

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Червленно-Узловская средняя общеобразовательная школа"**

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 8
от «18» 05 2024 г

Утверждена приказом № 70
от «30» 05 2024 г.
Директор МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»
_____ А.М.Осмаев



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Клуб волейболистов»
Направленность программы – физкультурно-спортивная;**

Возрастная категория участников: 14-17 лет

Срок реализации: 12 дней

Составитель:
педагог дополнительного образования-
Батаев Магомед Ибрагимович

ст. Червленная-Узловая
2024г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в
Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении "Червленно-
Узловская средняя общеобразовательная школа»

Экспертное заключение (рецензия) № 1 от «31» 05 2024г.

Эксперт зам. по ВР Фругова М.М.
(Ф.И.О. должность)

Содержание

Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Нормативно правовая база к разработке программы.
- 1.2. Направленность программы.
- 1.3. Актуальность программы.
- 1.4. Отличительные особенности.
- 1.5. Цели и задачи программы.
- 1.6. Категория учащихся.
- 1.7. Сроки реализации и объем программы.
- 1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
- 1.9. Планируемые результаты освоения программы.

Раздел №2. Содержание программы.

- 2.1. Учебный (тематический план).
- 2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий.

- 4.1. Материально технические условия.
- 4.2. Кадровое обеспечение программы.
- 4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Приложение №1 «Календарно-тематическое планирование»

Приложение №2 «Оценочные материалы».

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
2. Приказ от 27 июля 2022 г. n 629 об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
3. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
7. Приказ Министерства просвещения РФ №1065 от 13.09.2013г. «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»;

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Клуб волейболистов» имеет физкультурно-спортивную направленность и нацелена на организацию работы групп детей в возрасте 14-17 лет в условиях работы летних площадок в летний каникулярный период. Она предусматривает проведение теоретических и практических тренировочных занятий и участие в соревнованиях.

1.3. Актуальность программы.

Волейбол является наиболее доступным, следовательно, массовым средством физического развития и укрепления здоровья, волейболом занимаются все. Эта игра пользуется популярностью у людей различного возраста, в том числе и у детей школьного возраста. Успех в поединке может принести только оптимальное решение тактической задачи, которую поставил противник или же поставлена задача ему самому. Каждый волейболист обязан эффективно действовать в нападении и защите и для чего необходимо совершенствовать умение тактически правильно действовать в наиболее важной для исхода игры игровой ситуации.

1.4. Отличительные особенности.

Данная программа разработана на основе программы тренера-преподавателя Парушкина Владислава Игоревича «Бокс» (базовый уровень). Отличительной

особенностью программы является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Занятия по ней позволяют объединять мальчиков и девочек в одну группу. Использование ИКТ помогает более точно отслеживать текущую успеваемость и проводить отбор для перехода на следующий этап обучения. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

1.5. Цель и задачи программы.

Обучить детей базовым приемам игры в «Волейбол» (тактика, стратегия) посредством вовлечения в работу летней площадки МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»

Задачи:

Обучающие:

1. изучить основы техники и тактики игры «Волейбол»;
2. обучить необходимым теоретическим знаниям;
3. обучить основным принципам ЗОЖ;

Развивающие:

1. способствовать развитию тактического мышления, смекалки, изобретательности;
2. способствовать развитию умения самостоятельно принимать ответственные решения;
3. содействовать развитию физической выносливости;

Воспитательные:

1. формировать у обучающихся организаторские навыки;
2. воспитать общую культуру поведения (основ гигиены, этикет).
3. воспитать трудолюбие и взаимоуважение

1.6 Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей среднего и старшего школьного возраста от 14 до 17 лет.

1.7 Сроки реализации и объем программы.

Программа рассчитана на 12 дней.

Объем программы-22 часа.

1.8 Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Форма занятий - физические упражнения (разминка, специальные упражнения, игровые спарринги), беседы по правилам и судейству соревнований.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;

- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Режим занятий: Занятия проводятся 4 дня в неделю по 2 часа.

1.9 Планируемые результаты и способы их проверки.

Предметные:

По итогам обучения по программе обучающиеся будут знать/уметь:

1. основы техники и тактики игры «Волейбол»;
2. необходимые теоретическим знаниям;
3. обучить основные принципам ЗОЖ;

Метапредметные:

По итогам обучения по программе обучающиеся будут уметь:

1. использовать тактическое мышление, смекалку, изобретательность;
2. самостоятельно принимать ответственные решения;
3. правильно распределять свои физические способности;

Личностные:

У обучающихся будут сформированы:

1. организаторские навыки;
2. культура поведения (основ гигиены, этикет).
3. трудолюбие и взаимоуважение

Раздел №2. Содержание программы.

2.1 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела/ модуля	Общее количество часов	В том числе			Формы аттестации и контроля
			Теория	Практика	Проектная деятельность	
1.	Вводное занятие, инструктаж по ТБ. Ознакомление с планом работы ЛП.	2	2			
	«Физкультура-это здорово»	6	2	4	-	
2.	Понятие и функция ОФП.	2	2	-	-	Беседа, опрос
3.	Легкоатлетические упражнения	2	-	3	-	Наблюдение в процессе тренировок
4.	Подвижные игры	2	-	3	-	Наблюдение в процессе тренировок
	«Технико-тактическая подготовка»	8	4	6		
5.	Командные действия	2	1	1	-	Опрос/наблюдение
6.	Техника передвижения и стоек	2	1	1	-	Опрос/наблюдение
7.	Техника приёма и передач мяча сверху и с низу.	2	-	2	-	Наблюдение
8.	Нападающие удары	2	-	2	-	Наблюдение в процессе тренировок
9.	Игра у сетки	2	-	2	-	Наблюдение в процессе тренировок
10.	Переход от защиты к атаке	2	-	2	-	Наблюдение в процессе тренировок
	«Лучше всех»	4	2	2		
11.	Обобщение пройденного материала	2	2	-	-	Опрос
12.	Итоговые соревнования по волейболу	2	-	2	-	Опрос/наблюдение
	Итого:	24	8	16		

2.2. Содержание учебного плана

Раздел №1 «Физкультура-это здорово» (8) ч.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: - ознакомление с планом работы ЛП, инструктаж по ТБ.

Практика: -

Тема 2. Понятие и функция ОФП.

Теория: система занятий физическими упражнениями, направленная на развитие всех физических качеств.

Практика:

Тема 3. Легкоатлетические упражнения.

Теория:

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

Тема 4. Подвижные игры.

Теория:

Практика: «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты.

Раздел №2 «Технико-тактическая подготовка» (12) ч.

Тема 1. Командные действия.

Теория: значение командной работы в Волейболе.

Практика: Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тема 2. Техника передвижения и стоек.

Теория: -виды стоек в волейболе

Практика: отработка движений на спортивной площадке

Тема 3. Техника приёма и передач мяча сверху и с низу.

Теория: разбор техника приема и передач мяча в волейболе.

Практика: отработка движений на спортивной площадке

Тема 4. Нападающие удары

Теория:

Практика: отработка прямого нападающего удара сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1,2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Раздел №3 «Лучше всех» (4) ч.

Тема №1 Обобщение пройденного материала

Теория: обобщение пройденного теоретического материала.

Практика:

Тема №2 Работа над ошибками (участие в соревнованиях)

Теория:

Практика: отработка практических навыков, участие в районных соревнованиях.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Виды контроля:

Данная программа не предполагает промежуточной или итоговой аттестации учащихся. Оценивание уровня освоения программы происходит по окончании курса, результатом участия в соревнованиях и конкурса по направленности.

Формы проверки результатов:

- наблюдение за детьми в процессе работы;
- соревнования;

Формы подведения итогов:

- сдача нормативов
- товарищеские матчи;

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

По технической подготовке

Этап начальной подготовки.

- 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.

Учебно-тренировочный этап.

- Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4.
- Подача верхняя прямая на точность.
- Подача в прыжке на точность (в правую и левую половины площадки).
- Прием подачи и первая передача из глубины площадки в зону 2.
- Нападающий удар прямой:
 - ✓ из зоны 4 в зоны 4 и 5 с высоких и средних передач;
 - ✓ из зоны 3 в зоны 4 и 5;
 - ✓ из зоны 2 в зоны 1 и 2.
- Нападающий удар с переводом из зоны 4 в зону 1, из зоны 2 в зону 5.
- Одиночное блокирование прямого удара по ходу.

По физической подготовке

Этапы начальной подготовки и учебно-тренировочной.

- Бег 30 м.
- Бег с изменением направления (5х6 м).
- Прыжок в длину с места.
- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.
- Бег 92 м с изменением направления («елочка»).
- Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами.

По игровой подготовке

Этап начальной подготовки.

- Мини-волейбол (по специальным правилам).
- Волейбол 2х2, 3х3, 4х4, 6х6.
- Учебно-тренировочный этап. Волейбол 2х2, 3х3, 4х4, 6х6.

Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Мальчики
1	2	4
1.	Бег 20 м с высокого старта (с)	3,9
2.	Бег 20 м (6х5) (с)	9,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	130
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м) в прыжке с места (м)	4,0 6,5

Формой подведения итогов являются также: тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы.

Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий.**4.2. Кадровое обеспечение программы.**

Программа может быть реализована одним педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие.	Беседа	Словесные (беседа, инструктаж, история, игры – знакомства)	Инструкция по технике безопасности	ноутбук, проектор, интерактивная доска,	Опрос
2.	Понятие и функция ОФП.	Лекция	Словесные (беседа, инструктаж, история, игры – знакомства)	Плакаты	ноутбук, проектор, интерактивная доска, презентация по теме	Опрос
3.	Легкоатлетические упражнения	Практика	Наглядные-практические методы	https://pandia.ru/text/81/298/79894.php	Спортивные снаряды, волейбольные мячи.	Наблюдение

4.	Подвижные игры	Комб	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные методы.	https://vuzlit.ru/350304/znamenie_tehnikeskoy_podgotovki_volleybol_e	Спортивные снаряды.	Беседа-опрос.
5.	Командные действия	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-osnovam-obucheniya-tehniki-priemov-i-podach-v-volleybole-9522	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь.	Наблюдение, консультация
6.	Техника передвижения и стоек	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	https://helperia.ru/a/tehnika-i-taktika-volleybola-teorija	ноутбук, проектор, интерактивная доска, презентация по теме, волейбольные мячи, спортивный инвентарь.	Опрос
7.	Техника приёма и передач мяча сверху и с низу.	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/concept/280612/	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь	Наблюдение/опрос
8.	Нападающие удары	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-volleybole	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь	Наблюдение/опрос
9.	Игра у сетки	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-volleybole	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь	Наблюдение/опрос
10.	Переход от защиты к атаке	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические	https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь	Наблюдение/опрос

			методы	<u>voleybole</u>		
11.	Обобщение пройденного материала	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	Презентация по теме,	раздаточный материал.	Опрос, беседа
12.	Работа над ошибками (участие в соревнованиях)	Комб.	Словесные (беседа, инструктаж, история, наглядные и практические методы	Положение соревнований	Спортивный зал образовательной организации, волейбольные мячи, спортивный инвентарь	Наблюдение

Список литературы:**Литература для обучающихся:**

1. Клещёв Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист, -М.: ФиС, 1979.
2. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. - М.: Просвещение, 1999.
3. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любомирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. - М. : Просвещение, 1998.
4. Юный волейболист. Железняк Ю.Д. - М.: ФиС, 1988.

Литература для учителя:

1. Ахмеров Э.К. Волейбол для начинающих. - Минск: Полымя, 1985.
2. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2002.
3. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд.- М.: Физкультура и спорт, 2005. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т. Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2002.
4. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт.
5. Железняк Ю.Д., Слупский Л. Н. Волейбол в школе: Пособие для учителей -М.: Просвещение, 1989.
6. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
7. Официальные правила волейбола 2001-2004 гг.- М.:ВФВ, Терра-Спорт, 2001.
8. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. - М.: Физкультура и спорт,

Интернет ресурсы:

1. <https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-osnovam-obucheniya-tehniki>
2. <https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v->
3. <https://fb.ru/article/380806/sportivnyie-podvijnyie-igryi-vidyi-klassif>

**Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей краткосрочной программе
«Клуб волейболистов»**

№ п/п	Месяц	Чи сл о	Время проведен ия занятий	Форма занятия	Кол -во часо в	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел №1 «Физкультура-это здорово» (8) ч.								
1.	Июль	15. 07.	10:00-10:45	Комб.	1	Понятие и функция ОФП.	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Опрос
2.	Июль	16. 07	10:00-10:45	Беседа, самостоят ельная работа	1	Гимнастические упражнения	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Опрос,
3.	Июль	17. 07	10:00-10:45	Практика	1	Легкоатлетическ ие упражнения	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Опрос
4.	Июль	18. 07	10:00-10:45	Практика	1	Подвижные игры	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Опрос. физическ ие упражнен ия
Раздел №2 «Технико-тактическая подготовка» (8) ч.								
5.	Июль	22. 07	10:00-10:45	Практика	1	Командные действия	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Показ.Тре нировочн ые упражнен ия. Работа в группах. Учебная игра
6.	Июль	23. 07	10:00-10:45	Практика	1	Техника передвижения и стоек	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Показ.Тре нировочн ые упражнен ия. Работа в группах. Учебная игра
7.	Июль	24. 07	10:00-10:45	Практика	1	Техника приёма и передач мяча сверху и с низу.	МБОУ «Червленно- Узловская СОШ»	Показ.Тре нировочн ые упражнен ия. Работа в группах. Учебная игра

8.	Июль	25. 07	10:00-10:45	Практика	1	Нападающие удары	МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
9.	Июль	29. 07	10:00-10:45	Практика	1	Игра у сетки	МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
10.	Июль	30. 07	10:00-10:45	Практика	1	Переход от защиты к атаке	МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»	Показ.Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
«Лучше всех» (4)ч.								
11.	Июль	31. 07	10:00-10:45	Практика	1	Обобщение пройденного материала	МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»	Игра, Соревнования
12.	Август	01. 08	10:00-10:45	Практика	1	Работа над ошибками (участие в соревнованиях)	МБОУ «Червленно-Узловская СОШ»	Игра, Соревнования

Оценочные материалы.**Вопросы к тестированию (жесты судьи):**

1. Что означает жест судьи?
 - а). Сетка задета игроком. б). Разрешение на подачу. в). Заступ средней линии игроком.
2. Что означает жест судьи?
 - а). Вне игры. б). Мяч ушёл за пределы площадки. в). Ошибка блокировки
3. Что означает жест судьи?
 - а). замена игрока б). Разрешение на подачу. в). жест в сторону команды которая должна подавать.
4. Что означает жест судьи?
 - а). Разрешение на подачу. б). жест в сторону команды которая должна подавать. в). Сетка задета игроком.
5. Что означает жест судьи?
 - а). смена площадок б). Разрешение на подачу. в). Замена игрока
6. Что означает жест судьи?
 - а). Сетка задета игроком. б). Разрешение на подачу. в). Тайм-аут
7. Что означает жест судьи?
 - а). замена игрока б). смена площадок в). Конец партии
8. Что означает жест судьи?
 - а). замечание за неправильное поведение б). предупреждение за неправильное поведение в). Дисквалификация.
9. Что означает жест судьи?
 - а) замечание за неправильное поведение б) предупреждение за неправильное поведение в) удаление
10. Что означает жест судьи?
 - а). задержка при подаче б). конец партии в). Ошибка при переходе
11. Что означает жест судьи?
 - а). Сетка задета игроком. б). Разрешение на подачу. в). Задержка при подаче
12. Что означает жест судьи?
 - а). ошибка при переходе б). Разрешение на подачу. в). Ошибка при блокировании и заслон
13. Что означает жест судьи?
 - а). замена игрока б). смена площадок в). ошибка при переходе
14. Что означает жест судьи?
 - а). два тайма б). двойное касание в). Два очка
15. Что означает жест судьи?
 - а). четыре удара б). четыре очка в). Задержка при подаче