

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Новобирюсинская средняя общеобразовательная школа**

<p>«Рассмотрено» Заместитель директора по УВР _____ В.В. Потапенко  Протокол № 1 от 30.08.2023г.</p>	<p>«Утверждаю» И. о. директора _____ Л.М. Гертель  Приказ № 3 от 22.09.2023г.</p> 
---	--

Дополнительная общеразвивающая программа

«Волейбол»

на 2023- 2024 учебный год

Адресат программы:

Обучающиеся 11- 17 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень: базовый

Разработчик программы:

Никитин А.А. педагог

дополнительного образования

Реализуется с 2023 года

рп. Новобирюсинский, 2023 год

Содержание

Пояснительная записка

Актуальность, педагогическая целесообразность.....	4
Отличительные особенности программы.....	4
Адресат программы.....	4
Срок освоения, форма обучения, режим занятий.....	4
Цель программы.....	4
Задачи программы.....	4

Основные характеристики программы

Объем программы.....	5
Содержание программы	
1 год.....	6
Планируемые результаты	7

Организационно-педагогические условия

Учебный план	
1 год.....	6
Календарный учебный график	
1 год.....	6
Оценочные материалы.....	7
Методические материалы.....	8
Условия реализации программы.....	8
Список использованных источников информации	9

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» (далее программа) разработана согласно требованиям следующих нормативно правовых документов:

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09- 3242
- от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Направленность программы Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет спортивную направленность, разработана для обучающихся 11-17 лет, направлена на расширение знаний, обучающихся о физической культуре.

Программа по функциональному назначению является спортивно-оздоровительной, по форме организации — секционной, по времени реализации — годичной.

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Педагогическая целесообразность Данная программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей. Реализация программы предусматривает проведение комплексные занятия подвижным видом спорта волейбол.

Отличительной особенностью программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться волейболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. 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. 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).

Адресат программы: Программа предназначена для обучающихся 11-17 лет. Набор учащихся в группу осуществляется на основе свободного выбора детьми и их родителями (законными представителями), без отбора и предъявления требований к наличию специальных умений у ребенка.

Форма обучения - очная, в случае необходимости, дистанционная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа с 10 минутным перерывом; продолжительность академического часа 40 минут.

Цель программы: Содействовать всестороннему развитию, направленному на формирование физической активности обучающихся.

Задачи программы:

Образовательные:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Объём программы: Программа рассчитана на 1 год обучения. Объём учебных часов: 68 часов.

Учебный план, первый год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Педагогический контроль
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний	2	2	-	
2.	Освоение техники передвижений	4	-	4	зачет
3.	Освоение техники приемов и передач мяча	22	-	22	зачет
4.	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	18	-	18	зачет
5.	Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	10	-	10	зачет
6.	Овладение тактикой игры в нападении.	3	-	3	зачет

7.	Овладение тактикой игры в защите	4	1	3	зачет
8.	Овладение организаторскими способностями	4	1	3	зачет
9.	Итоговая аттестация. Сдача нормативов.	1		1	зачет
	ИТОГО:	68	5	63	

Содержание программы

Один год обучения, 68 часов:

- Основы знаний - 2 часа;
- Освоение техникой передвижений - 4 часа;
- Освоение техники приемов и передач мяча – 22 часа;
- Освоение техники подачи мяча и приема подач – 18 часов;
- Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий -10 часов;
- Овладение тактикой игры в нападении - 3 часа;
- Овладение тактикой игры в защите - 4 часа;
- Овладение организаторскими способностями - 4 часа;
- Итоговая аттестация. Сдача нормативов -1 час.

Календарный учебный график.

Раздел/месяц (теория/практ.)	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	итого
Раздел 1	2									2
Раздел 2	4									4
Раздел 3	2	8	8	4						22
Раздел 4				4	6	8				18
Раздел 5							7	3		10
Раздел 6								3		3
Раздел 7								2	2	4
Раздел 8									4	4
Раздел 9									1	1
Всего	8	8	8	8	6	8	7	8	7	68

Планируемые результаты

Ожидаемые результаты обучения

Обучающиеся будут знать:

- технику и тактику игры в волейбол;
- строевые команды.

Будут уметь:

- подбирать упражнения по общей физической подготовке (разминке);
- самостоятельно осуществлять практическое судейство игры волейбол;
- организовывать соревнования в группе, в школе, в лагере отдыха;
- вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов;
- участвовать в спартакиаде школы по волейболу.

Предметные результаты: знать

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- правила игры в волейбол;
- места занятий и инвентарь.

Уметь:

- выполнять программные требования по видам подготовки;
- владеть основами техники и тактики волейбола;
- правильно применять технические и тактические приемы в игре.

Метапредметные:

- создание конкурентно-способных команд мальчиков и девочек;
- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- применение полученных навыков в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- снижение количества правонарушений среди подростков.

Личностные:

- трудолюбие;
- добросовестность
- избавление от скованности и сжатости, что дает возможность чувствовать себя уютно во всех сферах деятельности

Оценочные материалы

Формы подведения итогов обучения:

Способом проверки результата обучения являются систематическое наблюдение за учащимися во время практической части занятий, собеседование, устный опрос, выполнение практического задания, тестирование и анкетирование.

Формы аттестации

Результаты образовательной деятельности по программе «Волейбол» отслеживаются путем проведения итоговой аттестации. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в конце учебного года в виде итогового практического зачета по выполнению игровых моментов. По итогам выполнения, которого обучающиеся достигают определенный уровень усвоения знаний и умений в рамках программы.

Уровни усвоения: базовый 0-50%, средний 51-88% , высокий 89-100%.

Методические материалы

Формы обучения и виды занятий: на занятиях преобладает практический вид деятельности. Соотношение теоретического и практического материала.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой.

Структура учебного занятия предполагает следующие этапы:

- подготовительный этап: разминка.
- основной этап (в зависимости от типа занятия): изучение нового материала или закрепление ранее пройденного;
- заключительный этап: подведение итогов занятия, рефлексия.

Реализация данной программы базируется на следующие принципы:

- принцип дидактики
- принцип наглядности
- Принцип сознательности и активности
- Принцип доступности и индивидуализации
- Принцип постепенного наращивания

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Условия реализации программы

Для проведения занятий по программе используется спортивный зал.

Материально техническое обеспечение

- спортивный зал;
- тренажерный зал;
- мячи волейбольные ;
- мячи футбольные;
- мячи баскетбольные;
- спецформа: спортивный костюм.

Кадровое обеспечение

Обучение по программе осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее спортивной направленности, профессиональные знания и умения педагога отвечают

квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах.

Список литературы:

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976.
4. Журнал «Физкультура в школе» №7,8,9. 2003.
5. Журнал «Физкультура в школе» №3. 2006.
6. Журнал «Физкультура в школе» №5,8, 11.2007.
7. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991.
8. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2007.
9. Перльман М. Специальная физическая подготовка волейболистов. Москва, «Физкультура и спорт»1969.
10. Эйнгорн А. Н. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.

