

**Пояснительная записка**

**Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Настоящая программа создана на основе курса обучения игры в волейбол, и предназначена для секционной работы в общеобразовательной школе. Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания. Технические приёмы, тактические действия и особенно игра в волейбол заключает в себе большие возможности для формирования различных жизненно важных двигательных умений и навыков, развивать физические способности учащихся. Волейбол даёт школьникам уникальную возможность для физического, и нравственного совершенствования, способствует воспитания дисциплинированности, развития инициативности, целеустремлённости, творчества формирования умения взаимодействовать с людьми, закаляет волю и характера. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

**Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы — создание современной практико-ориентированной высокотехнологичной образовательной среды, позволяющей эффективно реализовывать экспериментально-исследовательскую деятельность обучающихся в разновозрастных проектных командах, получать новые образовательные результаты и инновационные продукты.

Идея программы состоит в следующем: с большим увлечением выполняется ребенком только та деятельность, которая выбрана им самим свободно; деятельность строится не в русле отдельного учебного предмета.

**Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

**Подача –** технический приём, позволяющий ввести мяч в игру. Существует пять способов выполнения подач:

1. Нижняя прямая подача - игрок стоя лицом (прямо) к сетке. производит удар по мячу ниже оси плечевого сустава.

2. Нижняя боковая подача – игрок стоя боком к сетке удар по мячу наносит ниже оси плечевого сустава,

3. Верхняя прямая подача – удар по мячу наносят выше оси плечевого сустава, стоя лицом к сетке (прямо).

4. Верхняя боковая подача – здесь удар  по мячу наносят выше оси плечевого сустава, стоя боком к сетке.

5. Верхняя прямая подача в прыжке с разбега – игрок выполняет разбег 2 -3 шага, прыжок, замах и удар по мячу производит в фазе полета**.**

**Передача –** технический приём, позволяющий направить мяч выше верхнего края сетки для выполнения нападающего удара (чаще вторая передача).  В современной игре передача – важнейший элемент нападения, связывающий действия защиты и нападения. Главная задача передачи сверху – обеспечить наилучшие условия для действий атакующего игрока при выполнении им нападающих ударов. Существует два способа выполнения:

**Направленность программы.**

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

**Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – базовый.

**Актуальность образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основе и с учетом Федерального закона «Об образовании в Российской федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 (последняя редакция); Приказа Министерства образования и науки Российской федерации №1008 от 29.02.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (последняя редакция); Приказа Министерства просвещения Российской федерации №196 от 9.11.2018 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 "О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей"; Письма Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации»; Письма Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"; Письма Министерства образования и науки Самарской области № МО -16-09-01/826-ТУ от 03.09.2015, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области спорта.

Волейбол - олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия волейболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в волейбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия заключают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения предмета «Волейбол» у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье

**Педагогическая целесообразность образовательной программы воспитательной деятельности для оптимального результата в данной ситуации.**

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейбола и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий: - словесные методы, наглядные методы, практические (игровой, соревновательный, метод упражнений и метод круговой тренировки).

**Практическая значимость образовательной программы**

# Социализирующую функцию учебно-методических и информационных ресурсов образования обеспечивает ориентация содержания занятий на жизненные потребности детей. У ребѐнка формируются умения ориентироваться в окружающем мире и адекватно реагировать на жизненные ситуации. Значительное внимание должно уделяться повышению мотивации. Ведь настоящий процесс художественного творчества невозможно представить без особого эмоционального фона, без состояния вдохновения, желания творить. В таком состоянии легче усваиваются навыки и приемы, активизируются фантазия и изобретательность. Произведения, возникающие в этот момент в руках детей, невозможно сравнить с результатом рутинной работы Для каждого вида творчества существует своя технология, при этом можно. выделить ряд общих существенных положений образовательного процесса:

# -обязательное формирование у детей положительной мотивации к творческой деятельности;

# - получение ими новой информации, новых знаний при решении конкретных практических задач;

# - обретение трудовых умений и навыков без принуждения;

# - занятость каждого ребенка в течение всего занятия.

# Занятия проходят в атмосфере доброжелательности и взаимопонимания, малейший успех ребенка поощряется.

**Принципы отбора содержания образовательной программы.**

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип доступности;

- принцип наглядности;

- принцип взаимодействия и сотрудничества;

- принцип комплексного подхода.

**Отличительные особенности программы.**

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 15-25 человек

**Цель образовательной программы:**  направить мяч над сеткой, чтобы он коснулся площадки соперника, и предотвратить такую же попытку соперника. Для этого команда имеет 3 касания мяча (и еще одно дополнительное касание мяча на блоке).

Мяч вводится в игру подачей: подающий игрок (1 зоны) ударом направляет мяч на сторону соперника. Розыгрыш каждого мяча продолжается до его приземления на площадку, выхода «за» или ошибки команды.

Команда, выигравшая розыгрыш, получает очко (система «каждый розыгрыш – очко»). Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, и право подавать, ее игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке

**Задачи образовательной программы:**

**Образовательные**

* формирование двигательных качеств;
* получение новых знаний.

обучение игре в волейбол (техника, тактика.

**Развивающие**

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

**Воспитательные**

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

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 11 - 18 лет.

Набор детей в объединение – свободный

# Особенности организации образовательного процесса.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Группа формируется из обучающихся 7-11 классов. Состав групп 15-25 человек.

**Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 105 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 3 часа. Занятия проводятся 3 раза в неделю.

**Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 105 часов, включая индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, тренинги.

**Основные методы обучения**

В современных технологических условиях процесс обучения требует методологической адаптации с учетом новых ресурсов и их специфических особенностей.

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в конкурсных режимах и демонстрировать успехи и достижения. 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 решение практических задач, умение ставить цель, планировать достижение этой цели.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого обучающегося на данное занятие;

2 часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется форма творческих занятий, которая придает смысл обучению, мотивирует обучающихся на дальнейшее развитие. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к изучению материала.

Метод дискуссии учит обучающихся отстаивать свое мнение и слушать других. Учебные дискуссии обогащают представления обучающихся по теме, упорядочивают и закрепляют знания.

Деловая игра, как средство моделирования разнообразных условий профессиональной деятельности (включая экстремальные), показывает им возможность выбора этой сферы деятельности в качестве будущей профессии.

Ролевая игра позволяет участникам представить себя в предложенной ситуации, ощутить те или иные состояния более реально, почувствовать последствия тех или иных действий и принять решение.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся;

- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;

- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решении поставленной задачи совместно с педагогом.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение,

показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);

- практический (выполнение работ по инструкционным чертежам, схемам и др.);

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях. При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);

- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);

- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);

- словесный - рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания);

- стимулирования (соревнования, выставки, поощрения).

**Планируемые результаты:**

В работе над программой обучающиеся получают не только новые знания, но также надпредметные компетенции: умение работать в команде, способность анализировать информацию и принимать решения....

***Образовательные.***

Результатом занятий будет способность обучающихся к самостоятельному решению ряда задач с использованием образовательных конструкций, а также создание творческих проектов. Результаты каждого занятия вносятся преподавателем в рейтинговую таблицу. Основной способ итоговой проверки – регулярные зачеты с известным набором пройденных тем. Сдача зачета является обязательной, и последующая пересдача ведется «до победного конца».

***Развивающие.***

Изменения в развитии мелкой моторики, внимательности, аккуратности проявляется на самостоятельных задачах по физической культуре. Наиболее ярко результат проявляется при создании защите самостоятельного творческого проекта. Это также отражается в рейтинговой таблице.

***Воспитательные.***

Воспитательный результат занятий можно считать достигнутым, если обучающиеся проявляют стремление к самостоятельной работе, созданию творческих проектов.

**Механизм оценивания образовательных результатов.**

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Работа с инструментами, техника безопасности.

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. уметь останавливаться после перемещения, выполнить передачу свер­ху двумя руками в стену после собственного подбрасывания

.Средний уровень.  уметь выполнить перемещения и остановку; передачу мяча сверху дву­мя руками и прием снизу двумя руками — на месте..

- Высокий уровень.  уметь выполнить имитацию приема снизу и передачи сверху по сиг­налу; шесть передач в стену подряд, расстояние не менее 1 м, 4 передачи в парах, расстояние 3 м; прием снизу двумя руками от подачи через сетку с расстояния 4 м;

три попадания нижней подачей в площадку из шести попыток.

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы.**

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы в конце освоения модуля. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончанию каждого года обучения) или итоговой аттестации (по окончанию освоения программы).

Обучающиеся участвуют в различных выставках и соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня. По окончании модуля обучающиеся представляют творческий проект, требующий проявить знания и навыки по ключевым темам.

**Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с

реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

− учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

− вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

− формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

− формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

**Материально-технические условия:**

* спортивный зал, соответствующий санитарным нормам СанПин;
* пространственно-предметная среда (стенды, наглядные пособия);

**Кадровые.**

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.

**Методическое обеспечение**

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

**Уровневая дифференциация образовательной программы**

Результатом базового уровня обучения является участие в конкурсных мероприятиях, включенных в рекомендуемый Министерством образования Калининградской области перечень, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиадах не менее 50% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам; включение в число победителей и призёров перечня конкурсных мероприятий, рекомендуемых Министерством образования Калининградской области, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиад не менее 10% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

**Содержание программы** (105 часов, 3 часа в неделю)

1. Вводное занятие ***Теория 1 часа***

Введение в предмет. Инструктаж по технике безопасности. История развития волейбола.

1. Общая физическая подготовка ***Теория 2 часа***

Влияние общих упражнений на организм занимающихся

***Практика 20 часов***

*Строевые упражнения:* Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Построения, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте.

*Упражнения для рук и плечевого пояса:* из различных исходных положений (и.п.) в основной стойке, на коленях, сидя, лежа - сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки одновременно обеими руками и разноименно. То же во время бега и ходьбы.

*Упражнения для ног:* поднимание на носки, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведения и приведения, махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях, выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных и.п. ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.), сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

*Упражнения для туловища*: наклоны, вращения и повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, седы из положения лежа на спине, сидя, различные сочетания этих движений.

*Упражнения для развития силы:* упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание на перекладине, отжимания в упоре, приседания на одной, двух ногах, переноска и перекладывание груза, лазание по канату, упражнения на гимнастической стенке, упражнения с набивными мячами.

*Упражнения для развития быстроты:* повторное пробегание отрезков от 10 до 30 м. Со старта с максимальной скоростью. Бег с заданием догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) в максимальном темпе

*Упражнения для развития гибкости:* ЩРУ с широкой амплитудой движения, упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой, сложенной вчетверо скакалкой; перешагивания и перепрыгивания. Упражнения на гимнастической стенке, скамейке. Шпагаты: правой, левой; поперечный.

*Упражнения для развития ловкости:* разнонаправленные движения рук и ног, кувырки назад, вперед, в стороны с места, с разбега, с прыжка; стойки на голове, руках и лопатках; упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне, равновесие при катании на коньках, метание мячей в неподвижную цель, эстафеты типа "полоса препятствий".

*Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:* прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на 2­х ногах; перепрыгивание через предметы (скамейки, мячи).

*Упражнения для развития общей выносливости:* равномерный бег до 500 м; кросс до 1; дозированный бег по пересеченной местности от 3 до 10 мин; плавание с учетом и без учета времени; ходьба на лыжах с подъемами и спусками с горы. Туристические походы

1. Специальная физическая подготовка ***Теория 2 часа***

Влияние специальных упражнений на организм занимающихся ***Практика 8 часов***

*Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести:* ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м из различных и.п. (стоя, сидя, лежа) лицом, спиной вперед; бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь; бег за лидером без смены и со сменой направления (с поворотом, зигзагом); бег с остановкой и рывком в любом направлении, многократные прыжки с ноги на ногу, на одной ноге на месте и, продвигаясь вперед, в сторону, назад.

Падения: с перекатом на спине с выносом ноги; с перекатом на спине (боку) из выпада в сторону; с перекатом на спине (боку) из выпада вперед. Падения: с амортизацией руками назад и перекатом на спине; вперед с амортизацией руками и перекатом на спине; вперед перекатом прогнувшись;

Падения: со скольжением: в сторону со скольжением на боку; вперед со скольжением прогнувшись.

Броски: вперед со скольжением прогнувшись; вперед перекатом прогнувшись; с кувырком вперед; вперед с приходом руки и ноги. назад с поворотом кругом и приходом руки и ноги; назад выносом ног; назад в упор согнувшись с амортизацией руками сзади; в сторону кувырком через плечо; с перекатом в сторону.

Перекаты: на спине, прогнувшись, на боку, в стороны.

Кувырки: вперед, назад, в сторону, через плечо.

Стойки: на лопатках, на голове и руках, на руках, на предплечьях.

Мосты: из положения лежа, наклоном назад, из стойки на руках.

Упражнения для развития игровой ловкости: подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырка, рывка, падения, броски мяча в стену, в батут с расстояния до 9 м с последующей ловлей. Ведение мяча с ударом о скамейку. Эстафеты с прыжками и бегом, изменением направления, ловлей, передачей и бросками мяча.

Подвижные игры: "салки", "лапта".

*Упражнения для развития оптимальной выносливости:* многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических действиях с различной интенсивностью и различной продолжительностью (в играх).

1. Техническая подготовка ***Теория 2 часа***

Теория технической подготовки

***Практика 14 часов***

*Подводящие упражнения. Упражнения по технике:* бег с подскоками, прыжки, толкаясь одной, двумя ногами; броски мяча в пол, нападающие удары в пол (парами); передача мяча сверху, снизу (парами); игра в защите (в парах); нападающие удары различными способами со всех номеров; подачи, прием подач (в парах); игра в защите (в тройках); игра в защите (в четверках); игра в защите (в пятерках); нападающие удары против одиночного блока; нападающие удары против двойного блока; нападающие удары против тройного блока; взаимодействие игроков; взаимодействие игроков против одиночного блока; взаимодействие игроков против двойного блока; взаимодействие игроков против двойного блока; взаимодействия игроков против тройного блока; розыгрыш тактических комбинаций в расстановках против одиночного блока; розыгрыш тактических комбинаций в расстановках против двойного блока; розыгрыш тактических комбинаций в расстановках против тройного блока; игры 3Х3, 4Х4, 5Х5;

*Техника защиты:* стойка защитника, перемещение приставным шагом, перемещение вперед-назад в стойке защитника; блокирование мяча двумя руками сверху; блокирование игрока, не владеющего мячом; блокирование игрока, владеющего мячом;

1. Тактическая подготовка ***Теория 2 часа***

Теория тактики игры

***Практика 8 часов***

*Индивидуальные тактические действия при передачах:* ускорение во время перемещения различными способами; чередование ускорений и остановок; имитация передачи вперед и назад; чередование передач различных по высоте и расстоянию, стоя у сетки и из глубины, в опорном положении и в прыжке; передачи через сетку на точность; броски с набивным мячом снизу одной рукой, сверху, стоя лицом и боком;

*Индивидуальные тактические действия при подачах:* чередование способов подач на силу и точность; выбор способа нападающего удара; чередование нападающих ударов и «обманок»; нападающие удары с передач, различных по высоте и расстоянию; нападающие удары по ходу или с переводом; отработка взаимодействия игроков передней линии при первой передаче; отработка взаимодействия игроков задней и передней линий при первой передаче; отработка взаимодействия игроков задней линии при первой передаче; отработка взаимодействия игроков передней линии при второй передаче; отработка взаимодействия игроков задней и передней линии при второй передаче; отработка взаимодействия игроков задней линии при второй передаче; отработка взаимодействия игроков внутри линий и между ними при сочетании первой и

второй передач; взаимодействие игроков передней линии; взаимодействие игроков задней линии;

Система игры через игрока передней линии. Система игры через игрока задней линии, выходящего для передачи к сетке.

1. Интегральная подготовка ***Практика 10 часа***

Упражнения по технике в виде игры “Эстафеты у стены”, “Мяч капитану”, “Точно в цель”, и т.д.

Учебные двусторонние игры с заданиями. Контрольные игры с заданиями. Задания в игре по технике. Задания в игре по тактике. Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите. Командные действия в защите.

1. Контрольно-проверочные мероприятия ***Практика 1 часа***

Контрольное занятие в форме зачета.

**Учебный план**

|  | Название раздела, темы | Кол-во часов | | | | Формы аттестации/контроля |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Всего | Теория | Практика | Самостоятельная подготовка |
| **1** | Вводное занятие | 10 | 3 | 5 | 2 | Опрос, практические навыки |
| **2** | Общая физическая подготовка | 20 | 5 | 10 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **3** | Специальная физическая подготовка | 20 | 5 | 10 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **4** | Техническая подготовка | 20 | 5 | 10 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **5** | Тактическая подготовка | 20 | 5 | 10 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **6** | Интегральная подготовка | 10 | 3 | 5 | 2 | Опрос, практические навыки |
| **7** | Контрольно-проверочные мероприятия | 5 | 1 | 2 | 2 | Опрос, практические навыки |
|  | Итого: | 105 | 27 | 52 | 26 | Опрос, практические навыки |

**Календарный учебный график**

| **№** | | Дата проведения занятия | | Время проведения занятий | | Кол-во часов | | Тема занятия | | Место проведения | | Форма контроля | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Сентябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Введение в предмет  Инструктаж по ТБ | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Сентябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Правила соревнований, место занятий. История развития волейбола. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Сентябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Правила соревнований, место занятий. История развития волейбола. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Сентябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для рук и плечевого пояса | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Сентябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для ног и туловища. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | октябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для ног и туловища. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Октябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для ног и туловища. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Октябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития физических качеств. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | Октябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития физических качеств. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития физических качеств. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития физических качеств. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для быстроты и прыгучести | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для быстроты и прыгучести | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | ноябрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Падения и перекаты. Игра | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Падения и перекаты. Игра | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития игровой ловкости. Игра | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития игровой ловкости. Игра | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Подвижные игры | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Подвижные игры | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | декабрь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения по технике. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Упражнения по технике. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Передачи мяча | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 1 | | Передачи мяча | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Подачи. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Подачи. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в нападении. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в нападении. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | январь | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в нападении. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в нападении. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в нападении. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в защите. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в защите. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в защите. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в защите. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Игра в защите. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | февраль | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные действия при передачах | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные действия при передачах | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные действия при подачах | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные действия при подачах | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | март | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Система игры. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | апрель | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Задания по тактике и технике. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | апрель | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Задания по тактике и технике. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | апрель | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные и групповые действия. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | апрель | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Индивидуальные и групповые действия. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | май | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Командные действия в игре. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | май | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | май | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольно-проверочные мероприятия. | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
|  | | май | |  | | 16-30 – 18-00 | | 2 | | Контрольные нормативы | | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

1) гражданско-патриотическое

2) нравственное и духовное воспитание;

3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

4) интеллектуальное воспитание;

5) здоровьесберегающее воспитание;

6) правовое воспитание и культура безопасности;

7) воспитание семейных ценностей;

8) формирование коммуникативной культуры;

9) экологическое воспитание.

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**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия, события | Направления воспитательной работы | Форма проведения | Сроки проведения |
| 1 | Инструктаж по технике  безопасности  , 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  оборудованию | Гражданско-патриотическое  воспитание, нравственное  воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-  май |
| 4 | Защита проектов внутри  группы | Нравственное воспитание,  трудовое воспитание | В рамках занятий | Октябрь-  май |
| 5 | Участие в соревнованиях  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 |
| 8 | Открытые занятия для  родителей | Воспитание положительного  отношения к труду и  творчеству;  интеллектуальное  воспитание; формирование  коммуникативной культуры | В рамках занятий | Декабрь,  май |

**Список литературы**

Нормативные правовые акты

1. 1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от          29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
5. 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».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области 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".
8. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., -- М.: «Физкультура, образование, наука», 2000.
9. Железняк Ю. Д. “Юный волейболист”. Учебное пособие для тренеров. - М.: «Физкультура и спорт», 1988.
10. Загорский Б. И., Залетаев И. П., Пузырь Ю. П. и др. “Физическая культура”. Высшая школа. 1989 г.
11. Ивойлов А. В. Волейбол: [Учебник для »ус..». пед. ин-тов].-- Мн.: Выш. школа, физ. воспитания 1979.
12. Ковалев В.Д. Спортивные игры; М., 1988
13. Коробейников Н. К., Михеев А. А., Николаенко Н. Г. “Физическое воспитание”. Учебное пособие для средних специальных учебных заведений. Высшая школа 1984 г.
14. 7.Д.Железняк -«подготовка юных волейболистов», М. просвещение. 1989г
15. А.Г. Фурманов. Игра в мини-волейбол. М.
16. Ю.О. Чехов. Основы волейбола. М. ФИС. 1979 г.