

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П.НИВЕНСКОЕ»**

Калининградская область, Багратионовский район, п. Нивенское, ул. Калининградская, дом №1.
тел.(8-401)56-55-3-48; e-mail: nivenskschool57@mail.ru

Рассмотрено
на методическом совете
протокол №
от «__» мая 2025г.

Утверждаю
директор
/_____/ Г.Г.Граховская
«__» мая 2025г. Приказ №

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Волейболу»**

Возраст детей 7 до 18 лет
Срок реализации – 9 месяцев

Автор программы:
Свечников Юрий Евгеньевич,
педагог дополнительного образования п. Нивенское

2025г

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по волейболу (далее – Программа) физкультурно-спортивной направленности, модифицированная, разработана в соответствии: Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы на спортивно-оздоровительном этапе подготовки по волейболу, охватывает систему подготовки новичков, обучение на русском языке, срок обучения составляет 1 год для обучающихся от 7 до 18 лет.

Ведущие теоретические идеи.

Ведущей теоретической идеей, на которой базируется данная программа, является сочетание обучения волейболу с воспитанием гармоничной, всесторонне развитой личности. В основе обучения волейболу лежат дидактические принципы педагогики: сознательность, активность, наглядность, систематичность, постепенность, доступность и прочность освоения знаний, принцип всестороннего развития.

Ключевые понятия

Физическая культура, здоровый образ жизни; волейбол, техника и тактика, физическая подготовка, спортивное мастерство, спортивная этика, психологическая подготовка волейболиста.

Направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность образовательной программы

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Волейбол (англ. volleyball – отбивать мяч на лету) – игра с мячом двух команд по 6 человек на площадке 18х9 м, разделенной пополам сеткой. Высота сетки для разных возрастных групп различна.

Высота волейбольной сетки в зависимости от возраста и пола игроков.

группа	Высота сетки, см	
	юноши	девушки
11-12 лет	220	200

13-14 лет	230	210
15-16 лет	240	220
17 и более	243	224

Место для игры. Площадка для игры в волейбол представляет собой прямоугольник размером 18х9 м. Две боковые и две лицевые линии ограничивают игровую площадку. Средняя линия разделяет её на две равные половины (9х9 м). Каждая половина имеет одинаковую разметку. Ширина всех линий разметки 5 см. Она входит в размеры площадки. На каждой половине площадки в 3 м от средней линии нанесена линия нападения (её ширина входит в размеры передней зоны) и

продолжена боковыми линиями дополнительными прерывистыми линиями – пятью короткими 15-ти сантиметровыми линиями шириной 5 см, нанесёнными через 20 см. Над средней линией устанавливается сетка шириной 1 м и длиной 9,5 м. Верхний край сетки обшивается белой лентой шириной 5 см.

Педагогическая целесообразность

Учебно-тренировочные занятия по волейболу состоят из трех взаимосвязанных и в то же время относительно самостоятельных частей: а) подготовительной (разминка); б) основной; в) заключительной. Подготовительная часть обеспечивает оптимальную эластичность связок, сухожилий, мышц, подвижность звеньев двигательного аппарата и функциональное вращивание систем организма. В основной части занятия решаются следующие основные задачи: - обучение, закрепление и совершенствование техники и тактике игры, их закрепление и совершенствование; - формирование умений применять технико-тактические действия в двусторонней игре; - развитие физических способностей. Чтобы хорошо и быстро освоить новое, особенно сложные движения, и избежать появления ошибок, рекомендуется в техническую подготовку включать подготовительные и подводящие упражнения. Эти упражнения следует выполнять перед началом освоения новых движений. Выбор спортивной игры «Волейбол» определяется популярностью ее в детской среде доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого тренера-преподавателя. Очень важно, чтобы ребёнок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в дополнительном образовании. Непосредственно в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Учебно-тренировочные занятия способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребёнка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у занимающихся проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности вида спорта «Волейбол» создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, «Волейбол», как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребёнка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с

большими учебными нагрузками и объёмами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Практическая значимость.

Практическая значимость программы по волейболу состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремлённость, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

- Принцип сознательности и активности реализуется методами убеждения и разъяснения. Понимание спортсменами целей и задач обучения - одно из условий воспитания сильных, ловких, смелых, волевых и интеллектуально развитых людей.
- Принцип всестороннего развития личности обучающихся заключается в единстве физического воспитания с умственным, нравственным и эстетическим.
- Принцип наглядности: педагог сам показывает отдельные приемы игры, пользуется наглядными пособиями (фотографии, журналы, плакаты), а также присутствует с учениками на тренировках и соревнованиях спортсменов-разрядников.
- Систематичность, то есть плавность и последовательность в обучении - решающие факторы скорейшего и правильного овладения техникой и тактикой игры.
- Систематичность занятий заключается не только в регулярности, но и в соблюдении правильной последовательности обучения. Важно использовать все подготовительные упражнения для воспитания и развития физических качеств, на основе которых приобретает спортивное мастерство.
- Принцип постепенности. Переход от простого к сложному. Освоение нового элемента должно проходить в медленном темпе с постепенным нарастанием до максимальной скорости выполнения элемента.
- Принцип доступности основан на простоте изложения теоретического и подаче практического материала. Пройденный материал должен быть освоен так, чтобы на его основе можно было продолжать занятие, изучая новое.
- Педагогические принципы индивидуализации тренировочного процесса должны предусматривать возможность перевода наиболее способных спортсменов в следующую подготовительную группу. Это позволит в наиболее короткие сроки достичь высоких результатов.

Все дидактические принципы, положенные в основу преподавания, дополняют друг друга и тем самым обеспечивают успех обучения.

Отличительные особенности программы

По уровню освоения программа имеет стартовый уровень. Программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья обучающихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

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.

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 умений 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.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств обучающихся /трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважения к людям/.

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий /УУД/.

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные тренером-преподавателем;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

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

Формы занятий: групповые, в парах, индивидуально-игровые, игровые, практические, комбинированные, соревновательные.

Характеристика возрастных особенностей детей.

Все дети школьного возраста согласно физиологической периодизации делятся на 3 возрастные группы 7 лет - конец периода первого детства; 8-11 лет (девочки) и 8-12 лет

(мальчики) - период второго детства. Подростковый возраст наступает с 12 лет у девочек и с 13 лет у мальчиков. С 16 лет у девочек и с 17 лет у мальчиков начинается юношеский возраст.

В подростковом и младшем юношеском возрасте отмечаются высокие темпы роста тела в длину, увеличиваются вес, мышечная масса. С 13 до 14 лет наблюдается интенсивный рост тела - его длина увеличивается на 9-10 см, а с 14 до 15 лет - на 7-8 см.

Темпы роста длины тела резко падают к 16-17 годам. От 15 до 16 лет длина тела увеличивается на 5-6 см в год, а от 16 до 17 лет - только на 2-3 см. В старшем школьном возрасте пропорции тела приближаются к показателям взрослых. К 16 годам прекращается рост у девушек. Рост тела в длину у юношей в основном заканчивается к 18 годам. В подростковом и юношеском возрасте наблюдаются высокие темпы увеличения мышечной массы. Максимальный рост силы на 1 кг собственного веса наблюдается до 14 лет. После этого темпы роста относительной силы снижаются. Показатели относительной силы у девочек значительно уступают соответствующим показателям у мальчиков.

Поэтому в занятиях с девочками старше 13-14 лет следует строго дозировать упражнения, выполняемые с большими напряжениями.

В возрасте от 7 до 12 лет наблюдается интенсивный рост темпа движений. Быстрота и частота движений, а также способность поддерживать их максимальный темп к 14-15 годам достигают значений, близких к предельным.

Напряженная мышечная работа предъявляет высокие требования к ресурсам систем дыхания и кровообращения, и так как сердце раньше, чем скелетные мышцы достигает границ работоспособности, то именно пределы его функциональных возможностей определяют способность человека к работе большой мощности. Уровень сердечной производительности имеет важное значение в обеспечении энергетических потребностей организма, связанных с мышечной работой. В процессе развития человека ЧСС уменьшается, достигая к подростковому возрасту величин, близких к показателям взрослых. ЧСС с 85-90 уд./в мин в 7 лет снижается до 70-76 уд./мин к 14-15 годам. К 16-17 годам пульс составляет 65-75 уд./в мин, т.е. практически не отличается от ЧСС взрослых людей. При мышечной деятельности у юных спортсменов наблюдается ряд особенностей, связанных с высокими темпами возрастных морфологических и функциональных перестроек сердечно-сосудистой системы. Особенно значительны темпы развития сердечно-сосудистой системы на этапе полового созревания, когда размеры сердца, его вес и объем систолического выброса на протяжении трех-четырех лет (от 12 до 15-16 лет) увеличивается почти вдвое.

Под влиянием систематической тренировки у подростков и юношей отмечается рост показателей, характеризующих эффективность потребления кислорода. Основным источником энергетического обеспечения при напряженной мышечной работе является анаэробный обмен. Об уровне анаэробного обмена можно судить по величине кислородного долга, накоплению молочной кислоты в крови или

косвенным показателям ее концентрации. Известно, что все физические качества в многолетнем плане развиваются неравномерно. Для каждого качества имеется свой благоприятный период. Преимущественная направленность тренировочного процесса по годам обучения определяется с учетом сенситивных периодов развития физических качеств у юных спортсменов. Вместе с тем нельзя оставлять без внимания развитие качеств, которые в данном возрасте не совершенствуются.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Количественный состав групп 15-20 чел.

В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом к занятиям физической культурой (справка).

Форма обучения - очная. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом. Формирование учебных групп проводится по возрастному принципу. Состав группы – постоянный. Возможен добор детей в группы в течение учебного года. Для учащихся обучение по программе имеет минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания, что соответствует стартовому уровню.

Режим занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа.

Программа рассчитана на **216 учебных часа**. Учебный материал распределён на один год обучения:

1 год обучения 1 раз по 2 часа (90 мин) x 41 недели	72 часа	11-14 лет
---	---------	-----------

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Обучение осуществляется в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. Осуществляется физкультурно- оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основными техническими приёмами, выполнение контрольных нормативов по ОФП и технической подготовке.

Основные формы и методы

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в достижении намеченных целей. Демонстрировать успехи и достижения по части игры в волейбол. При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу у обучающихся вырабатываются такие качества, как коммуникабельность, воля, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищам.

Учебный курс состоит из учебно-тренировочных занятий, занятий по общей физической подготовке. Предусматривается участие в соревнованиях.

Зачисление в детское образовательное объединение происходит по желанию ребёнка и согласия родителей. К занятиям допускаются воспитанники, не имеющие медицинских противопоказаний.

Планируемые результаты изучения программы «Волейбол»

К концу обучения по программе обучающиеся **должны знать:**

- систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- правильное распределение физической нагрузки;
- правила игры в волейбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований.

Уметь:

- проводить специальную разминку для волейболиста;
- овладеть основами техники волейбола;
- овладеть основами судейства в волейболе;
- владеть счётом.

В процессе данного обучения, обучающиеся **улучшат следующие качества:**

- координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма – противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

В результате изучения курса учащиеся

Научатся:

в сфере предметных результатов

- играть в спортивную игру «Волейбол» (по правилам);
- расширение знаний истории зарождения игры «Волейбол»;
- расширение знаний об основных элементах спортивной игры и правилах судейства;
- расширение знания простых приёмов оказания первой помощи при травмах;
- расширение знаний об условиях проведения соревнований;
- расширение знаний о понятиях «Техника игры», «Тактика игры», «Групповые взаимодействия».
- расширение знаний гигиенических требований к местам занятий баскетболом, инвентарю, спортивной одежде и обуви.
- организовывать самостоятельные занятия утренней гимнастики, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

в сфере метапредметных результатов:

- ставить цели и задачи на каждом занятии;
- планировать учебную деятельность на занятии и дома;
- осуществлять рефлексию и самоконтроль учебной деятельности;
- излагать грамотно свои мысли в устной и письменной речи;
- осуществлять рефлексию и самоконтроль учебной деятельности, проводить самооценку;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

в сфере личностных результатов

- оценивать личностную значимость тех или иных учебных заданий;
- контролировать процесс и личный результат учебной предметной деятельности (вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами).

Получат возможность **научиться:**

в сфере предметных результатов

- применять полученные знания в ходе занятий и проводить судейство игры;
- выполнять правильно броски;
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий;
- выступать в школьных, муниципальных соревнованиях;
- организовывать самостоятельные систематические занятия; физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;
- оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой;
- описывать роль и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

в сфере метапредметных результатов

- анализировать и осмысливать текст задания, извлекать необходимую информацию;
- выполнять сбор информации в несложных случаях;
- публично представлять результаты учебных достижений.
- выполнять работу индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.

в сфере личностных результатов

- формировать портфолио учебных достижений.
- использовать речевые средства в соответствии для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Формирование УУД:

Личностные УУД.

У обучающихся будут **сформированы:**

- способность к самооценке на основе критериев успешности учебно-тренировочной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;
- эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах;
- чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;
- основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта;
- формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений;
- установка на здоровый образ жизни;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности;
- первоначальные представления о строении и движениях человеческого тела;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений как факторе, позитивно влияющим на здоровье.
- Обучающийся получит возможность для формирования понимания значения занятия спортом в жизни человека;
- первоначальной ориентации на оценку результатов собственной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- представления о рациональной организации режима дня, самостоятельных физкультурных занятий;
- представления об организации мест занятий физическими упражнениями и использовании приемов самостраховки;
- адекватного понимания, с помощью тренера, причин успешного или неуспешного развития физических качеств и освоения учебного материала;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой и соревновательной деятельности;
- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;

Регулятивные УУД

Обучающиеся научатся:

- принимать и сохранять учебную задачу, в том числе задачи, поставленные на тренировочном занятии и задачи по освоению двигательных действий;
- принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств в избранном виде спорта указанную учителем, в учебно-тренировочном процессе;
- принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации;
- осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений тренировочной деятельности;

- оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- различать способ и результат собственных и коллективных действий.

Познавательные УУД

Обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки;
- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
- читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;
- строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений;
- ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности;
- осуществлять анализ объектов, проводить сравнение и классификацию изученных упражнений и элементов по заданным критериям;
- осуществлять синтез при составлении комплексов разминки или утренней зарядки, подбирая необходимые общеразвивающие упражнения;
- устанавливать причинно-следственные связи различных подготовительных упражнений с оздоровительными задачами.
- Обучающийся получит возможность научиться:
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов подбора упражнений в зависимости от вида спорта и конкретных условий;
- самостоятельно достраивать и восполнять недостающие компоненты при составлении комплексов ОРУ;
- произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр;
- анализировать технику спортивных игр или выполнения упражнений, строя логичные решения, включающие установление причинно-следственных связей;
- выявлять связь занятий спортивной деятельностью с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.

Коммуникативные УУД

Обучающиеся научатся:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- разрабатывать единую тактику занятий л. атлетикой, лыжами и в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партнером и учитывая его реакцию на игру;
- следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности;
- контролировать действия партнёра во время выполнения групповых упражнений и упражнений в парах при занятиях л. атлетикой и лыжами;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- задавать вопросы для уточнения техники, тактики или правил игры.
- Обучающийся получит возможность научиться:
- учитывать в своих действиях позиции других людей, и координировать деятельность, не смотря на различия во мнениях;
- при столкновении интересов уметь обосновывать собственную позицию, учитывать разные мнения;
- аргументировать свою позицию и согласовывать её с позициями партнёров по команде при выработке общей тактики игры;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций партнеров и соперников;
- последовательно, точно и полно передавать партнёру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и выполнения упражнений с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и взаимопомощь при выполнении групповых или парных упражнений, а также осуществлять страховку при выполнении акробатических элементов;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний).

Основной показатель работы - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Оценочные материалы.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения.

Года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Программа предусматривает зачетные занятия 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 ОФП и СФП, участие в соревнованиях различного уровня.

Результаты контрольных испытаний являются основой для перевода (отбора) в группы следующего года подготовки. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях, как более высокая ступень учебных игр с заданиями.

1. Бег 30 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

Тестирование проводится в спортивном зале. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт.

2) Прыжок в длину с места. Участник встает возле линии отталкивания, принимает исходное положение и выполняет прыжок. Результат определяется по ближайшей к линии отталкивания отметке (следу), оставленной любой частью тела с точностью до 1 см. Разрешается 3 попытки, в зачет идет лучшая. Результат не засчитывается в следующих случаях: заступ за линию и ее касание при отталкивании, отталкивание происходит не двумя ногами одновременно, а поочередно, прыжок выполнен с подскока.

3) Бег 500 м, 1000 м испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий («стойка волейболиста»).

1. **«Челночный» бег 5х6 м** «Челночный» бег, передвижение приставными шагами.

2. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Метание набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча (1 кг) в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Тестовые задания для оценки уровня технико-тактической подготовки.

1. Испытания на точность второй передачи. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественный результат. При передачах из зоны 3 в зону 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничителей 3 м, расстояние от сетки не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток: учитываются количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передача с нарушением правил игры не засчитывается).

2. Испытания на точность подачи. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенном направлении - в определенный участок площадки. Эти участки следующие: правая (левая) половина площадки, зона 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 (1-2) размером 6х2 м, в зоне 6 у лицевой линии размером 3х3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

3. Испытания на точность первой передачи (прием мяча). Испытания преследуют цель определить степень владения навыками приема подачи. Выполняется подача, нацеленная на зону, где расположен испытуемый. Если мяч выйдет за пределы указанной зоны или заденет сетку, то такая попытка не засчитывается. Каждому учащемуся дается 5 попыток. Поддачи нижние. Учитываются количество попаданий и качество выполнения.

4. Командные действия в защите. Основные требования - командные действия при построении защитных действий по системе «углом вперед» и «углом назад». Нападающая команда чередует действия в нападении: удары из различных зон и в разных направлениях, обманные удары и «скидки». Даются 10 попыток в двух расстановках, после 5 попыток игроки

передней и задней линий меняются местами. Учитываются количество правильно выполненных действий и ошибки.

Вопросы по теоретической подготовке:

1. Размеры волейбольной площадки.
2. Типы соревнований.
3. Какие физические качества помогает развить игра в волейбол.
4. Терминология в волейболе.
5. Волейбол-это олимпийский вид спорта?
6. Какие есть разряды и спортивные звания по волейболу?
7. Какой спортивный инвентарь используется для тренировок по волейболу.
8. Каких известных российских волейболистов и тренеров вы знаете?
9. Режим дня учащегося занимающегося спортом.
10. Вредные привычки и их профилактика.
11. Правила поведения в спортивном зале.
12. Достижения российских волейболистов на международной арене.
13. Понятие «физическая культура».
14. Состав команды в волейболе.
15. Права и обязанности игроков в волейболе.
16. В какой стране волейбол получил наибольшее распространение.
17. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнования.
18. Какая самая распространенная травма в волейболе.
19. Как переводится слово «волейбол».
20. Какую игру называют «младшим братом» волейбола.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

1. Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы

2. Помещение для занятий, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям (волейбольная площадка, оборудованный зал).

3. Оборудование (шведская стенка, гимнастические скамейки, волейбольная сетка, мячи).

4. Инвентарь (волейбольные мячи, скакалки, гимнастические палки, скамейки, маты).

5. Учебно-методическая литература (учебники, пособия, журналы по волейболу, методические разработки составителя данной программы).

6. Наглядные пособия (фотографии, плакаты).

7. Наполняемость / сохранность учебных групп.

8. Регулярность посещения обучающихся занятий.

обратная связь с обучающимися и родителями.

Для успешного освоения программного материала учащимся большое значение имеет общая физическая подготовка, основы которой закладываются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Уровневая дифференциация образовательной программы

Каждый обучающийся имеет доступ к любому из уровней, что определяется его стартовой готовностью к освоению образовательной программы, а материал образовательной программы, учитываться особенностью обучающихся, которые испытывают объективные сложности при освоении образовательной программы.

Вводный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 6 до 10 лет. Срок освоения программы составляет 10 часов. Результатом обучения является освоение обучающимися

образовательной программы и переход на ознакомительный уровень не менее 20% обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе.

Ознакомительный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 7 до 10 лет. Срок освоения программы составляет не менее 3 месяцев, время обучения – 2 часа в неделю. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на базовый уровень не менее 25% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

Базовый уровень программы: обучающиеся в возрасте от 8 до 10 лет, осваивающие программу начального общего образования. Срок освоения программы составляет 3 года, время обучения – 2 часа.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний), отбор на обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по баскетболу.

1. Помещение для занятий, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям (волейбольная площадка, оборудованный зал).
2. Оборудование (шведская стенка, гимнастические скамейки, волейбольная сетка).
3. Учебно-методическая литература (учебники, пособия, журналы по волейболу, методические разработки составителя данной программы).
5. Наглядные пособия (фотографии, плакаты).
6. Наполняемость / сохранность учебных групп.
7. Регулярность посещения обучающихся занятий.
8. Обратная связь с обучающимися и родителями.

Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы разработана форма аттестации, фиксации и демонстрации результатов обучающихся, которые отражают достижения цели и задачи программы:

Форма аттестации/контроля	Форма отслеживания и фиксации образовательных ресурсов	Форма предъявления и демонстрации образовательных ресурсов
Опрос	Журнал посещаемости групповых занятий	Соревнования
Сдача нормативов	Портфолио, фотов соц.сети, отзывы детей, родителей.	Открытые занятия, товарищеские встречи

Важнейшей функцией управления образовательным процессом является **контроль** за эффективностью подготовки обучающихся на каждом году обучения. Качество учебно-воспитательного процесса отслеживается по следующим показателям:

посещение занятий воспитанниками; диагностика уровня обученности, развития и воспитанности (1 раз в год); участие обучающихся в соревнованиях и других массовых мероприятиях. Диагностика включает в себя контроль, проверку, накопление знаний.

Формы диагностики: тестирование, зачёт, учебные соревнования, контрольные упражнения, анкетирование, беседа.

Формы контроля: вводный, текущий, итоговый.

Содержание учебной программы

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами спортивно-оздоровительного этапа подготовки.

Ожидаемые результаты освоения программы.

К концу обучения по программе обучающиеся должны знать:

- систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- правильное распределение физической нагрузки;
- правила игры в волейбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований.

Уметь:

- проводить специальную разминку для волейболиста;
- овладеть основами техники волейбола;
- овладеть основами судейства в волейболе;
- владеть счётом.

В процессе данного обучения, обучающиеся улучшат следующие качества:

- координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма – противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Теоретическая подготовка.

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях учебно-тренировочного процесса. Теоретический материал дается в виде беседы, просмотра видео.

Возникновение и развитие волейбола.

Краткие исторические сведения о возникновении игры. Год рождения волейбола.

Основатель игры в волейбол. Родина волейбола. Первые шаги волейбола у нас в стране.

Соблюдение правил безопасности. Правила поведения на соревнованиях, на тренировке в спортзале. Правильное обращение с инвентарем.

Гигиена, врачебный контроль. Гигиенические требования к местам проведения занятий.

Временные ограничения и противопоказания к занятиям волейболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок.

Сведения о строении и функциях организма человека. Краткие сведения о строении человеческого организма и его функциях. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Мышцы, их строение и расслабление мышц, краткое ознакомление с расположением основных мышечных групп.

Терминология, техника и тактика игры. Основные сведения о технике и тактике игры; о её значении для роста спортивного мастерства.

Правила игры.

Форма игровых. Состав команды. Размеры игровой площадки, высота сетки.

Набор очка, выигрыш партии и матча. Мяч в игре, мяч вне игры, мяч «в площадке», мяч «за».

Подача. Атакующий удар. Блок.

Общая физическая подготовка.

На данном этапе ОФП дается в подготовительной и основной части тренировочного занятия (обучение, закрепление).

Строевая подготовка. Понятие о строе и командах. Шеренга, фланг, колонна, интервал, дистанция. Перестроение в одну, две шеренги, в колонну; повороты на месте, расчет по строю.

Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменения направления и скорости движения. Сила.

Упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения набивными мячами - поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую над головой, перед собой, за спиной, броски и ловля.

Упражнения с гантелями, резиновыми амортизаторами, со скакалкой Прыжки в высоту с прямого разбега.

Быстрота. Бег с ускорением до 20 метров, челночный бег 3х10; 5х6 бег с препятствиями, эстафетный бег.

Гибкость. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела, мост, шпагат).

Общеразвивающие упражнения с предметами в парах, кругах, шеренгах.

Ловкость. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны, с места, с разбега и с прыжка. Стойки на голове, руках и лопатках. Мост с помощью партнера и самостоятельно.

Специальная физическая подготовка.

Проводится как в основной, так и в заключительной части занятия.

Прыгучесть. Приседание и резкое выпрямление ног с взмахом рук вверх; то же с прыжком вверх. Из положения, стоя на гимнастической стенке одна нога сильно согнута, другая опущена вниз, руками держаться на уровне лица – быстрое разгибание ноги (от стенки не отклоняться).

Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед, боком и спиной вперед. Напрыгивание на сложенные гимнастические маты (высота постепенно увеличивается). Прыжки в глубину на гимнастические маты с последующим выпрыгиванием вверх. Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий (набивные мячи, гимнастическая скамейка). Прыжки с места вперед, назад, вправо, влево отталкиваясь обеими ногами. Прыжки со скакалкой. Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером. «Челночный бег» на 5,8 и 10м. Бег в колонну по одному - по постоянно меняющемуся зрительному сигналу выполняется определенное задание: ускорения, изменение направления.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении технических приемов: передач, подачи, нападающего удара, блокирования.

Техническая подготовка.

Стойки и перемещения.

1. Стартовая стойка: основная, низкая.
2. Ходьба и бег, перемещаясь лицом вперед.
3. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед.
4. Двойной шаг вперед, скачок вперед, остановка шагом.
5. Сочетание способов перемещений, сочетание стоек и перемещений.

Верхняя и нижняя передача мяча.

1. Верхняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения. С собственного подбрасывания и набрасывания партнера (в парах).
2. Верхняя передача мяча через сетку с собственного подбрасывания и набрасывания партнера.
3. Верхняя передача в тройках двумя мячами, через сетку после второй передачи, верхняя передача в прыжке
4. Нижняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения. С собственного подбрасывания и набрасывания партнера (в парах).
5. Нижняя передача мяча через сетку с собственного подбрасывания и набрасывания партнера.
6. Нижняя передача в тройках двумя мячами, через сетку после второй передачи, назад за спину после ускорения вперед
7. Верхняя и нижняя передача в парах.
8. То же после перемещения.
9. Передачи в треугольнике зоны 6-3-2; 6-3-4.

Подачи мяча.

1. Подача нижняя прямая. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.
2. Подача мяча в стену нижняя и верхняя прямая (расстояние 3-4 метра).
3. Подача с расстояния 3 метров через сетку.

4. Поддача с расстояния 6 метров через сетку.
5. Поддача из-за лицевой линии.
6. Поддача верхняя прямая. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.
7. Выполнение верхней прямой поддачи (удар по неподвижному мячу).
8. Верхняя прямая поддача через сетку (расстояние 3-6-9 метров).
9. Ознакомление с подачей в прыжке.

Нападающий удар.

1. Нападающий удар по неподвижному мячу (в парах, партнер держит мяч стоя на гимнастической скамейке).
2. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.
3. Нападающий удар с места, с собственного подбрасывания.
4. Нападающий удар с места с набрасывания партнера.
5. Нападающий удар в прыжке после напрыгивания.
6. То же через сетку.
7. То же после второй передачи.
8. Нападающий удар с двух шагов (шаг и напрыгивание).
9. То же после второй передачи.

Игра в защите.

1. Качалочка (для мальчиков).
2. Из упора стоя на коленях, переворот боком на гимнастическом мате (для девочек).
3. Из упора присев (на гимнастическом мате) правая (левая) сзади, толчок ногами и перекат с груди на живот, ноги соединить (для мальчиков).
4. Переворот боком на гимнастическом мате из исходного положения, стоя правым (левым) боком согнувшись (для девочек).
5. Из упора лежа на гимнастическом мате, партнер держит за ноги, перекат на грудь с помощью партнера (для мальчиков).
6. Кувырок назад через правое (левое) плечо на гимнастическом мате, из положения, лежа на спине (для всех).
7. То же из положения приседа (для всех).
8. Перекат на грудь из стойки, после перемещения.
9. Переворот в сторону из выпада.
10. То же из стойки.
11. То же после перемещения.

Блокирование.

1. Постановка и вынос рук стоя у сетки (в опорном положении).
2. Вынос рук в положение блокирования прыжком с махом руками.
3. То же после перемещения.
4. Групповое блокирование.
5. Групповое блокирование после перемещения.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

1. Выбор способа отбивания мяча через сетку (верхней передачей, нижней передачей, нападающим ударом).
2. Вторая передача (из зоны 3) игроку, к которому передающий обращен лицом.
3. Нижняя прямая поддача на точность в зоны - по заданию.
4. Передача мяча через сетку на свободное место, на слабого игрока.

Тактика защиты.

1. Взаимодействия игроков задней линии при приеме подачи и передаче. Игроков зоны 1 и 5 с игроком зоны 6, игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.
2. Игроков передней линии: игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2.
3. Взаимодействие игроков задней и передней линии. Игроков зон 5, 1 и 6 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (при обманах).

4. Игроков зон 2 и 4 с игроком зоны 6.

Сдача контрольных нормативов.

6.1. Бег 20м.

6.2. Бег 60м.

6.3. Бег 500м.

6.4. Челночный бег 3х10м.

6.5. Прыжок в длину с места.

6.6. Прыжки через скакалку за 15 сек.

6.7. Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы из положения сидя.

6.8. Подтягивание из виса на высокой перекладине (мал.), в висе лёжа на низкой перекладине (дев.).

6.9. Отжимание в упоре лёжа от пола (мал.), от скамейки (дев.).

6.10. Броски с пяти точек.

6.11. Умение перемещаться в игровой стойке.

Самоподготовка

**Календарный учебный график
распределения учебных часов в группах с нагрузкой 2 часа в неделю**

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (первый год обучения)

Содержание занятий	Периоды			
	Всего часов	осень	зима	весна
1.Теоретические знания	16	6	5	5
Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.	6	2	2	2
Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.	5	3		2
Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.	3		2	1
Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм, первая помощь, спортивный массаж. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	
2.Практические занятия	40	14	14	12
Общая физическая подготовка	11	4	3	4
Специально-физическая подготовка.	11	4	4	3
Техники и тактики волейболиста.	18	6	7	5
3. Соревнования	10	4	3	3
Контрольные игры и соревнования	8	3	3	2
Судейская практика	2	1	1	
Выполнение контрольных нормативов	6	3		3
Всего:	72	24	23	25

Рабочий план график секционного занятия 1 год обучения

№ п/	Наименование раздела	Дата проведения	Кол-во часов	Тип секционного занятия		Место проведения	Форма контроля
				теория	практика		
1	Теоретические знания: Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм, первая помощь, спортивный массаж. Инструктаж по ТБ.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
2	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. <u>Техника передвижений:</u>		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
3	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
4	Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
5	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
6	Верхняя и нижняя передача мяча. Верхняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
7	Верхняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
8	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
9	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
10	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

11	Верхняя передача мяча через сетку с собственного подбрасывания и набрасывания партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
12	Выполнение контрольных нормативов: Челночный бег 3х10 м; метание набивного мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
13	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000м -подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
14	Выполнение контрольных нормативов: -подъем туловища из положения лежа руки за головой (за 30 сек)		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
15	Игра волейбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
16	Верхняя передача в тройках двумя мячами, через сетку после второй передачи, верхняя передача в прыжке		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
17	Инструкторская и судейская практика. Игра волейбол, подвижные игры.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
18	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
19	Подача мяча в стену нижняя и верхняя прямая (расстояние 3-4 метра).		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
20	Нижняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
21	Нижняя передача мяча вперед-вверх, над собой – на месте и после перемещения.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
22	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
23	Верхняя и нижняя передача в парах.		1		1	МБОУ «СОШ п.	Текущий контроль

	То же после перемещения.					Нивенское»	
24	Подвижные игры с мячом. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущи й контрол
25	Упражнения для развития точности попадания. Подвижная игра.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущи й контр
26	Блокирование. 1. Постановка и вынос рук стоя у сетки (в опорном положении).		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
27	Блокирование. Групповое блокирование. Групповое блокирование после перемещения.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
28	Верхняя прямая подача через сетку (расстояние 3-6- 9 метров).Ознакомление с подачей в прыжке.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
29	Правила соревнований. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
30	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
31	Тактика нападения. Передача мяча через сетку на свободное место, на слабого игрока.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущи й контрол ь
32	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Нападение быстрым прорывом		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
33	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
34	Нападение быстрым прорывом		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
35	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
36	Игроков передней линии: игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
37	<u>Тактика игры:</u> <u>Нижняя прямая подача на точность в зоны - по</u>		1		1	МБОУ «СОШ п.	Текущи й контрол

	<u>заданию.</u> <u>4. Передача мяча через сетку</u> <u>на свободное место, на</u> <u>слабого игрока.</u>					Нивенское»	ь
38	Тактика защиты: Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
38	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
40	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
41	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
42	Нижняя прямая подача на точность в зоны - по заданию.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
43	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
44	Тактика защиты: Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
45	Нижняя прямая подача на точность в зоны - по заданию.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
46	Нападающий удар. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
47	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
48	Нападающий удар. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
49	Игра волейбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущи й контро
50	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

51	Нападающий удар. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
52	<u>Тактика защиты:</u> Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
53	Тактика нападения. 1. Выбор способа отбивания мяча через сетку (верхней передачей)		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
54	Контрольные игры и соревнования. Игра волейбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагнос тирующ ий конт
55	Тактика нападения. 1. Выбор способа отбивания мяча через сетку (верхней передачей, нижней передачей, нападающим ударом).		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контрол ь
56	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
57	Тактика нападения. 1. Выбор способа отбивания мяча через сетку (верхней передачей, нижней передачей)		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контрол ь
58	Нападающий удар. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
59	<u>Тактика защиты:</u> Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
60	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр
61	Нападающий удар. Подбрасывание мяча на нужную высоту и расстояние от туловища.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
62	Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контро
63	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констат ирующи й контр

64	Развитие и состояние волейбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
65	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контр
66	<u>Тактика защиты:</u> Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контро
67	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
68	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
69	Тактика игры Взаимодействие игроков задней и передней линии.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контр
70	Выполнение контрольных нормативов: -прыжки со скакалкой за 1 мин., подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контро
71	Выполнение контрольных нормативов: подъем туловища из положения лежа, руки за головой (за 30сек.); Чел. бег 3х10;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
72	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000; метание набивного мяча.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контр

Рабочая программа воспитания содержит:

- цель и особенности организуемого воспитательного процесса;
- формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности., организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания
- планируемые результаты и формы их проявления;
- календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

Гражданско-патриотическое – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

Нравственное и духовное воспитание – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Интеллектуальное воспитание – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

Здоровье сберегающее воспитание – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

Социокультурное и медиа культурное воспитание – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Правовое воспитание и культура безопасности – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

Воспитание семейных ценностей – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Формирование коммуникативной культуры – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Экологическое воспитание – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

Художественно-эстетическое воспитание – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Дружба	Беседа о дружбе	Сентябрь-октябрь
2	Новый год	Матчевый турнир	Декабрь январь
3	Защитник отечества	Рисуем героя	февраль
4	Женщина-мать	Конкурс рисунков «Мама»	Март-апрель
5	День Победы	Участие в мероприятиях, посвященных «Дню Победы»	Май

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Игры, уроки, соревнования	Формирование культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности, развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;	Сохранение физического и психического здоровья	В течение года	Зам. директора по УВР, педагог организатор
2	День ГТО – норма жизни»	соревнования			февраль	Зам. директора по УВР, педагог организатор

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май

3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к природе	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март

Список литературы, который может быть составлен для разных участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей) и включать в себя перечень печатных и электронных источников, интернетресурсов.

Наглядно-методический материал:

- ✓ Диагностические методики и контрольные нормативы по ОФП
- ✓ Учебно-методическая литература;
- ✓ Наглядные пособия (фотографии, видеоматериалы).

Мотивационные условия

На учебных занятиях и массовых мероприятиях особое место уделяется формированию мотивации учащихся к занятию дополнительным образованием.

Для этого:

- удовлетворяются разнообразные потребности учащихся: в создании комфортного психологического климата, в отдыхе, общении и защите, принадлежности к детскому объединению, в самовыражении, творческой самореализации, в признании и успехе;
- дети включаются в разнообразные виды деятельности (игровая, соревновательная, культурно-досуговая и т. д.), в соответствии с их индивидуальными склонностями и потребностями, а также возрастными особенностями и уровнем сохранности здоровья;
- учащиеся вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний через проведение подвижных игр, соревнований.
- на занятиях решаются задачи проблемного характера посредством включения в проектную деятельность;
- применяются разнообразные формы проведения занятий и выездных мероприятий: экскурсия, выездные мастер-классы, социальные акции, форумы, профессиональные пробы и т.д.;
- совместно с педагогом разрабатывается индивидуальная образовательная траектория (индивидуальный образовательный маршрут),
- создается ситуация выбора образовательного модуля;
- проводятся профессиональные пробы и другие мероприятия, способствующие профессиональному самоопределению учащихся.

Методическое обеспечение

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Форму занятий можно определить как самостоятельную, групповую, индивидуальную деятельности детей.

Методика реализации данной программы основывается на личностно-ориентированном и компетентностном подходах. Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть обеспечивается наличием всех необходимых для работы материалов, инвентаря. Теоретическая часть представляет собой необходимый объем информации по заданной теме. Практическая часть осуществляется при наличии оборудования и площадки.

Согласно основным идеям и положениям ФГОС второго поколения, основной подход, используемый при обучении, системно-деятельностный, личностно-ориентированный. Обязательным требованием является формирование у учащихся понимания предметного содержания деятельности, а также формирование навыков самооценки и самоконтроля.

Информационное обеспечение программы

Интернет-ресурсы

<https://nsportal.ru/>, <https://infourok.ru/>, <http://kopilkaurokov.ru>

Список литературы

1. Твой олимпийский учебник. В.С. Родиченко. Москва, 2009 г.
2. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2016 г.
3. Школа физкультминуток 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2015
4. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.-251 с.
5. Твой олимпийский учебник. В.С. Родиченко. Москва, 2009г.
6. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2016 г.
7. Школа физкультминуток 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2015 г.
8. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.-251 с. • Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно – оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. – М., 2003.
9. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М., 1998.
10. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. –М.,1999.
11. Арестов Ю.М. Выжгин В.А. Спортивные игры: учебное пособие для вузов – М.,1980.
12. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу./Журнал «Физкультура в школе» -1990г. №6, 7 – с. 17-18.

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».
4. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 8 мая 2024 г. № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении осуществления образовательной деятельности общеобразовательным программам».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении дополнительного образования детей до 2030 года».

10. Приказ Министерства образования от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области.

Информационное обеспечение для родителей

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Требованиями СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

Информационное обеспечение для обучающихся:

1. Азбука спорта. Костикова Л.В. – М.: ФиС, 2001
2. Бойко В. В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 144 с.
3. Сборник упражнений для развития физических кондиций в баскетболе. Грег Бриттенхэм
4. Современная подготовка юных спортсменов. Методическое пособие. Никитушкин В.Г. - М., 2009 .

Интернет-ресурсы:

1. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2. <http://spo.1september.ru/urok/>
3. <http://www.fizkult-ura.ru/>
4. http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.html
5. <http://doshkolnik.ru>

Рабочая программа воспитания содержит:

- цель и особенности организуемого воспитательного процесса;
- формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности., организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания
- планируемые результаты и формы их проявления;
- календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

Гражданско-патриотическое – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

Нравственное и духовное воспитание – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Интеллектуальное воспитание – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

Здоровье сберегающее воспитание – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

Социокультурное и медиа культурное воспитание – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Правовое воспитание и культура безопасности – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

Воспитание семейных ценностей – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Формирование коммуникативной культуры – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Экологическое воспитание – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

Художественно-эстетическое воспитание – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Дружба	Беседа о дружбе	Сентябрь-октябрь
2	Новый год	Матчевый турнир	Декабрь январь
3	Защитник отечества	Рисуем героя	февраль
4	Женщина-мать	Конкурс рисунков «Мама»	Март-апрель
5	День Победы	Участие в мероприятиях, посвященных «Дню Победы»	Май

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Игры, уроки, соревнования	Формирование культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности, развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;	Сохранение физического и психического здоровья	В течение года	Зам. директора по УВР, педагог организатор
2	День ГТО – норма жизни»	соревнования			февраль	Зам. директора по УВР, педагог организатор

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май

3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к природе	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март

Список литературы, который может быть составлен для разных участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей) и включать в себя перечень печатных и электронных источников, интернетресурсов.

Наглядно-методический материал:

- ✓ Диагностические методики и контрольные нормативы по ОФП
- ✓ Учебно-методическая литература;
- ✓ Наглядные пособия (фотографии, видеоматериалы).

Мотивационные условия

На учебных занятиях и массовых мероприятиях особое место уделяется формированию мотивации учащихся к занятию дополнительным образованием.

Для этого:

- удовлетворяются разнообразные потребности учащихся: в создании комфортного психологического климата, в отдыхе, общении и защите, принадлежности к детскому объединению, в самовыражении, творческой самореализации, в признании и успехе;
- дети включаются в разнообразные виды деятельности (игровая, соревновательная, культурно-досуговая и т. д.), в соответствии с их индивидуальными склонностями и потребностями, а также возрастными особенностями и уровнем сохранности здоровья;
- учащиеся вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний через проведение подвижных игр, соревнований.
- на занятиях решаются задачи проблемного характера посредством включения в проектную деятельность;
- применяются разнообразные формы проведения занятий и выездных мероприятий: экскурсия, выездные мастер-классы, социальные акции, форумы, профессиональные пробы и т.д.;
- совместно с педагогом разрабатывается индивидуальная образовательная траектория (индивидуальный образовательный маршрут),
- создается ситуация выбора образовательного модуля;
- проводятся профессиональные пробы и другие мероприятия, способствующие профессиональному самоопределению учащихся.

Методическое обеспечение

Подготовка юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально - волевой.

Основополагающие принципы:

- Комплексность – предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).
- Преемственность – определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико - тактической подготовленности.
- Вариативность – предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включаются: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальной и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые

требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема. В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно физическую подготовку: общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие осуществляется работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса (с 01 сентября по 31 мая).

Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные.

1.Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма.

2. Подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений. В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям.

Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и в заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом.

В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений. Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования. При проведении занятий используются объяснения, показ, закрепление (отработка навыков), использование отработанных элементов в игровых ситуациях.

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в спортивном зале должна осуществляться влажная уборка;
- в наличии медицинская аптечка с медикаментами для оказания первой доврачебной помощи.

Материально-техническое обеспечение программы:

- спортивный зал 18х9 м;
- сетка волейбольная – 2 шт.
- стойки волейбольные – 2 шт.
- волейбольные мячи – 20 шт.
- гимнастическая стенка – 1 шт.
- гимнастические скамейки – 4 шт.
- гимнастические маты – 6 шт.
- скакалки – 15 шт.
- мячи набивные (масса 1 кг) – 10 шт.
- рулетка – 1 шт.

Дидактическое обеспечение программы:

- картотека упражнений по волейболу (карточки);
- картотека ОРУ для разминки;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе;
- электронное приложение «Энциклопедия спорта»;
- «Правила игры в волейбол»;
- «Правила судейства в волейболе».

Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется тренерами-преподавателями дополнительного образования в рамках их обязанностей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Суханов А.В, Фомин Е.В, Булыкина Л.В. Прыгучесть и прыжковая подготовка волейболиста. Методическое пособие Москва 2012 г.
2. Булыкина Л.В, Фомин Е.В, Волейбол (начальное обучение) «Спорт» 2015 г.
3. Волейбол: программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮСШОР. Москва. «Советский спорт» 2005 г.
4. Волейбол без компромиссов. Воронеж 2001 г.
5. А.В. Беляев, М.В. Савин. Волейбол. Учебник для институтов и академий физической культуры. Москва. «Физкультура, образование и наука». 2000 г.

6. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова Спортивные игры. Учебник для вузов. Москва.

Изд. Центр Академия. Том 1, том 2. 2002, 2004 г

7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно – оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. – М., 2003.

Дополнительная:

- 1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин – М.: Физкультура и спорт., 1978.
- 2. Дворник Л. С. Использование отягощений на тренировках / Л. С. Дворник – М.: Физкультура и спорт, 1995.
- 3. Железняк Ю. Д. Педагогическое физкультурно – спортивное совершенствование: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / Ю. Д. Железняк – М.: 2002.
- 4. Ильинич В. И. Физическая культура студента / В. И Ильинич – М.: 2000.
- 5.. Киселёв П. А. Справочник учителя физической культуры / П. А. Киселёв – Волгоград: Учитель, 2009.
- **Интернет – ресурсы**
- http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть
творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
- <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.