

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КОГАЛЫМА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» ГОРОДА КОГАЛЫМА

Принята на заседании  
Методического совета  
протокол № 2  
от 24.11.2023г.



Утверждаю

Директор МАУ ДО «ДДТ»

Н.А. Михалик

Приказ от 24.11.2023г. № 440

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно - спортивная направленность

стартовый уровень

«ЮНЫЙ ВОЛЕЙБОЛИСТ»

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 5 месяцев

Автор-составитель:

Тарасенко Сергей

Владимирович, педагог

дополнительного образования

г. Когалым – 2023г.

## Содержание программы

стр.

1.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы «Юный волейболист»	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	4
1.3.	Содержание программы	5
1.4.	Планируемые результаты	7
2.	Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы «Юный волейболист»	
2.1.	Календарный учебный график	9
2.2.	Условия реализации программы	10
2.3.	Формы аттестации	11
2.4.	Оценочные материалы	12
2.5.	Методические материалы	13
3.	Список литературы	16

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы «Юный волейболист»**

## **1.1. Пояснительная записка**

*Направленность программы* – физкультурно - спортивная.

*Уровень освоения* – стартовый.

*Вид деятельности* - спортивная игра «Волейбол».

*Место реализации программы* – Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» города Когалыма. Адрес: 628484, Тюменская область, ХМАО–Югра, город Когалым, улица Северная, дом 1.

Нормативно-правовой основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (далее – Программа) являются следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629).
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242).
5. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28).
6. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2).
7. Рекомендации Министерства просвещения России по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (письмо Минпросвещения России от 7 мая 2020г. №ВБ-976/04).
8. Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 31.03.2023г. № 10-П-775 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре».
9. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования детей «Дом детского творчества» города Когалыма.

*Актуальность программы* заключается в восполнении недостатка двигательной активности у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Быстро меняющаяся обстановка приучает волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

*Отличительная особенность программы* – направленность программы не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятия учащимся с разной физической подготовкой и физическими способностями.

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания

развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана данная программа, направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

*Адресат программы* - учащиеся в возрасте от 7 до 12 лет без ОВЗ.

*Объем программы* составляет 80 учебных часов.

*Форма обучения* – очная. В рамках реализации программы в период временных ограничений, связанных с эпидемиологической или климатической ситуацией, занятия могут быть организованы с применением дистанционных образовательных технологий.

*Форма организации* образовательной деятельности – групповая. Минимальное количество учащихся в одной группе - 10 учащихся, максимальное – 15 учащихся.

*Виды занятий:* собственно-обучающие, общеразвивающие, воспитательные.

1. Собственно обучающие занятия – это занятия по передаче знаний, по осмыслению знаний и их закреплению, по формированию умений и применению знаний на практике, по обобщению и систематизации знаний. Формы занятий: учебно-практические занятия, тренировочные занятия (отработка умений и навыков), теоретические занятия, занятия-соревнования.

2. Воспитательные занятия – это занятия по формированию положительного психологического климата в детском коллективе, не всегда связаны с учебной дисциплиной. Формы занятий: соревнования, праздники и т.д.

3. Общеразвивающие занятия – это занятия по формированию и развитию личностных качеств ребёнка. Формы занятий: экскурсии, коллективные дела и др.

*Срок освоения программы* – 5 месяцев. Программа состоит из 1 модуля.

*Режим занятий* одной группы: 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность одного академического часа - 45 минут, перерыв между академическими часами – 10 минут. Недельная нагрузка на одну группу учащихся – 4 часа.

*Примерное расписание* занятий на одну группу: вторник - 15.00-15.45, 15.55-16.40; пятница - 15.00-15.45, 15.55-16.40.

## **1.2. Цель и задачи программы**

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом.

Задачи:

### *1. Образовательные:*

- познакомить учащихся с игрой волейбол;
- обучать правилам игры, технике, тактики;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

### *2. Развивающие:*

- укреплять опорно – двигательный аппарат;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширять спортивный кругозор занимающихся.

### *3. Воспитательные:*

- формировать дружный и сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи;
- воспитывать культуру поведения;
- формировать устойчивый интерес к систематическим занятиям волейболом;
- пропагандировать здоровый образ жизни.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Комплектование групп	2	1	1	Собеседование, инструктирование и сбор документов, наблюдение
2.	Введение в образовательную программу	2	1	1	Собеседование, наблюдение
3.	Основы знаний	4	4		Устная проверка знаний
4.	Общая физическая подготовка	20	1	19	Тестирование физических качеств
5.	Специальная физическая подготовка	20	1	19	Тестирование, контрольные упражнения
6.	Технико – тактическая подготовка	14	1	13	Наблюдение за выполнением технических и тактических приемов
7.	Учебные игры	12		12	Анализ игровой деятельности
8.	Контрольные нормативы	4		4	Тестирование физических качеств
9.	Итоговое занятие	2	1	1	Собеседование, проверка знаний
	<b>Итого:</b>	<b>80</b>	<b>10</b>	<b>70</b>	

#### Содержание учебного плана

##### Тема 1. Комплектование групп.

*Теория:* знакомство с условиями приема в объединение «Волейбол» и перечень необходимых документов.

*Практика:* направление и сопровождение родителей в ММЦ.

*Форма контроля:* собеседование, инструктирование и сбор документов, наблюдение.

##### Тема 2. Введение в образовательную программу.

*Теория:* знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный волейболист». Беседа о правилах безопасности на учебно-тренировочных занятиях, о режиме работы.

*Практика:* подвижные и спортивные игры на выявление физических способностей учащихся.

*Форма контроля:* собеседование о выявлении первичных знаний об игре волейбол; наблюдение с целью выявления уровня развития физических способностей учащихся.

##### Тема 3: Основы знаний

*Теория:* Личная гигиена. Режим питания спортсмена. Общий режим дня и его значение для юного спортсмена. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья спортсмена. Причины травм при занятиях по волейболу и их предупреждение. Оказание первой медицинской помощи. Психологическая подготовка к игре.

*Форма контроля:* устная проверка знаний.

#### **Тема 4: Общая физическая подготовка.**

*Теория:* Значение общей физической подготовки для развития спортсмена.

*Практика:* Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц. Специальные упражнения на развитие силы, быстроты, быстроты реакции и ловкости. Упражнения для развития прыгучести. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения приема и передачи мяча. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры

*Форма контроля:* тестирование физических качеств.

#### **Тема 5: Специальная физическая подготовка.**

*Теория:* Значение специальной физической подготовки для развития спортсмена.

*Практика:* Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий: По сигналу (свистку) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойки волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии), сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии, то же, но перемещение приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления. По принципу «челночного бега» лицом вперед, спиной вперед, приставными шагами, приставными шагами с набивным мячом в руках (2-5 кг), с поясом - отягощением. Бег по сигналу - выполнение определенного задания: ускорение, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот на 360° - прыжок вверх, падение и перекат. Имитация передачи в стойке, с падением, в прыжке, имитация подачи, нападающих ударов, блокирования и т.д.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении передач мяча: Круговые движения в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Упражнения с резиновыми амортизаторами. Стоя спиной к гимнастической стенке в положении наклона вперед, руки назад движение руками вниз - вперед, то же, но движение выполняется только ведущей рукой с шагом противоположной руке ногой. Стоя спиной к гимнастической стенке руки за головой, движение руками из-за головы вниз - вперед. То же одной рукой. Круги руками. Упражнения с волейбольным мячом (выполняется многократно). Совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах. Подачи с максимальной силой у тренировочной сетки. Подача мяча слабой рукой.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов: Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз – стоя на месте и в прыжке. Броски набивного мяча (1 кг) в прыжке из-за головы двумя руками через сетку, «крюком» в прыжке - в парах через сетку. Метание мяча. Удары по мячу на амортизаторах с отягощением на кисти, предплечье, ногах или при отягощении всего тела. Спрыгивание с высоты (до 50см) с последующим прыжком и нападающим ударом по мячу на амортизаторах. Многократное выполнение нападающих ударов с собственного подбрасывания, с набрасывания партнера.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании: Прыжковые упражнения, описанные ранее в сочетании с подниманием рук вверх, с касанием подвешенного набивного мяча. Стоя у стены с мячом в руках, подбросить мяч вверх, подпрыгнуть и двумя руками (ладонями) отбить мяч в стену, приземлившись поймать мяч и т.д. мяч отбивается в высшей точке взлета. Бросить мяч вверх назад, повернуться на 180° и в прыжке отбить мяч в стену. Многократные прыжки с доставанием ладонями подвешенного набивного мяча или волейбольного на амортизаторах. Передвижение вдоль сетки лицом к ней приставными шагами правым и левым боком вперед, остановка и принятие исходного положения для блокирования. То же, но спиной к сетке с поворотом на 180°. То же, что и предыдущие 2 упражнения, но на расстоянии 1-1.5 м от сетки, исходное положение выполняются по сигналу. Передвижение вдоль сетки, остановка и прыжок вверх с выкосой рук над сеткой. То же, но остановка и прыжок выполняются по сигналу. Двое уч-ся стоят у сетки лицом к ней на противоположных сторонах площадки. Один двигается приставными шагами с остановками и изменением направления. Другой тоже старается повторить его действия. То же, но с прыжком, стараться над сеткой коснуться ладоней партнера.

Упражнения вдвоем, втроем на согласованность действий на основе перечисленных выше упражнений.

*Форма контроля:* тестирование, контрольные упражнения.

#### **Тема 6: Техничко – тактическая подготовка.**

*Теория:* Значение технико-тактической подготовки для развития спортсмена.

*Практика:* Групповые действия (7-9 лет): При первой передаче: игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4. При второй передаче: игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4, стоя к ним спиной при передаче, игрока зоны 2 с игроком зоны 3. Взаимодействие игроков передней и задней линии. Игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3. Игроков зон 6, 1, 5 с игроком зоны 2 (при приёме от передач и нижних подач).

Групповые действия (10-12 лет): Игрока зоны 4 с игроком зоны 3. Игрока зоны 2 с игроком зоны 3 и 4 (чередование). Игрока зоны 3 с игроком зон 4 и 2 при первой передаче – для нападающего удара. Взаимодействие игроков передней и задней линии. Игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (при приёме верхних подач). Игроков зон 6, 1, 5 с игроком зоны 2 (при приёме подач- для второй передачи, при приёме от передач- для удара).

Командные действия (7-9 лет): Приём нижней и верхней прямой подач и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2 (чередование), стоя лицом в сторону передачи. Приём нижних передач и первая передача в зону 2, вторая- в зону 3. Приём мяча от нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий стоит спиной.

Командные действия (7-9 лет): Приём подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом и спиной (чередование). Прием верхних подач и первая передача в зону 2, вторая передача в зону 4. Прием верхней прямой подачи и первая передача игроку, к которому передающий стоит спиной.

*Форма контроля:* наблюдение за выполнении технических и тактических приемов.

#### **Тема 7: Учебные игры**

*Практика:* Отработка навыков взаимодействия игроков на площадке, отработка индивидуальных действий игроков, отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу) в процессе игры в мини-волейбол, пинербол. Разбор проведённых игр.

*Форма контроля:* анализ игровой деятельности.

#### **Тема 8: Контрольные упражнения.**

*Практика:* Контрольные испытания. Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

*Форма контроля:* тестирование физических качеств.

#### **Тема 9. Итоговое занятие.**

*Теория:* Подведение итогов занятий в объединении в учебном году. Достигнутые результаты и планирование задач на следующий учебный год с учетом ошибок и достижений прошедшего учебного года.

*Практика:* игровая деятельность по мини-волейболу (пионерболу), знание правил игры.

*Форма контроля:* собеседование, проверка знаний.

### **1.4. Планируемые результаты**

*Учащиеся будут знать:*

- организационно-методические требования на занятиях по волейболу;
- правила личной гигиены;
- режим питания спортсмена;
- общий режим дня и его значение;
- правила закаливания организма;
- врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья спортсмена;
- причины травм при занятиях по волейболу и их предупреждение;
- правила оказания первой медицинской помощи;

- значение общей физической подготовки для развития спортсмена;
- значение специальной физической подготовки для развития спортсмена;
- значение технико-тактической подготовки для развития спортсмена.

*Учащиеся будут уметь выполнять:*

- общеразвивающие упражнения на различные группы мышц;
- специальные упражнения на развитие силы, быстроты, быстроты реакции и ловкости;
- упражнения для развития прыгучести;
- упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения приема и передачи мяча;
- легкоатлетические упражнения;
- играть в подвижные игры;
- упражнения для развития навыков быстроты ответных действий;
- упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча;
- упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов;
- упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании;
- групповые действия;
- командные действия;
- индивидуальные действия;
- взаимодействие игроков на площадке;
- играть в волейбол по упрощённым правилам;
- играть в пинербол.

*У учащихся будет:*

- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

*Учащиеся научатся:*

- определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию;
- самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию;
- видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель;
- адекватно понимать оценку взрослого и сверстника;
- осуществлять действие по образцу и заданному правилу.
- контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.
- самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.
- проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.
- слушать и слышать друг друга, работать в группе;
- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, работать в группе, устанавливать рабочие отношения;
- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе;
- представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме;



- добывать недостающую информацию с помощью вопросов;
- управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы «Юный волейболист»

### 2.1. Календарный учебный график

Программа реализуется в период с 1 января по 31 мая. Не рабочие дни: 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая.

*Примерное расписание* занятий на одну группу: вторник - 15.00-15.45, 15.55-16.40; пятница - 15.00-15.45, 15.55-16.40.

№ п/п	Месяц	Число	Время	Часы	Тема занятия	Форма контроля
1.	ЯНВАРЬ	09.01	15.00 - 16.40	2	Комплектование групп	Собеседование,
2.		12.01	15.00 - 16.40	2	Введение в образовательную программу	Собеседование, наблюдение
3.		16.01	15.00 - 16.40	2	Основы знаний	Устная проверка знаний
4.		19.01	15.00 - 16.40	2	Основы знаний	
5.		23.01	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	Тестирование физических качеств
6.		26.01	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
7.		30.01	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
8.	ФЕВРАЛЬ	02.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
9.		06.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
10.		09.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
11.		13.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
12.		16.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
13.		20.02	15.00 - 16.40	2	Общая физическая подготовка	
14.		27.02	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	Тестирование, контрольные упражнения
15.	МАРТ	01.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	
16.		05.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	
17.		12.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	
18.		15.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	
19.		19.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка	

20.		22.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка		
21.		26.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка		
22.		29.03	15.00 - 16.40	2	Специальная физическая подготовка		
23.	АПРЕЛЬ	02.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка	Наблюдение за выполнением технических и тактических приемов	
24.		05.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
25.		09.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
26.		12.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
27.		16.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
28.		19.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
29.		23.04	15.00 - 16.40	2	Технико – тактическая подготовка		
30.	МАЙ	26.04	15.00 - 16.40	2	Учебные игры	Анализ игровой деятельности	
31.		03.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
32.		07.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
33.		10.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
34.		11.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
35.		14.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
36.		17.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
37.		18.05	15.00 - 16.40	2	Учебные игры		
38.		21.05	15.00 - 16.40	2	Контрольные нормативы		Тестирование физических качеств
39.		28.05	15.00 - 16.40	2	Контрольные нормативы		
40.		31.05	15.00 - 16.40	2	Итоговое занятие	Собеседование, проверка знаний	
			<b>ИТОГО</b>	<b>80</b>			

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-технические условия реализации программы

Учебный кабинет (спортивный зал).

Оборудование кабинета: перекладины гимнастические, гимнастическая лестница, стойки волейбольные, экран, проектор.

Средства обучения:

№ п/п	Средства обучения	Количество штук на 1 группу	% использования
1.	Мячи волейбольные	15 шт.	100%
2.	Сетка волейбольная	1 шт.	100%
3.	Координационная лестница	1 шт.	80%
4.	Тумбы прыжковые	2 шт.	70%
5.	Экспандер	1 шт.	60%
6.	Мячи набивные (2 кг)	3 шт.	40%
7.	Стенка гимнастическая	8 шт.	50%

8.	Скамейки гимнастические	3 шт.	60%
9.	Перекладины гимнастические	2 шт.	20%
10.	Палки гимнастические	6 шт.	50%
11.	Скакалки гимнастические	15 шт.	50%
12.	Маты гимнастические	10 шт.	30%
13.	ТСО: ноутбук, проектор, экран	1шт./1шт./1шт.	40%

***Психолого-педагогические условия реализации программы:***

- уважение к человеческому достоинству учащихся, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с учащимися, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия педагога с учащимися, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка положительного, доброжелательного отношения учащихся друг к другу и взаимодействия учащихся друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности учащихся;
- возможность выбора учащимися видов активности;
- защита учащихся от всех форм физического и **психического насилия**.

***Кадровые условия:*** программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование по профилю профессиональной деятельности, прошедший профессиональную переподготовку кадров по программе: «Теория и методика учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта (волейбол)», с присвоением квалификации «Тренер по волейболу».

***Финансовые условия реализации программы:***

Прием на обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется за счет средств от предпринимательской деятельности (сертификат дополнительного образования) в рамках системы Персонифицированного финансирования города Когалыма. Финансирование реализации программы осуществляется в соответствии с установленной ценой услуги дополнительного образования не превышающей нормативную стоимость образовательной программы рассчитанной в соответствии с Правилами персонифицированного финансирования дополнительного образования (приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 12.08.2022г. № 10-П-1692).

**2.3. Формы аттестации**

*Виды контроля:*

Вводный контроль	Изучение стартового уровня знаний, умений и навыков по выбранной дисциплине, уровня мотивации к занятию избранным видом спорта.
Текущий контроль	Изучение уровня освоения тем дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.
Итоговый контроль	Изучение уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за весь период обучения

*Формы контроля:*

Проверка теоретических знаний	Собеседование, устная проверка знаний
Проверка практической подготовки	Наблюдение, тестирование физических качеств, выполнение контрольные упражнения, анализ игровой деятельности

## 2.4. Оценочные материалы

Оценка результативности выполнения программы осуществляется по трём уровням освоения учащимися образовательной программы: высокий, средний, ниже среднего.

*Оценивания практических навыков* осуществляется по критериям:

- 1) уровень ниже среднего - работа по показу двигательного действия.
- 2) средний уровень - работа по условию (выполнение практического задания, требующего двигательной активности).
- 3) высокий уровень – сформированный двигательный навык (доведен до автоматизма) без допущения ошибок.

*Оценивания теоретических знаний* осуществляется по критериям:

- 1) уровень ниже среднего - большая часть ответов удовлетворяет требованиям «среднего уровня», но в ответе обнаруживаются отдельные пробелы, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала. Учащийся владеет знаниями в объёме не менее 50%;
- 2) средний уровень - соответствие основным требованиям ответа «высокого уровня», но допущены неточности в изложении понятий, объяснений взаимосвязей; объём правильных ответов составляет 75-85%;
- 3) высокий уровень - наличие точных знаний по теме.

Вид контроля	Время проведения	Цель проведения контроля	Формы и средства выявления результата	Формы фиксации и предъявления результата
Стартовая диагностика	январь	Проверка исходного уровня знаний и умений в начале периода обучения	Собеседование, тестирование физических качеств.	Протоколы контрольных нормативов
Текущий контроль	в течение периода обучения	Проверка усвоения учащимися «Основ знаний»; «ОФП и СФП»; «Основ техники владения мячом» в период обучения».	Тестирования теоретических знаний, развития физических качеств, сдача контрольных нормативов по основам техники владения мячом.	Протоколы тестирования и контрольных нормативов
Итоговый контроль	май	Оценка уровня достижений учащихся, заявленных по окончанию всего курса дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный волейболист».	Зачет по теоретическим знаниям, развитию физических качеств и сдача контрольных нормативов.	Протоколы тестирования и контрольных нормативов

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств  
Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
-------	---------------------------------------	---------	----------

1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6x5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: - сидя (м) - в прыжке с места (м)	5,0	6,0
		7,5	9,5

#### Техническая подготовленность

Технический прием	Контрольное упражнение	Возраст, лет	Оценка					
			Мальчики			Девочки		
			высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Подача мяча	1. подача мяча (из 5 попыток)	7-8	3	2	1	3	2	1
		9-10	4	3	2	4	3	2
		11-12	5	4	3	5	4	3
	2. подача мяча по зонам (из 3 попыток)	7-8	-	-	-	-	-	-
		9-10	2	1	-	2	1	-
		11-12	3	2	1	3	2	1
Прием мяча	1. Прием мяча после подачи (из 5 попыток)	7-8	4	3	2	3	2	1
		9-10	5	3	2	4	2	1
		11-12	5	4	3	5	4	3
	2. Прием мяча от сетки (из 3 попыток)	7-8	1	-	-	1	-	-
		9-10	2	1	-	2	1	-
		11-12	3	2	1	3	2	1
Нападающий бросок	1. Нападающий бросок с первой линии (из 3 попыток)	7-8	-	-	-	-	-	-
		9-10	2	1	-	2	1	-
		11-12	3	2	1	3	2	1
	2. Нападающий бросок со второй линии (из 5 попыток)	7-8	1	-	-	1	-	-
		9-10	3	2	1	2	1	-
		11-12	4	3	1	3	2	1
Блокирование	Блокирование нападающего броска (из 5 попыток)	7-8	-	-	-	-	-	-
		9-10	2	1	-	2	1	-
		11-12	3	2	1	3	2	1

#### 2.5. Методические материалы

В процессе реализации программы применяются педагогические технологии:

1. Здоровьесберегающие технологии, основной целью которых является сохранение и укрепление здоровья учащихся в процессе обучения и воспитания.

Элементы здоровьесберегающих технологий, используемые на занятиях:

- чередование видов деятельности;
- благоприятная дружеская обстановка на занятии;
- дозировка заданий;
- индивидуальный подход к каждому ребенку.

2. Личностно – ориентированное и дифференцированное обучение – применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности учащихся. Для каждого учащегося создана индивидуальная образовательная траектория, которая учитывает

индивидуальный тип телосложения, физическую подготовленность, состояние здоровья, а также особенности психического развития. Учащимся предлагаются упражнения различной степени сложности, предоставляется возможность постепенного овладения необходимыми умениями и навыками.

3. Информационно – коммуникационные технологии – демонстрация мультимедийных презентаций и видеороликов для улучшения мотивации к занятиям волейболом.

В период временных ограничений, связанных с эпидемиологической или климатической ситуацией, в течение которой федеральными и/или региональными и/или местными правовыми актами устанавливается запрет и/или ограничение на реализацию дополнительных общеобразовательных программ в очной форме, реализация программы в этот период осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий.

В этот период деятельность организовывается с использованием:

1. Образовательных технологий (мастер-классы, развивающие занятия, консультации, тематические часы общения и другие активности, проводимые в режиме реального времени при помощи телекоммуникационных систем).

2. Возможностей электронного обучения (формирование подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажеров, представленных на сайте Министерства просвещения Российской Федерации по адресу <https://edu.gov.ru/distance> для самостоятельного использования учащимися), а также использование образовательной платформы <https://resh.edu.ru/>.

3. Бесплатных интернет-ресурсов, сайтов учреждений культуры, открывших трансляций мероприятий.

4. Ресурсов средств массовой информации (образовательные и научно-популярные передачи, фильмы и интервью на радио и телевидении, в том числе эфиры образовательного телеканала «Моя школа в online»).

5. Образовательных и развивающих материалов на печатной основе (демонстрационные варианты олимпиадных и диагностических заданий, печатные учебные издания).

№ п/п	Тема программы	Формы занятий	Педтехнологии	Приёмы и методы организации ОП	Дидактический материал
1.	Комплектование групп	Групповая	ИКТ	Словесный	
2.	Введение в образовательную программу	Групповая	Здоровьесберегающие технологии; личностно-ориентированное и дифференцированное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Правила судейства в волейболу.
3.	Основы знаний	Групповая, индивидуальная	Здоровьесберегающие технологии; личностно-ориентированное и дифференцированное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный	Мультимедийные презентации: Сведения о строении и функциях организма. Влияние физических упражнений на организм

					занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в волейбол.
4.	Общая физическая подготовка	Групповая, индивидуальн ая, подгрупповая, фронтальная	Здоровьесберег ающие технологии; личностно- ориентированн ое и дифференциро ванное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Правила судейства в волейболе. Видеоматериалы: Техника передвижения.
5.	Специальная физическая подготовка	Групповая, индивидуальн ая, подгрупповая, фронтальная	Здоровьесберег ающие технологии; личностно- ориентированн ое и дифференциро ванное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Правила судейства в волейболе. Видеоматериалы: Техника передвижения.
6.	Технико- тактическая подготовка	Групповая, индивидуальн ая, подгрупповая, фронтальная	Здоровьесберег ающие технологии; личностно- ориентированн ое и дифференциро ванное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный практический	Видеоматериалы: Техника передвижения. Стойка. Техника владения мячом. Подача мяча. Взаимодействия игроков в различных игровых ситуациях.
7.	Учебные игры	Групповая, подгрупповая	Здоровьесберег ающие технологии; личностно- ориентированн ое и дифференциро ванное обучение; ИКТ	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Контрольные нормативы (критерии).
8.	Контрольные нормативы	Групповая, индивидуальн ая, подгрупповая, фронтальная	Здоровьесберег ающие технологии; личностно- ориентированн ое и дифференциро	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Контрольные нормативы (критерии).

			ванное обучение		
9.	Итоговое занятие	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Здоровьесберегающие технологии, ИКТ.	Словесный, наглядный практический	Дидактические карточки: Контрольные нормативы (критерии).

### 3.Список литературы

#### *Литература для педагога:*

1. Волейбол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. //Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.
2. Спортивные игры; Учеб. для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 «Физ. воспитание»/ В.Д. Ковалева. – М.: Просвещение, 1988г.- 102с.
3. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол/Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2017. - 201 с.
4. Методические пособия для педагога Уральского института повышения квалификации и переподготовки по программе профессиональной переподготовки «Теория и методика учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта (волейбол)», 2020г.

#### *Литература для учащихся:*

1. Булькина,Л.В. Спортивные игры для всех/Л.В. Булькина. - М.: ТВТ Дивизион, 2015.
2. Эдельман, А.С. Спортивные игры. Справочник/А.С. Эдельман.-М.:Книга по Требованию, 2014. - 198 с.

#### *Электронные ресурсы:*

1. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
2. Видео-сайт - <https://www.youtube.com>