МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОДиректором Кириковской средней школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /О.В. Ивченко/РАССМОТРЕНО Методическим советом МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»»Протокол № 7 от «26» мая 2021 года |  | УТВЕРЖДАЮИ.о. директора МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Е.В. Рихтер/Приказ № 43 - од от «26» мая 2021 года |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«Волейбол»**

**Направленность программы:** физкультурно – спортивная

**Целевая группа**: 11 – 17

**Срок реализации** – 1 год

**Годовое количество часов**: 144 часа

**Количество часов в неделю**: 4 часа

**Уровень**: базовый

**Автор:** Гаврилова Мария Викторовна,

педагог дополнительного образования

МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»

с. Кириково,

2021 г.

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Основой для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Волейбол» являются следующие нормативные документы:

 − Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

− Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

− Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);

 − Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

− Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

− Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

− Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

 − Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

− Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование».

**Направленность программы** физкультурно – спортивная.

 **Актуальность** программы обоснована тем, что государство заинтересовано в формировании здорового образа жизни у подростков. Игра в волейбол – одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия заключают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе секционных занятий у обучающихся формируется потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Благодаря занятиям в секции обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Обучающиеся, успешно освоившие программу секции «Волейбол», смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного уровня.

**Новизна**программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**Отличительной особенностью** дополнительной общеобразовательной программы является ее реализация в формате сетевого взаимодействия, что позволяет обеспечивать возможность освоения обучающимся данной программы  использование ресурсов двух организаций.

**Адресат программы** дети 11-17 лет, включая детей с ОВЗ.

Программа предназначена для обучающихся, интересующимися данным видом деятельности, без предварительной подготовки на общих основаниях.

**Сроки реализации и особенности организации образовательного процесса,** программа рассчитана на 1 год, количество часов в неделю – 4, количество учебных часов по программе – 144.

**Формы и режим занятий**

Продолжительность учебного занятия в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14.

 Для достижения поставленных задач предусматривается отбор основных форм и методов деятельности. В процессе занятий используются различные формы обучения:

**-**очная;

**-** очно – заочная;

**-** дистанционная, в случае ухудшения эпидемиологической ситуации,  с применением дистанционных образовательных технологий (видео уроки и т.п.).

К основным методам обучения относятся:

**-** словесные методы (устное разъяснение теоретического материала, беседы по правилам и судейству игры);

**-** наглядные методы (демонстрация, наблюдение, просмотр видео материалов, схемы, рисунки);

**-** практические методы (практические занятия, физические упражнения, соревнования различного уровня, подвижные игры и эстафеты).

 В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста.

**Цель программы:**сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

**Задачи:**

Обучающие:

**-** обучить техническим приёмам и правилам игры;

**-** обучить тактическим действиям;

**-** обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

**-** обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

**-**развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;

**-** развивать совершенствование навыков и умений игры;

**-** развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

**-** воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;

**-** воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;

**-** воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

**-** воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

**2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Название разделов, темы** | **Количество часов** | **Форма аттестации/****контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Изучение истории ФК и спорта. Знакомство с знаменитыми спортсменами края, района, села. | 2 | 2 | **-** | Беседа |
| 2. | Изучение правил ТБ. Правила соревнований. | 2 | 2 | - | Беседа |
| 3. | ОФП. | 12 | 1 | 11 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 4. | Упражнения для развития силы. | 8 | 1 | 7 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 5. | Упражнения на быстроту. | 6 | 1 | 5 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 6. | Упражнения на выносливость. | 6 | 1 | 5 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 7. | Упражнения на ловкость. | 6 | 1 | 5 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 8. | Развитие морально – волевых качеств. | 6 | 1 | 5 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 9. | Упражнения на гибкость. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 10. | Упражнения для обучения передачи мяча. | 2 | - | 2 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 11. | Упражнения для обучения приема мяча. | 2 | - | 2 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 12. | Упражнения для обучения приема – передачи чередованием. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 13. | Передача мяча в движении. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 14. | Приемы мяча в движении. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 15. | Специальные упражнения для приема – передачи мяча. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 16. | Приемы мяча в волейболе. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 17. | Подачи мяча в волейболе. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 18. | Нападающий удар. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 19. | Передачи мяча стоя спиной к цели. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 20. | Фанты в волейболе | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 21. | Игра в зоне 3. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 22. | Прием мяча отраженного сеткой. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 23. | Прием мяча после подачи. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 24. | Прием мяча после нападающего удара. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 25. | Блокирование нападающего удара. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 26. | Игровые комбинации. | 4 | 1 | 3 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 27. | Повторение изученных приемов. | 14 | 4 | 10 | Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Наблюдение. |
| 28. | Соревнования общешкольные, районные. | 10 | - | 10 | Участие |
| 29. | Встреча с знаменитыми спортсменами села и района. | 4 | 4 | - |  |
|  | **ИТОГО:** | **144** | **34** | **110** |  |

**2.1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА**

**Раздел 1. Вводное занятие.**

*Теория.* Возникновение ФК и спорта. Развитее ФК и спорта в нашем крае, районе и селе. Лучшие спортсмены района и села.

**Раздел 2. Изучение правил ТБ. Правила соревнований.**

***Теория****.* Основные возрастные особенности ФК и спорта.

**Раздел 3. Общая физическая подготовка (ОФП).**

*Теория*. Понятие ОФП. Функции ОФП.

*Практика.*Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперёд и назад, приседания на месте, выпрыгивания, прыжки вверх, общеразвивающие упражнения и др. Эстафета.

**Раздел 4.** **Упражнения для развитие силы.**

*Практика.*Различные варианты подтягиваний, отжиманий, работа с отягощениями др.

**Раздел 5.** **Упражнение на быстроту.**

*Теория.* Быстрота определение.3составляющие быстроту. Методы развития быстроты.

*Практика.*Упражнения на реакцию, на время движения, на частоту выполнения и др.

**Раздел 6.** **Упражнения на выносливость**.

*Теория.*Развитие морально - волевых качеств

*Практика.* Специальные упражнения с увеличением или уменьшением времени и интенсивности выполнения.

**Раздел 7.** **Упражнение на ловкость.**

*Теория.* Ловкость определение. Виды ловкости. Методы развития ловкости.

*Практика.*Упражнения на простую и сложную реакцию. Игровые упражнения.

**Раздел 8.** **Развитие морально - волевых качеств.**

*Теория.* Основы психологической подготовки спортсмена. Воспитание упорства, силы воли, стремления к победе.

*Практика.*Упражнения с использованием максимальных соревновательных нагрузок, игры с элементами единоборства и др.

**Раздел 9.** **Упражнения на гибкость.**

*Теория.* Гибкость определение. Виды гибкости. Методы развития гибкости.

*Практика.*Упражнения на гибкость, стоя, сидя, в наклоне, шпагаты и др.

**Раздел 10.Упражнения для обучения передачи мяча.**

*Практика.*Спецупражнения.

**Раздел 11.** **Упражнения для обучения приема мяча.**

*Практика.*Спецупражнения.

**Раздел 12.Упражнения для обучения приема передачи чередованием.**

*Практика.*Спецупражнения.

**Раздел 13-15**.**Технически правильное выполнение упражнения.**

**Разделы 16-26.Основы тактики.**

*Практика.*Правильное выполнение тактических решений.

**Раздел 27.** Повторение изученных приемов.

*Теория.* Разбор ошибок.

*Практика.*Совершенствование техники выполнения движений.

**Раздел 28.** **Соревнования учениками из других классов и школ.**

*Практика.*Повышение уровня физической подготовки.

**Раздел 29.** **Встреча с знаменитыми спортсменами.**

*Теория.* Беседа гостей с юными спортсменами, советы.

**2.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Перечень разделов, тем** | **Количество часов** | **Дата** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** | **План** | **Факт** |
| **1.** | **Вводное занятие. Изучение истории ФК и спорта. Знакомство с знаменитыми спортсменами края, района, села.** | **2** | **2** | **-** | **02.09.21** |  |
| **2.** | **Изучение правил ТБ. Правила соревнований.** | **2** | **2** | **-** | **07.09.21** |  |
| **3.** | **ОФП.** | **12** | **1** | **11** | **09.09.21-30.09.21** |  |
| ОФП. | 2 | 1 | 1 | 09.09.21 |  |
| ОФП. | 2 | - | 2 | 14.09.21 |  |
| ОФП. | 2 | - | 2 | 16.09.21 |  |
| ОФП. | 2 | - | 2 | 21.09.21 |  |
| ОФП. | 2 | - | 2 | 23.09.21 |  |
| ОФП. | 2 | - | 2 | 28.09.20 |  |
| **4.** | **Упражнения для развития силы.** | **8** | **1** | **7** | **30.09.21 - 12.10.21** |  |
| Упражнения для развития силы. | 2 | 1 | 1 | 30.09.21 |  |
| Упражнения для развития силы. | 2 | - | 2 | 05.10.21 |  |
| Упражнения для развития силы. | 2 | - | 2 | 07.10.21 |  |
| Упражнения для развития силы. | 2 | - | 2 | 12.10.21 |  |
| **5.** | **Упражнения на быстроту.** | **6** | **1** | **5** | **14.10.21-21.10.21** |  |
| Упражнения на быстроту. | 2 | 1 | 1 | 14.10.21 |  |
| Упражнения на быстроту. | 2 | - | 2 | 19.10.21 |  |
| Упражнения на быстроту. | 2 | - | 2 | 21.10.21 |  |
| **6.** | **Упражнения на выносливость.** | **6** | **1** | **5** | **26.10.21 -02.11.21** |  |
| Упражнения на выносливость. | 2 | 1 | 1 | 26.10.21  |  |
| Упражнения на выносливость. | 2 | - | 2 | 28.10.21 |  |
| Упражнения на выносливость. | 2 | - | 2 | 02.11.21 |  |
| **7.** | **Упражнения на ловкость.** | **6** | **1** | **5** | **04.11.21-11.11.21** |  |
| Упражнения на ловкость. | 2 | 1 | 1 | 04.11.21 |  |
| Упражнения на ловкость. | 2 | - | 2 | 09.11.21 |  |
| Упражнения на ловкость. | 2 | - | 2 | 11.11.21 |  |
| **8.** | **Развитие морально – волевых качеств.** | **6** | **1** | **5** | **16.11.21-23.11.21** |  |
|  | 2 | 1 | 1 | 16.11.21 |  |
|  | 2 | - | 2 | 18.11.21 |  |
|  | 2 | - | 2 | 23.11.21 |  |
| **9.** | **Упражнения на гибкость.** | **4** | **1** | **3** | **25.11.21-30.11.21** |  |
| Упражнения на гибкость. | 2 | 1 | 1 | 25.11.21 |  |
| Упражнения на гибкость. | 2 | - | 2 | 30.11.21 |  |
| **10.** | **Упражнения для обучения передачи мяча.** | 2 | - | 2 | 02.12.21 |  |
| **11.** | **Упражнения для обучения приема мяча.** | 2 | - | 2 | 07.12.21 |  |
| **12.** | **Упражнения для обучения приема – передачи чередованием.** | **4** | **1** | **3** | **09.12.21-14.12.21** |  |
| Упражнения для обучения приема – передачи чередованием. | 2 | 1 | 1 | 09.12.21 |  |
| Упражнения для обучения приема – передачи чередованием. | 2 | - | 2 | 14.12.21 |  |
| **13.** | **Передача мяча в движении.** | **4** | **1** | **3** | **16.12.21-21.12.21** |  |
| Передача мяча в движении. | 2 | 1 | 1 | 16.12.21 |  |
| Передача мяча в движении. | 2 | - | 2 | 21.12.21 |  |
| **14.** | **Приемы мяча в движении.** | **4** | **1** | **3** | **23.12.21-28.12.21** |  |
| Приемы мяча в движении. | 2 | 1 | 1 | 23.12.21 |  |
| Приемы мяча в движении. | 2 | - | 2 | 28.12.21 |  |
| **15.** | **Специальные упражнения для приема – передачи мяча.** | **4** | **1** | **3** | **30.12.21-04.12.21** |  |
| Специальные упражнения для приема – передачи мяча. | 2 | 1 | 1 | 30.12.21 |  |
| Специальные упражнения для приема – передачи мяча. | 2 | - | 2 | 04.12.21 |  |
| **16.** | **Приемы мяча в волейболе.** | **4** | **1** | **3** | **06.01.22-11.01.22** |  |
| Приемы мяча в волейболе. | 2 | 1 | 1 | 06.01.22 |  |
| Приемы мяча в волейболе. | 2 | - | 2 | 11.01.22 |  |
| **17.** | **Подачи мяча в волейболе.** | **4** | **1** | **3** | **13.01.22-18.01.22** |  |
| Подачи мяча в волейболе. | 2 | 1 | 1 | 13.01.22 |  |
| Подачи мяча в волейболе. | 2 | - | 2 | 18.01.22 |  |
| **18.** | **Нападающий удар.** | **4** | **1** | **3** | **20.01.22-25.01.22** |  |
| Нападающий удар. | 2 | 1 | 2 | 20.01.22 |  |
| Нападающий удар. | 2 | - | 2 | 25.01.22 |  |
| **19.** | **Передачи мяча стоя спиной к цели.** | **4** | **1** | **3** | **27.01.22-01.02.22** |  |
| Передачи мяча стоя спиной к цели. | 2 | 1 | 1 | 27.01. 22 |  |
| Передачи мяча стоя спиной к цели. | 2 | - | 2 | 01.02.22 |  |
| 20. | **Фанты в волейболе.** | **4** | **1** | **3** | **03.02.22-08.02.22** |  |
| Фанты в волейболе. | 2 | 1 | 1 | 03.02.22 |  |
| Фанты в волейболе. | 2 | - | 2 | 08.02.22 |  |
| **21.** | **Игра в зоне 3.** | **4** | **1** | **3** | **10.02.22-15.02.22** |  |
| Игра в зоне 3. | 2 | 1 | 1 | 10.02.22 |  |
| Игра в зоне 3. | 2 | - | 2 | 15.02.22 |  |
| **22.** | **Прием мяча отраженного сеткой.** | **4** | **1** | **3** | **17.02.22-22.02.22** |  |
| Прием мяча отраженного сеткой. | 2 | 1 | 1 | 17.02.22 |  |
| Прием мяча отраженного сеткой. | 2 | - | 2 | 22.02.22 |  |
| **23.** | **Прием мяча после подачи.** | **4** | **1** | **3** | **24.02.22-01.02.22** |  |
| Прием мяча после подачи. | 2 | 1 | 1 | 24.02.22 |  |
| Прием мяча после подачи. | 2 | - | 2 | 01.03.22 |  |
| **24.** | **Прием мяча после нападающего удара.** | **4** | **1** | **3** | **03.03.22-08.03.22** |  |
| Прием мяча после нападающего удара. | 2 | 1 | 1 | 03.03.22 |  |
| Прием мяча после нападающего удара. | 2 | - | 2 | 08.03.22 |  |
| **25.** | **Блокирование нападающего удара.** | **4** | **1** | **3** | **10.03.22-15.03.22** |  |
| Блокирование нападающего удара. | 2 | 1 | 1 | 10.03.22 |  |
| Блокирование нападающего удара. | 2 | - | 2 | 15.03.22 |  |
| **26.** | **Игровые комбинации.** | **4** | **1** | **3** | **17.03.22-22.03.22** |  |
| Игровые комбинации. | 2 | 1 | 1 | 17.03.22 |  |
| Игровые комбинации. | 2 | - | 2 | 22.03.22 |  |
| **27.** | **Повторение изученных приемов.** | **14** | **4** | **10** | **24.03.22-19.04.22** |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | 1 | 1 | 24.03.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | - | 2 | 31.03.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | 1 | 1 | 05.04.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | - | 2 | 07.04.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | 1 | 1 | 12.04.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | - | 2 | 14.04.22 |  |
| Повторение изученных приемов. | 2 | 1 | 1 | 19.04.22 |  |
| **28.** | **Соревнования общешкольные, районные.** | **10** | **-** | **10** | **21.04.22-29.04.21** |  |
| Соревнования общешкольные, районные. | 2 | - | 2 | 21.04.22 |  |
| Соревнования общешкольные, районные. | 2 | - | 2 | 26.04.22 |  |
| Соревнования общешкольные, районные. | 2 | - | 2 | 28.04.22 |  |
| Соревнования общешкольные, районные. | 2 | - | 2 | 03.05.22 |  |
| Соревнования общешкольные, районные. | 2 | - | 2 | 05.05.22 |  |
| **29.** | **Встреча с знаменитыми спортсменами села и района.** | **4** | **4** | **-** | **10.05.22-13.05.22** |  |
| Встреча с знаменитыми спортсменами села и района. | 2 | 2 | - | 10.05.22 |  |
| Встреча с знаменитыми спортсменами села и района. | 2 | 2 | - | 13.05.22 |  |
|  | **ИТОГО** | **144** | **34** | **110** | **02.09.22-13.05.22** |  |

**3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

*знать:*

-что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;

*-* как правильно распределять свою физическую нагрузку;

**-** правила игры в волейбол;

**-** правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;

**-** правила проведения соревнований.

*уметь:*

**-** проводить специальную разминку для волейболиста

**-** овладеют основами техники волейбола;

**-** овладеют основами судейства в волейболе;

**-** вести счет.

Разовьют следующие качества:

**-** улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;

**-** улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;

**-** повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;

**-** коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

**-** понимать задачи, поставленные педагогом;

**-** знать технологическую последовательность выполнения работы;

**-** правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

**-** развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

**-** учиться работать в коллективе;

**-** проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

**4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Год обучения**  | **Дата начала занятий** | **Дата окончания занятий** | **Количество учебных недель** | **Количество учебных дней** | **Количество учебных часов** | **Режим занятий** | **Сроки проведения итоговой аттестации** |
| 1 | 2021-2022 уч. год | 01.09.2021г. | 31.05.2022г. | 36 уч. недель | 72 | 144 | 30 минут/перерыв 10 минут/ 30 минут | Апрель-май |

**5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

 Для успешной реализации программы необходимы:

 Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно­гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 18-20 человек. Для проветривания помещений должны быть предусмотрены форточки. Проветривание помещений происходит в перерыве между занятиями.

Общее освещение кабинета лучше обеспечивать люминесцентными лампами в период, когда невозможно естественное освещение.

Техническое оснащение: проектор, экран, видео – диски, магнитофон, компьютер.

 Рабочие столы и стулья должны соответствовать ростовым нормам.

Специальное оборудование: мячи, сетка в/б, свисток, мячи теннисные, медицинская аптечка.

 Информационное обеспечение не предусмотрено.

 Кадровое обеспечение организации программы – занятия ведет педагог дополнительного образования.

**6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

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

Критерии выставления оценки «зачтено»:

 Оценки «зачтено» заслуживает учащийся, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.

 Оценка «зачтено» выставляется учащимся, показавшим полное знание учебного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, демонстрирующие систематический характер знаний по предмету.

 Оценкой «зачтено» оцениваются учащиеся, показавшие знание основного учебного материала в минимально необходимом объеме, справляющихся с выполнением заданий, предусмотренных программой, но допустившим погрешности при выполнении контрольных заданий, не носящие принципиального характера, когда установлено, что учащийся обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством педагога.

Критерии выставления оценки «не зачтено»:

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

**7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

Литература, рекомендуемая для обучающихся и родителей по данной программе:

1.Родиченко, В.С. Твой олимпийский учебник: учебное пособие/ В.С. Родиченко. – М.: ФиС, 2005. – 144 с.

2. Клещев, Ю.Н. Юный волейболист: учебное пособие/ Ю.Н. Клещев. – М.: Физкультура и спорт, 1989.

3.Фурманов, А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе: учебное пособие/ А.Г. Фурманов. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса:

1.Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., – М.: «Физкультура, образование, наука», 2000.

2.Железняк, Ю. Д. «Юный волейболист»: учебное пособие для тренеров/ Ю.Д. Железняк. – М.: «Физкультура и спорт», 1988.

3. Железняк, Ю. Д. «Подготовка юных волейболистов»: учебное пособие для тренеров/ Ю.Д. Железняк. – М.: Просвещение, 1989.

4.Ивойлов, А. В. Волейбол: учебное пособие для тренеров/ А.В. Ивойлов. – Мн.: Выш. школа, физ. Воспитания, 1979.

5.Ковалев, В.Д. Спортивные игры./ В.Д. Ковалев. – М., 1988

6. Чехов, Ю.О. Основы волейбола./ Ю.О. Чехов. – М.: ФИС, 1979