

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования спортивная школа № 1

города Новошахтинска
(МБУ ДО СШ № 1)

Принята

на заседании педагогического совета
протокол № 02 от 17.05.2023 г.

Утверждена:

Директор МБУ ДО СШ № 1

Е.А. Тимошенко

Приказ № 67 от 18.05.2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности по волейболу
на 2023-2024 учебные годы.**

ID-номер программы в

АИС «Навигатор» _____

Уровень программы: ознакомительный/
стартовый

Вид программы: типовая

Возраст обучающихся: 9-11 лет

Срок реализации: 1 год (180 часов)

Форма обучения: очная

Условия реализации программы:
социальный сертификат

Разработчик программы:

Садыкова Ирина Геннадьевна
тренер-преподаватель по волейболу

г. Новошахтинск

2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
	1.1 Нормативная база.....	3
	1.2 Направленность программы.....	4
	1.3 Актуальность программы	4
	1.4 Отличительные особенности программы.....	5
	1.5 Объем и сроки освоения программы	5
	1.6 Цель и задачи программы	5
	1.7 Методы обучения	6
	1.8 Формы обучения и режим занятий.....	6
II.	УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	7
	2.1 Учебный план.....	7
	2.1.1 Содержание учебного плана.....	7
	2.2 Календарный учебный график.....	12
III.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	13
	3.1 Условия реализации программы.....	13
	3.2 Формы контроля и аттестации.....	13
	3.3 Планируемые результаты.....	15
IV.	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	17
V.	ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ.....	20
VI.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	22
VII.	ПРИЛОЖЕНИЕ.....	23
	Приложение 1.....	23

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Нормативная база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основе и с учетом:

1. Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее – ФЗ № 273).
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 г.).
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (далее – Концепция).
5. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ №629).
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (далее – Приказ № 816).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.).
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению

безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

13. Методические рекомендации по оформлению и подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Регионального модельного центра Ростовской области 2023 года.

14. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы № 1 города Новошахтинска и иные локальные акты, регламентирующие деятельность учреждения по реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Волейбол - олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия волейболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в волейбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения предмета «Волейбол» у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки 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.

1.2 Направленность программы

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных волейболистов. При разработке программы были использованы опыт обучения и тренировки юных волейболистов, результаты научных исследований по вопросам медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики и физиологии, гигиены и психологии.

1.3 Актуальность программы

Игра в волейбол является одним из самых демократичных и массовых видов спорта. В волейбол могут играть как дети младших возрастов, так и люди довольно зрелого возраста. Как мужчины, так и женщины. Для этой игры не требуется дорогостоящего инвентаря, достаточно иметь мяч, сетку и небольшую площадку. Играть можно на небольшой площадке, так и вне. Например, в кругу, на отдыхе. Как вшестером, командой, так и в паре, тройке и т.д. Из-за зрелищности спортивных соревнований, эмоциональности и доступности практически людям всех возрастов, игра привлекает всё больше и

больше поклонников. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта. Это же и подчёркивает оздоровительный характер. Эту игру любят и играют в неё миллионы людей.

1.4 Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности волейболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий.

Программа организована согласно содержанию и соответствует «ознакомительному» уровню сложности.

1.5 Объем и срок освоения программы

Учебная программа построена с учетом возрастных особенностей, занимающихся в группе. Возраст обучающихся детей 9-11 лет. Продолжительность учебного года – 45 недель . Количество академических часов в году – 180 (при 2 разовых занятиях в неделю).

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по волейболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, а не на подготовку мастеров высокого класса, выявление и поддержку одаренных детей.

1.6 Цель и задачи программы

Цель программы - подготовка физически крепких и развитых духовно юных спортсменов, готовых к социально-значимым видам деятельности. А также популяризация и развитие волейбола с целью организации досуга.

Задачи программы:

Образовательные

1. формирование двигательных качеств;
2. получение новых знаний.
3. обучение игре в волейбол (техника, тактика).

Развивающие

1. развитие физических навыков;
2. закаливание;
3. развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
4. развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики волейбола.

Воспитательные

1. воспитание интереса детей к спорту и приобщение их волейболу;
2. воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-волейбол) воспитание силы воли, самоорганизованности, дисциплины.

1.7 Методы обучения

1. Словесные методы (устное разъяснение теоретического материала);
2. Наглядные методы (демонстрация, наблюдение, просмотр видео материалов, раскадровка, схемы, рисунки);
3. Практические (самостоятельные работы)

1.8 Формы обучения и режим занятий.

Форма обучения по программе «Волейбол» - очная. Основной формой организации образовательного процесса является учебно-тренировочные занятия и соревнование. Эти формы являются наиболее эффективны в плане подготовки и обучения. Учебно-тренировочные занятия по программе «Волейбол» проходят периодичностью 2 раза в неделю.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2.1. Учебный план

№	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Общие основы волейбола. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Правила игры	4	4	-
2.	Общая физическая подготовка	50	4	46
3.	Специальная физическая подготовка	34	4	30
4.	Техническая подготовка	30	4	26
5.	Тактическая подготовка	30	4	26
6.	Игровая подготовка	28	4	24
7.	Контрольные нормативы	4	-	4
8.	Общее количество часов в год	180	24	154

2.1.1. Содержание учебного плана

Материал программы дается в трех разделах:

1. Основы знаний;
2. Общая и специальная физическая подготовка;
3. Специальная техническая и тактическая подготовка, игровая подготовка.

Раздел 1.

Теоретические сведения – 4 часа

•История развития волейбола, и его роль в современном обществе. История зарождения волейбола в мире, СССР и России. Олимпийское движение в волейболе.

- Правила и техника безопасности на занятиях по волейболу.

- Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.
- Основные термины и понятия в волейболе.
- Волейбол и его применение в адаптивной физической культуре.
- Техническая и тактическая подготовка в волейболе. Основные технические приемы игры в волейболе: стойки, подачи, нападающие удары, передвижения.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Физическая подготовка волейболиста, направленное развитие физических качеств.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Подготовка места для занятий по волейболу, размеры игровой площадки, инвентарь - Правила игры в волейбол.
- Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств в волейболе.
- Тактическая подготовка в волейболе.
- Подведение итогов года.

Раздел 2.

Общая и Специальная физическая подготовка

Общая физическая подготовка – 50 часов

- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.
- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч в воздухе», «Мяч через сетку».

Специальная физическая подготовка – 34 часа

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.

- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).

- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).

- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.

- Упражнения для развития чувства мяча.

- Подбрасывания и отбивание мяча на месте, в движении, бегом.

- Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег.

- Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах.

- Упражнения для развития силы кисти.

- Упражнения для развития быстроты.

- Упражнения для развития ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности.

- Упражнения на расслабление.

Раздел 3. Специальная техническая и тактическая подготовка, игровая подготовка.

Техническая подготовка – 30 часов

- Освоение техники передвижений:

- стойка игрока

- перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед - ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.) - Освоение техники приемов и передач мяча:

- передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений

- передачи над собой, перед собой

- во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

- передачи мяча в прыжке через сетку.

- передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели

- передачи мяча в парах в движении

- передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

- Освоение техники подачи и приема подач мяча:

- верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии

- верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку

- прием подачи через сетку

- верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам

- верхняя прямая подача в прыжке - прием подачи в зону 3.

- Освоение техники прямого нападающего удара:

- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

- нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3

- нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4

- прямой нападающий удар при встречных передачах

- Защитные действия.

- Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое).
Страховка.

Тактическая подготовка – 30 часов

- Правила игры в волейбол.

- Значение тактической подготовки в волейболе.

- Выполнение подач в определенные зоны.

- Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4.

- Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.

- Выбор способа приема мяча.

- Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.
- Система игры в защите «углом вперед».

Игровая подготовка – 28 часов

- Обучение основным приемам техники и тактическим действиям игры.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами волейбола.
- Учебно-тренировочная игра в волейбол с привлечением к судейству обучающихся.
- Учебная игра в волейбол с заданиями.

Товарищеские встречи со сборными командами других школ.

Контрольные нормативы –4 часа

Промежуточная аттестация проводится в конце 1 полугодия и предполагает зачет в форме сдачи нормативов 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 в конце года с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения, а также перевода учащихся на следующий этап обучения.

1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).
2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)
3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)
4. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)
5. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)
6. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)

7. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)
8. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)
9. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)

2.2. Календарный учебный график.

Годовой календарный учебный график муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы № 1 является приложением к образовательной программе (приложение № 1), разрабатывается ежегодно и утверждается приказом директора учреждения.

- дата начала учебного года – 1 сентября;
- дата окончания учебного года – 14 июля;
- количество учебных недель – 45 недель в условиях спортивной базы образовательного учреждения ;
- количество учебных дней – 90 (в зависимости от режима занятий);
- количество учебных часов – 180 часа;
- режим занятий – 2 раза в неделю.

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Условия реализации программы

3.1.1. Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходимы:

1. Помещение (спортивный зал), отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 20-30 человек. Для проветривания помещений должны быть предусмотрены форточки. Проветривание помещений происходит в перерыве между занятиями.

2. Спортивный инвентарь (Мячи, Сетка в/б, Свисток)

3.1.2. Кадровое обеспечение: тренер-преподаватель имеет высшее профессиональное (спортивное) образование, регулярно (1 раз в 3 года) проходит курсы повышения квалификации, курсы оказания первой медицинской помощи.

3.1.3. Форма организации занятий: групповая.

3.1.4. Основной формой проведения занятий является традиционная форма, включающая в себя теоретические и практические аспекты (тренировки).

3.2 Формы контроля и аттестации

В результате освоения программы происходит развитие личностных качеств, общекультурных и специальных знаний, умений и навыков, расширение опыта творческой деятельности. Контроль или проверка результатов обучения является обязательным компонентом процесса обучения: контроль имеет образовательную, воспитательную и развивающую функции.

Вводный контроль: проводится тренером-преподавателем с целью выявления способностей обучающихся.

Текущий - это систематическая проверка усвоения знаний, умений, навыков на каждом занятии. Тематический контроль оперативен, гибок, разнообразен по методам и формам (устный, письменный, наблюдение, проигрывание).

Периодический контроль - осуществляется после изучения крупных разделов программы.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года.

Кроме знаний, умений и навыков, содержанием проверки достижений является социальное и общепсихологическое развитие обучающихся, поскольку реализация программы не только формирует знания, но и воспитывает и развивает. Содержанием контроля является также сформированность мотивов

учения и деятельности, такие социальные качества, как чувство ответственности, моральные нормы и поведение (наблюдение, диагностические методики).

Формы контроля и подведение итогов реализации программы

Контрольные испытания

Общезначительная подготовка

Бег 30 м б х 5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии -стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Техническая подготовка

Испытания на точность передачи. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи - рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки - не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытание на точность передачи через сетку. На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 — размером 2 х 1, в зоне 1 и в зоне 6 - размером 3 х 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на точность подачи. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 и 1-2 (размером 6 х 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3 х 3 м. Каждый учащийся исполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах - 5 попыток).

Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4,2.

Испытание в защитных действиях (“защита зоны”). Испытуемый находится в зоне G в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, учащийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Учащийся должен применить все изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки - первый год обучения -5; второй год обучения - 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения - 15, второй год обучения - 20.

Тактическая и интегральная подготовка.

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с 14-16 лет - 15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

3.3. Планируемые результаты.

Предметные

Обучающийся научится:

1. Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
2. Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
3. Определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
4. Использовать игру и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
5. Подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма; физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их

последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

6. Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

7. Тестировать показатели физического развития, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

8. Взаимодействовать со сверстниками в условиях тренировочной деятельности освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности

9. Выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

10. Выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Метапредметные

1. Овладеет широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

2. Овладеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в тренировочной деятельности.

Личностные

1. Овладеет навыками выполнения разнообразных физических упражнений, а также будет применять их в игровой и соревновательной деятельности;

2. научится максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической подготовке.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Раздел	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	беседы	литература по теме	наглядные пособия	
2. Общая физическая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование. 	<ul style="list-style-type: none"> - литература по теме; - слайды; - карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> - скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - перекладины; - мячи; 	контрольные нормативы по ОФП
3. Специальная физическая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование 	<ul style="list-style-type: none"> - литература по теме; - слайды; - карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> - скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - перекладины; - мячи; 	контрольные нормативы по СФП

<p>4. Техническая подготовка</p>	<p>Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельн ые занятия; - тестирование; - турнир.</p>	<p>- литература по теме; - слайды; - видеоматериал ы; - карточки с заданием.</p>	<p>- волейбольные мячи; - волейбольная сетка;</p>	<p>- контрольные нормативы; - учебно- тренировочная игра; - помощь в су действе.</p>
<p>5-6. Тактическая и интегральная подготовка</p>	<p>Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельн ые занятия; - тестирование; - турнир.</p>	<p>- литература по теме; - слайды; - видеоматериал ы; - карточки с заданием.</p>	<p>- волейбольные мячи; - волейбольная сетка;</p>	<p>- контрольные нормативы; - учебно- тренировочная игра;</p>

<p>7. Контрольные испытания</p>	<p>Практикум: - самостоятельн ые занятия; - тестирование;</p>	<p>- карточки с заданием.</p>	<p>- скакалки; - гимнастическ ая стенка; - гимнастическ ие маты; - перекладины; - мячи;</p>	<p>- контрольные нормативы; - помощь в су действе.</p>
---	---	-----------------------------------	---	--

V. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

В сфере дополнительного образования нет и не может быть единых образовательных стандартов, в соответствии с которыми можно было бы проверить «уровень обученности» детей в одном из направлений образовательной деятельности. Это определено целевым предназначением учреждений дополнительного образования. Следовательно, образовательная программа является главным документом педагога дополнительного образования, а стандарт для каждого педагога – результаты освоения его учащимися образовательных программ. Поэтому в каждой образовательной программе должны быть определены результаты обучения, воспитания и развития ребенка на каждый год обучения, которые и могут служить определенным стандартом для каждой конкретной образовательной программы в выявлении реальных достижений учащихся детского объединения, а также формы и методы педагогической диагностики. Таким образом, у каждого педагога дополнительного образования должны быть документы, подтверждающие результат освоения образовательной программы.

5.1. Диагностика результатов дополнительной общеобразовательной программы

5.1.1. Для того, чтобы определить качество результата или оценить качество образования, необходимо определить критерии или показатели результативности образовательного процесса. Критерии должны соотноситься с определенными параметрами результативности:

Критерии	Показатели
Опыт освоения воспитанниками теоретической информации (теоретические знания по основным темам учебно-тематического плана программы, владение специальной терминологией)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям. Осмысленность и правильность использования специальной терминологии
Опыт практической деятельности: освоение способов деятельности, умений и навыков (практические умения и навыки, предусмотренные программой по основным темам учебно-тематического плана, навыки соблюдения правил безопасности)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям. Соответствие приобретенных навыков по технике безопасности программным требованиям.
Опыт общения (эмоционально-ценностные отношения, формирование личностных качеств воспитанников)	Конструктивное сотрудничество в образовательном процесс
Опыт социально значимой деятельности	Социальная активность, достижения воспитанников

5.1.2. Методы диагностики: наблюдение, педагогический эксперимент, беседа, тестирование, анализ статистических данных, рейтинговая система оценки.

5.1.3. Необходимо установить контакт между тренером-преподавателем и ребенком (детьми). Доверительная атмосфера, доброжелательное отношение, внимание, подлинная заинтересованность обеспечивают взаимопонимание. Тестирование или другая форма методики проводится 15 - 30 минут (в зависимости от возраста и задач исследования). Испытуемые должны быть поставлены в одинаковые условия. Следует принимать ребенка таким, какой он есть. Не оценивать его, не комментировать его ответы, не выражать недоумения, радости или порицания. Необходимо хорошо продумать диагностическое обследование, подготовить наглядный материал (если он необходим), продумать его расположение, подготовить протоколы-бланки. Результаты обследования должны обязательно фиксироваться. Завершается диагностика тщательным анализом результатов обследования, который позволит выстроить эффективную программу образовательного процесса.

VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Приказ Министерства спорта РФ от 14 декабря 2022 г. N 1218 "Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "волейбол".
2. Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2022 г. № 987 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "волейбол".
3. Методические рекомендации по оформлению и подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Регионального модельного центра Ростовской области 2023 года.
4. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., -- М.: «Физкультура, образование, наука», 2000.
5. Железняк Ю. Д. "Юный волейболист". Учебное пособие для тренеров. - М.: «Физкультура и спорт», 1988.
6. Загорский Б. И., Залетаев И. П., Пузырь Ю. П. и др. "Физическая культура". Высшая школа. 1989 г.
7. Ивойлов А. В. Волейбол: [Учебник для]ус...». пед. ин-тов].-- Мн.: Выш. школа, физ. воспитания 1979.
8. Ковалев В.Д. Спортивные игры; М., 1988
9. Коробейников Н. К., Михеев А. А., Николаенко Н. Г. "Физическое воспитание". Учебное пособие для средних специальных учебных заведений. Высшая школа 1984 г.
10. Д.Железняк -«подготовка юных волейболистов», М. просвещение. 1989г

**Основные требования к умениям и навыкам
после усвоения спортивно-оздоровительного этапа**

Спортсмен должен знать:

- Набор физических упражнений для зарядки;
- Правила поведения на спортивных занятиях;
- Санитарно-гигиенические нормы;
- Основы здорового образа жизни, формы сохранения и укрепления здоровья;

Спортсмен должен уметь:

- Усвоить основные жизненно необходимые навыки: бег, ходьба, лазание, равновесия
- Самостоятельно показывать физические упражнения;
- Выполнять дома зарядку;
- Участвовать в соревнованиях по общей физической подготовке;
- Выполнять правила техники безопасности на спортивно-оздоровительных занятиях