005
8. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений - М.: Академия, 2004.
9. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Программный материал по спортивным играм. Волейбол. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).
- 10.Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М.:Астрель: АСТ, 2006. - 863 с.
- 11.Платонов В. Моя профессия - игра. Книга тренера. - СПб., Издательство «Русско - Балтийский информационный центр «БЛИЦ», 2007. - 280 с.
- 12.Седунов Н.В. Диагностика психических состояний на начальном этапе отбора в волейболе. - Красноярск: Издательство КГУ, 2004.
- 13.Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции./Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2008. - 32 с.

2.3. Кадровые условия

Педагог дополнительного образования

Должностные обязанности: Осуществляет дополнительное образование обучающихся, воспитанников в соответствии со своей образовательной программой, развивает их разнообразную творческую деятельность. Комплектует состав обучающихся, воспитанников кружка и принимает меры по сохранению контингента обучающихся, воспитанников в течение срока обучения. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения), исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий. Обеспечивает соблюдение прав и свобод обучающихся, воспитанников. Участвует в разработке и реализации образовательных программ. Составляет планы и программы занятий, обеспечивает их выполнение. Выявляет творческие способности обучающихся, воспитанников, способствует их развитию, формированию устойчивых профессиональных интересов и склонностей. Организует разные виды деятельности обучающихся, воспитанников, ориентируясь на их личности, осуществляет развитие мотивации их познавательных интересов, способностей. Организует самостоятельную деятельность обучающихся, воспитанников, в том числе исследовательскую, включает в учебный процесс проблемное обучение, осуществляет связь обучения с практикой, обсуждает с обучающимися, воспитанниками актуальные события современности. Обеспечивает и анализирует достижения обучающихся, воспитанников. Оценивает эффективность обучения, учитывая овладение умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса, используя компьютерные технологии, в т.ч. текстовые редакторы и электронные таблицы в своей деятельности. Оказывает особую поддержку одаренным и талантливым обучающимся, воспитанникам, а также обучающимся, воспитанникам, имеющим отклонения в развитии. Организует участие обучающихся, воспитанников в массовых мероприятиях. Участвует в работе педагогических, методических советов, объединений, других формах методической работы, в работе по проведению родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой, в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям или лицам, их заменяющим, а также педагогическим работникам в пределах своей

компетенции. Обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся, воспитанников во время образовательного процесса. Обеспечивает при проведении занятий соблюдение правил охраны труда и пожарной безопасности. При выполнении обязанностей старшего педагога дополнительного образования наряду с выполнением обязанностей, предусмотренных по должности педагога дополнительного образования, осуществляет координацию деятельности педагогов дополнительного образования, других педагогических работников в проектировании развивающей образовательной среды образовательного учреждения. Оказывает методическую помощь педагогам дополнительного образования, способствует обобщению передового их педагогического опыта и повышению квалификации, развитию их творческих инициатив.

Должен знать: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности; методику поиска и поддержки молодых талантов; содержание учебной программы, методику и организацию дополнительного образования детей, научно-технической, эстетической, туристско-краеведческой, оздоровительно-спортивной, досуговой деятельности; программы занятий кружков, секций, студий, клубных объединений; деятельность детских коллективов, организаций, ассоциаций; методы развития мастерства; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода; методы убеждения, аргументации, своей позиции, установления контакта с обучающимися, воспитанниками, детьми раннего возраста, их родителями, лицами, их заменяющими, коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; технологии педагогической диагностики; основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правилами внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правилами по охране труда и пожарной безопасности.

Требования к квалификации: В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2020)

Статья 46. Право на занятие педагогической деятельностью

1. Право на занятие педагогической деятельностью имеют лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие

квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам, если иное не установлено настоящим Федеральным законом.

(в ред. Федерального закона от 08.06.2020 N 165-ФЗ)

2. Номенклатура должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций утверждается Правительством Российской Федерации.

3. Лица, обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки "Образование и педагогические науки" и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за три года обучения, допускаются к занятию педагогической деятельностью по основным общеобразовательным программам.

(часть 3 введена Федеральным законом от 08.06.2020 N 165-ФЗ)

4. К занятию педагогической деятельностью по дополнительным общеобразовательным программам допускаются лица, обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения. Соответствие образовательной программы высшего образования направленности дополнительной общеобразовательной программы определяется работодателем.

(часть 4 введена Федеральным законом от 08.06.2020 N 165-ФЗ)

5. Порядок допуска лиц, указанных в частях 3 и 4 настоящей статьи, к занятию педагогической деятельностью устанавливается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере общего образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере высшего образования, и федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

(часть 5 введена Федеральным законом от 08.06.2020 N 165-ФЗ)

в соответствии с Профессиональным стандартом "Педагога дополнительного образования детей и взрослых" требования к образованию и обучению:

Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией,

осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки "Образование и педагогические науки", без предъявления требований к стажу работы.

Особые условия допуска к работе Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации

3. Календарный учебный график

Образовательный процесс	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность учебного года	34 недели
Продолжительность занятия	11 – 16 лет – 40 минут
Периодичность занятий	2 раз в неделю по 1 час
Промежуточная аттестация	декабрь
Итоговая аттестация	июнь
Окончание учебного года	30 мая
Объем часов	68

месяц	неделя	деятель- ность	кол-во занятий	кол-во часов	месяц	неделя	деятель- ность	кол-во занятий	кол-во часов
I полугодие					II полугодие				
сентябрь	1	У	2	2	январь	1	К	0	0
	2	У	2	2		2	У	2	2
	3	У	2	2		3	У	2	2
	4	У	2	2		4	У	2	2
общее количество за месяц			8	8	общее количество за месяц			6	6
октябрь	1	У	2	2	февраль	1	У	2	2
	2	У	2	2		2	У	2	2
	3	У	2	2		3	У	2	2
	4	У	2	2		4	У	2	2
общее количество за месяц			8	8	общее количество за месяц			8	8
ноябрь	1	К	0	0	март	1	У	2	2
	2	У	2	2		2	У	2	2
	3	У	2	2		3	У	2	2
	4	У	2	2		4	У	2	2
общее количество за месяц			6	6	общее количество за месяц			8	8
декабрь	1	У	2	2	апрель	1	У	2	2
	2	У	2	2		2	У	2	2
	3	У	2	2		3	У	2	2
	4	У	2	2		4	У	2	2
общее количество за месяц			8	8	общее количество за месяц			8	8
					май	1	У	2	2
				2		У	2	2	
				3		У	2	2	
				4		У	2	2	
					общее количество за месяц			8	8
общее количество за 1 полугодие			30	30	общее количество за 2 полугодие			38	38
общее количество занятий за год			68						
Общее количество часов за год			68						

У – учебная деятельность Д – диагностика К – каникулярное время

4. Учебный план программы

№ п\п	Название программы	Недельная нагрузка	Количество часов	
			теория	практика
1	«Волейбол»	2 часа в неделю	8.5	59.5
Всего		68	68	

5.Рабочая программа
Дополнительной общеобразовательной программы «Волейбол»
Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма организации	Оборудование
1	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях. Общие основы волейбола Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол	1	Беседа, презентация Групповая	Мультимедийный проектор, экран, ноутбук. Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
2-3	Техника приема и передача мяча.	2	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
4	Стойка игрока. Перемещение в стойке	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастические маты, секундомер, свисток
5-6	Верхняя передача мяча в парах с шагом. Игра «Пионербол» с элементами волейбола	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
7-8	Приём мяча двумя руками снизу в парах. Игра «Пионербол» с элементами волейбола	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
9-10	Верхняя передача мяча в парах, тройках. Игра «Пионербол» с элементами волейбола	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
11-12	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча. Игра «Пионербол» с элементами волейбола	2	групповая	Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
13	Прямой нападающий удар. Учебная игра.	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
14-15	Позиционное нападение. Учебная игра	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
16	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Учебная игра	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
17	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастические маты, секундомер, свисток
18-19	Учебная игра. Развитие силы и выносливости.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
20-21	Совершенствование техники передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Учебная игра.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер

22	Понятие выход на прием мяча. Правила безопасного выполнения упражнения. Учебная игра.	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
23	Нападающий удар толчком одной ноги	1	групповая	
24-25	Оборонительная и наступательная игра.	2	групповая	Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
26-27	Групповые действия в нападении через игрока передней линии	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
28-29	Совершенствование взаимодействия принимающего пасующего нападающего	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
30-31	Специальные упражнения по технике блокирования через сетку (в паре); Учебная игра.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
32	Основы взаимодействия игроков в время игры. Правила безопасного ведения двусторонней игры	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
33-34	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
35	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
36-37	Совершенствование взаимодействия принимающего пасующего нападающего. Учебная игра.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
38-39	Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
40	Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в волейбол.	1	групповая	Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
41	Совершенствование навыков быстроты ответных действий	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
42-43	Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест.	2	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
44-45	Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест	2	групповая	Волейбольные мячи, гимнастические маты, секундомер, свисток
46	Отработка движений рук, туловища и ног при выполнении приема. Учебная игра	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
47	Правила безопасного выполнения	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток,

	нижней прямой подачи. Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении нижней прямой подачи			секундомер
48	Правила безопасного выполнения упражнения. Выполнение набрасывания мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи.	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
49	Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
50	Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Правила безопасного выполнения упражнения.	1	групповая	Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
51-52	Использование нижней и верхней прямой подачи, нижней боковой подачи мяча, навесной передачи на практике вовремя командной игры волейбол	2	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
53	Понятие выход на позицию перед ударом. Правила безопасного выполнения упражнения	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
54	Отработка приема набегания в сочетании с движением руками, туловищем и ногами.	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
55	Обучение технико-тактическим действиям нападающего игрока (блок-аут).	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
56	Нападающий удар толчком одной ноги	1	групповая	Набивные мячи, волейбольные мячи, гимнастические скамейки. Секундомер, свисток.
57	Нападающий удар толчком одной ноги; при выполнении вторых передач	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
58	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
59	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
60	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер

61	Совершенствование переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот)	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
62	Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Учебная игра.	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастические маты, секундомер, свисток
63	Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастическая стенка, гантели, свисток, секундомер
64	Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
65	Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии. Учебная игра	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
66	Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
67	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии. Учебная игра	1	групповая	Волейбольные мячи, гимнастические маты, секундомер, свисток
68	Учебная игра с привлечением к судейству обучающихся	1	групповая	Волейбольные мячи, свисток, секундомер
Итого		68		

6. Оценочные материалы

Учащиеся, занимающиеся в секциях дополнительного образования, должны иметь приросты показателей физической подготовленности после окончания учебного года и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития. Тесты сдаются два раза в год.

Формы аттестации включают в себя следующие этапы контроля.

1. Начальный контроль

Проводится в начале учебного года (сентябрь), до начала прохождения разделов программы.

Цель: определить начальный уровень физической подготовки.

Форма: зачет.

2 Итоговый контроль

Проводится в конце учебного года.

Цель: по итогам года увидеть, насколько успешно освоена программа обучающимися.

Форма: зачет

Физическая подготовка.

Контроль за эффективностью физической подготовки проверяется с помощью специальных контрольно-переводных нормативов, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств. Контроль эффективности технической подготовки осуществляется учителем.

/п	Тесты	Баллы				
		5	4	3	2	1
1	Подтягивание на перекладине (количество раз)	8 и выше	6 - 7	3 - 5	1 - 2	0
2	Отжимание от пола (количество раз)	35 и выше	32 - 34	29 - 31	23 - 28	22 и ниже
3	Бег 30 м/сек.	5,0 и выше	5,05-5,25	5,3 – 5,6	5,7 - 5,9	6.0 и хуже
4	Бег 1000 м/мин.	4.05 и выше	4.06 - 4.20	4.21 - 4.35	4.36 - 4.50	4.51 и хуже
5	Поднимание туловища (количество раз)	44 и выше	41 - 43	38 - 40	34 - 39	33 и хуже

предварительный контроль -8б
промежуточный контроль -12б
итоговый контроль 16б

Техническая подготовка.

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

7. Методические материалы

1. Агинако Л. Обучение техническим элементам волейбола / Л. Агинако // Спорт в школе. - 2018 (№23)
2. Беляев А.В.. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 144 с.
3. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 2017. - 184 с.
4. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для вузов ФК. - М., 2017. - 368 с.
5. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Работаем по новым стандартам. - Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М., Просвещение, 2018г.
6. Волейбол: Учебная программа для детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М., 2017. - 112 с.
7. Железняк, Ю.Д. Волейбол: методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. - М. : Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2005
8. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений - М.: Академия, 2004.
9. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Программный материал по спортивным играм. Волейбол. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).
10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М.:Астрель: АСТ, 2006. - 863 с.
11. Платонов В. Моя профессия - игра. Книга тренера. - СПб., Издательство «Русско - Балтийский информационный центр «БЛИЦ», 2007. - 280 с.
12. Седунов Н.В. Диагностика психических состояний на начальном этапе отбора в волейболе. - Красноярск: Издательство КГУ, 2004.
13. Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции./Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2008. - 32 с.