

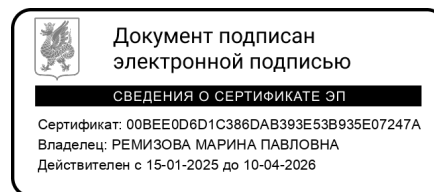
**Управление образования
Исполнительного комитета муниципального образования города Казани**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани**

Принята
педагогическим советом
МБУДО «Центр внешкольной работы»
Приволжского района г.Казани
Протокол от «01» 09 20 25 года № 1

«Утверждаю»
Директор МБУДО «Центр внешкольной
работы» Приволжского района г.Казани

М.П.Ремизова
Приказ от «01» 09 20 25 года № 162



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ВолейБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: базовый
Срок реализации: 4 года
Возраст обучающихся: 11-15 лет

Автор-составитель:
Билалов Ирек Назимович
педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ 2025

Информационная карта образовательной программы

- | | | |
|------|---|---|
| 1. | Образовательная организация | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани |
| 2. | Полное название программы | ВолейБОЛ |
| 3. | Направленность программы | Физкультурно-спортивная |
| 4. | Сведения о разработчике | |
| 4.1. | ФИО, должность | Билалов Ирек Назимович, педагог дополнительного образования |
| 5. | Сведения о программе: | |
| 5.1. | Срок реализации | 4 года |
| 5.2. | Возраст обучающихся | 11-15 лет |
| 5.3. | Характеристика программы: | |
| | -тип программы | дополнительная общеобразовательная программа. |
| | -вид программы | общеразвивающая. |
| | -принцип проектирования программы | Модульная |
| | -форма организации содержания и учебного процесса | |
| 5.4. | Цель программы | Сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол |
| 5.5. | Образовательные уровни | |
| 6. | Формы и методы образовательной деятельности | Практические занятия: учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные.
Учебные занятия по теоретической подготовке.
Формы организации на занятии: групповая, подгрупповая, индивидуальная. |
| 7. | Формы мониторинга результативности | текущий контроль
-промежуточный контроль
-итоговый контроль
Тестирование, контрольные занятия по видам подготовки |
| 8. | Результативность реализации программы | Личностные результаты освоения программы:
1. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
2. развитие навыков коммуникации со сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
3. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
4. формирование эстетических потребностей, |

ценностей и чувств;

5. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости.

Метапредметные результаты освоения программы:

6. умение работать индивидуально и в группе;
7. умение самостоятельно определять для себя цели своего обучения, ставить перед собой новые задачи;
8. умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи;
9. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления выбора в деятельности;
10. умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
11. умения понимать причины успеха или неуспеха и способности конструктивно оценивать свои действия;
12. ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности;
13. способность проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
14. способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять задания;
15. уважительное отношение к окружающим, проявления культуры взаимодействия и терпимости в достижении общих целей при совместной деятельности.

Предметные результаты освоения

программы:

знать:

- о волейболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- правила игры в волейбол;
- правила распределения физической нагрузки;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

уметь:

- проводить специальную разминку для волейболиста;
- вести счет;

демонстрировать:

- основы техники и тактики волейбола;

- индивидуальные методы действий в игре;
- основы судейства в волейболе.

Результаты мониторинга.

9.	Год создания программы Дата последней корректировки программы	2021 г. Январь, 2025 г.
----	---	----------------------------

10. Рецензенты
 Заместитель директора по УВР Герасимова Н.В.,
 методист Семенова О.Н.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка.....	5
2. Учебно-тематический план	9
3. Содержание разделов и тем.....	13
4. Планируемые результаты освоения программы.....	27
5. Организационно-педагогические условия реализации	30
6. Форма аттестации/контроля.....	31
7. Оценочный лист.....	31
5. Список литературы.....	31

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительное образование в сфере физической культуры и спорта занимает сегодня важное место в структуре системы образования в Российской Федерации.

При разработке программы были использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 года №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
- Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 года №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»);
- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан от 07.03.2023 года №2749/23 «О направлении методических рекомендаций»);
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы» Приволжского района г.Казани;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей (адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей) и рабочей программам, индивидуальном образовательном маршруте.

В основу программы положены нормативные требования по физической, технической и тактической подготовке, научные и методические разработки по волейболу, необходимые для освоения навыков игры.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть учащихся занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является формирование комфортной образовательной среды, которая воспитывает у детей и подростков культуру здорового и

безопасного образа жизни на всех возрастных этапах. Занятия спортом, благодаря индивидуальному подходу к особенностям каждого ребенка, позволяют ему ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях и, самое главное, в показателях его физического и психологического здоровья.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся 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 обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Данная образовательная программа направлена на организацию последовательного учебного процесса юных волейболистов в рамках образовательных уровней и проведение целенаправленной работы в области развития и воспитания обучающихся. Вариативность содержания образовательных уровней позволяет учащимся с имеющимися знаниями и навыками игры в волейбол, на основании результатов входящего мониторинга быть зачисленными на любой образовательный уровень, а также осуществлять выпуск обучающихся после окончания определённого уровня.

Процесс обучения предполагает 2 уровня:

1 ступень – ознакомительный (1 год обучения);

2 ступень – базовый (3 года обучения).

В программе учебно-тематический план включает в себя модули:

Инвариантный – ориентирован на обязательное изучение обучающимися.

Вариативный (по выбору 10 часов) – позволяет создать условия для обеспечения общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся с учетом их индивидуальных возможностей, способностей и образовательных потребностей, обеспечивая условия для достижения гарантированного уровня образования.

Воспитательный – направлен на развитие высоконравственной личности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовывать свой потенциал в условиях современного общества.

Каникулярный – позволит создать условия для формирования разносторонне-развитой личности, развития творческого потенциала учащихся, активного отдыха и рационального использования каникулярного времени через погружение детей в творческий процесс.

Цели и задачи образовательной программы

Цель: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучение техническим приёмам и правилам игры в волейбол;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- обучение основам судейства;
- обучение взаимодействию игроков исходя из амплуа;

Развивающие:

- развитие технической и тактической подготовленность в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умения игры;
- развитие физических качеств, расширить функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитание организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
- воспитание чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитание потребности к ведению здорового образа жизни.

Цель и задачи 1 уровня обучения (ознакомительного)

Цель: физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом.

ЗадачиОбучающие:

- Ознакомление обучающихся с видом спорта – волейбол; правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углубление и дополнение знаний, умений и навыков, получаемые обучающимися на занятиях физкультуры;
- Формирование представлений о здоровом образе жизни (ЗОЖ).

Развивающие:

- Укрепление опорно-двигательного аппарат детей;
- Развитие основных физических качеств: ловкости, быстроты, выносливости, силы и гибкости.
- Развитие волевых качеств: настойчивости, целеустремленности, самоконтроля.

Воспитательные:

- Воспитание дисциплины и ответственности, культуры поведения;
- Воспитание осознанного отношения к собственному здоровью;
- Воспитание взаимопомощи и поддержки для создания безопасной среды.

Цель и задачи 2 уровня обучения (базового)

Цель: формирование у обучающихся устойчивых знаний, умений и навыков игры в волейбол, грамотной демонстрации знаний и умений на занятиях и соревнованиях.

ЗадачиОбучающие:

- обучение основам техники и тактики игры в волейбол;
- обеспечение общефизической подготовки;
- закрепление знаний волейбола, изучение тактических и технических приёмов игры;
- привитие навыков соревновательной деятельности;
- обучение техники нападения и защиты в волейболе, исходя из индивидуальных данных

- закрепление технико-тактической подготовки в соревнованиях
- обеспечение интегральной подготовки
- обучение игровым элементам исходя из амплуа

Развивающие:

- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- совершенствование общей физической подготовленность обучающихся;
- развитие обучающихся такие физические качества как сила, быстрота, ловкость, выносливость, скоростные качества;
- развитие у обучающихся логического мышления в игре, предвидение результатов своей деятельности, стремление к самостоятельности, самосовершенствованию;
- развитие у обучающихся специфических двигательных качеств, относящиеся к волейболу: игровая ловкость, скоростная выносливость, координационная выносливость, умение дифференцировать силу.

Воспитательные:

- Формирование интереса к систематическим занятиям волейболом;
- Воспитание целеустремленности у обучающихся;
- Воспитание дисциплинированности;
- Воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- Воспитание трудолюбия, воли, самостоятельность в принятии решений и ответственности за принятые решения;
- воспитывать коллективизм внутри команды.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся школьного возраста 11-15 лет.
Количество учащихся в группе – 15 человек.

Срок освоения программы и режим занятий

Полный срок освоения программы составляет 4 года – 576 часа.
Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий составляет 45 минут (академический час) с перерывом длительностью 10 минут

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2.1. Учебно-тематический план программы (1-й ступень обучения – ознакомительный)

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации или контроля
		Теория	Практика	Всего	
1. Инвариантные модули					
1.1	«Введение в предмет»	4	2	6	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	«Общеразвивающие упражнения (ОРУ)»		22	22	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.3.	«Общая физическая подготовка (ОФП)»	1	32	33	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.

1.4.	«Техническая подготовка (ТП)»	4	10	14	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.5	«Специальная физическая подготовка (СФП)»	2	25	27	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.6	«Тактическая подготовка (ТП)»	4	6	10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.7	«Контрольно-оценочные и переводные испытания»		6	6	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Контрольные нормативы.
2. Вариативный модуль (10 часов)					
2.1	Подвижные игры с элементами командных спортивных игр.		10	10	Наблюдение. Опрос.
2.2	Развитие творческого мышления	2	8	10	Наблюдение. Опрос.
3	Воспитательный модуль		10	10	Наблюдение. Опрос.
4.	Каникулярный модуль		6	6	Наблюдение. Опрос.
	Итого	15/17	129/127	144	

**2.2. Учебно-тематический план программы
(2-й ступень обучения – базовый 1 год обучения)**

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			
		Теория	Практика	Всего	
1. Инвариантные модули					
1.1	Введение. Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях.	4		4	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)		8	8	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.3	Общая физическая подготовка (ОФП)	1	25	26	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.4	Техническая подготовка и тактическая подготовка (ТПП).	2	54	56	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.6	Специальная физическая подготовка (СФП)		15	15	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.6	Игры по волейболу. Соревнования	1	4	5	Оперативный контроль.

	по волейболу				Педагогическое наблюдение.	
1.7	Контрольно-оценочные переводные испытания	и	4	4	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Контрольные нормативы.	
2. Вариативный модуль (10 часов)						
2.1	Различные виды спорта с элементами русско-народных игр	с	2	8	10	Наблюдение. Опрос.
2.2	Развитие креативного мышления юных спортсменов		2	8	10	Наблюдение. Опрос.
3	Воспитательный модуль		1	9	10	Наблюдение. Опрос.
4.	Каникулярный модуль		1	5	6	Наблюдение. Опрос.
	Итого		12	132	144	

**2.3. Учебно-тематический план программы
(2-й ступень обучения – базовый 2 год обучения)**

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	Теория	практика	
1. Инвариантный модуль					
1.1	Введение в предмет	2	2		Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Общая физическая подготовка	14		14	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.3	Специальная физическая подготовка	16		16	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.4	Технико-тактическая подготовка	38	2	36	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.5	Учебные и тренировочные игры	26	-	26	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.6	Контрольные игры и соревнования	14	-	14	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.7	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	8	-	8	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение,

					контрольные нормативы.
2. Вариативный модуль					
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
2.2	Судейская подготовка	10	2	8	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
2.3	Развитие творческого мышления	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
3.	Воспитательный модуль	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
4.	Каникулярный модуль	10		10	Опрос, беседа, тестирование.
	Итого:	144	4/6	140/138	

**2.4. Учебно-тематический план программы
(2-й ступень обучения – базовый 3 год обучения)**

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	Теория	практика	
1. Инвариантный модуль					
1.1	Введение в предмет	2	2		Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Общая физическая подготовка	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.3	Специальная физическая подготовка	12		12	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.4	Технико-тактическая подготовка	42	6	36	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.5	Учебные и тренировочные игры	26	-	26	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
1.6	Контрольные игры и соревнования	14	-	14	Оперативный контроль. Педагогическое

					наблюдение.
1.7	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	8	-	8	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение, контрольные нормативы.
2. Вариативный модуль					
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
2.2	Судейская подготовка	10	2	8	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
2.3	Развитие творческого мышления	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
3.	Воспитательный модуль	10		10	Оперативный контроль. Педагогическое наблюдение.
4.	Каникулярный модуль	10		10	Опрос, беседа, тестирование.
	Итого:	144	8/6	136/138	

3. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ

3. 1. Содержание программы (1-й ступень обучения – ознакомительный)

1. Инвариантный модуль.

1.1 Введение в предмет

Теория: История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.

Практика: Правила игры. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей.

1.2 Общеобразовательные упражнения

Практика: ОРУ на месте без предметов. ОРУ в движении без предметов ОРУ с набивными мячами. ОРУ с волейбольными мячами. ОРУ в парах.

1.3 Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория: Значение ОФП в подготовке волейболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.

1.4 Техническая подготовка (ТП)

Теория : Общая характеристика технических действий в волейболе.Значение технической подготовки в волейболе. Тактические системы нападения в волейболе.Тактические системы защиты в волейболе.

Практика: Стойки игрока. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху).Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

1.5 Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория: Значение физической подготовки в волейболе. Отработка навыков судейства, жестикуляционной терминологии.Оформления протоколов и заявок на участие в соревнованиях.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.Акробатические упражнения. Подвижные игры, эстафеты.

1.6 Тактическая подготовка (ТП)

Теория :Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика: Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча

1.7 Контрольно-оценочные и переводные испытания

Практика: Теоретическая подготовка Общая физическая подготовка, Специальная физическая подготовка, Техничко-тактическая подготовка.

2.Вариативный модуль

2.1 Подвижные игры с элементами командных спортивных игр.

Практика: Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры с перемещениями игроков: «Полёт мяча» Эстафеты. «Быстрые передачи» «Челночный бег с переносом кубиков». Игры с передачами мяча: игровое задание «Стремительные передачи», «У кого меньше мячей»: «Мяч – ловцу» эстафета с передачей волейбольного мяча, эстафета «Передал — садись», «Приём и передача мяча в движении», Игры с передачами мяча через сетку: «Летающий мяч», эстафета «Мяч над сеткой». Игры с подачами мяча: «Пионербол» «Защита укрепления» Эстафеты. Подвижные игры на основе баскетбола «Повтори движения.» Эстафеты «Один в поле воин» «Пятнашки» «Играй, играй, мяч не теряй.» Эстафеты

2.2 Развитие творческого мышления

Теория: Креативность в подвижных спортивных играх

Практика: «Повтори за мной», гимнастика для глаз, «Идите за мной». «Играй, играй, мяч не теряй» когнитивные упражнения, упражнения на воображение, интуицию, эмоциональность.

3.Воспитательный модуль

с	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	на	Воспитательные мероприятия
3.1	Гражданско-патриотическое воспитание			
3.1.1.	В патриотизме молодежи – будущее России. Формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина-патриота Родины, способного успешно выполнять	Осознание обучающимися нравственной ценности причастности к судьбе Отечества,	как его	Праздники, посвященные памятным датам, встречи с ветеранами и интересными

	гражданские обязанности в мирное и военное время.	прошлому, настоящему, будущему.	людьми, акции. Памятные даты: День защитников Отечества, Международный женский День.
3.1.2	История в лицах.	Беседа о легендарных женщинах спортсменах.	Создание проектов «Их имена звучат гордо»
3.2	Духовно-нравственное воспитание		
3.2.1	Культура поведения в различных образовательных ситуациях	Беседы об алгоритме и правилах поведения на занятиях, мероприятиях, соревнованиях	Посещение спортивного мероприятия
3.2.2	Осознание обучающимися семьи, как важнейшей жизненной ценности.	Беседы, родительские собрания, родительский лекторий, индивидуальное консультирование, совместные мероприятия, игры, анкетирование, семейные праздники и часы общения	спортивное мероприятие обучающихся с родителями «Я и моя мама», «Как организовать отдых родителей совместно с ребенком»
3.2.3	Создание условий для безопасности жизни и деятельности обучающихся.	Беседы «Безопасные каникулы»	
3.3	Физическое воспитание и формирование культуры здоровья		
3.3.1.	Культура здоровья обучающихся в объединении.	Мероприятия, направленных на здоровьесбережение и укрепление.	Проведение соревнований «Школа безопасности» Беседа «Влияние вредных факторов на организм человека»
3.4	Профессиональное самоопределение		
3.4.1	Культура индивидуального и коллективного выступления на соревнованиях.	Беседа: требование к к экипировке и внешнему виду	Учебные экскурсии футбольные

		играющих, правила общения со зрителями, правила поведения на футбольном поле и в спортивных комплексах.	клубы, участие в мастер-классах спортсменов футболистов
3.5	Социально-личностное		
3.5.1	Формирование системы взаимодействия педагогов с родителями для создания условий свободного и творческого развития детей	Спортивное мероприятие обучающихся «Наша спортивная семья»,	Посещение спортивного мероприятия

4.Каникулрный модуль

	Направление	Содержание деятельности		Форма (очно/дистант)
4.1	Гражданско-патриотическое направление	углубление и расширение знаний обучающихся о российских спортсменах.	4.1.1.	10 наших спортсменов, которые потрясли мир своими достижениями и вошли в историю как непобежденные https://adme.media/svoboda-kultura/10-nashih-sportsmenov-kotorye-potryasli-mir-svoimi-dostizheniyami-i-voshli-v-istoriyu-kak-nepobezhdennye-2511846/ викторина (приложение)
			4.1.2.	Елена Валерьевна Вяльбе https://ru.wikipedia.org/wiki/Вяльбе,_Елена_Валерьевна викторина https://ru.quizzclub.com/trivia/v-kakom-vide-sporta-preuspela-elena-valerevna-vyalbe/
4.2	Профилактическое	создание условий для формирования у детей культуры здорового и безопасного образа жизни.	4.2.1.	Просмотр видеоролика «Безопасная дорога». https://vk.com/video-198866830_456239063 Просмотр видеоролика презентации «Техника безопасности при использовании средств индивидуальной мобильности» https://vk.com/video/@labbezvlg?z=video-198866830_456240034%2Fpl_-198866830_-2 Выполнение контрольного задания:

				<p>Онлайн тест по ПДД - http://sakla.ru/ Видеофрагменты – тайные знаки http://sakla.ru/quest/quest/9/ Прыжковые развивающие упражнения в домашних условиях https://youtu.be/VGA8h8wMZs4?si=1-qP7eV6MdOtS49U</p>
4.3	Творческое	Знакомство с искусством кинематографии о спорте	4.3.1.	<p>Просмотр художественного фильма «Белый снег» https://yandex.ru/video/preview/14936073616492496369 Выполнение контрольного задания: Описать, какой рекорд установила лыжница.</p>

3.2 Содержание программы (2-й ступень обучения – базовый 1 год обучения)

1.Инвариантный модуль

1.1. Введение

Теория: История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Правила игры. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.

1.2. «Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

Практика: ОРУ на месте без предметов. ОРУ в движении без предметов. ОРУ с набивными мячами ОРУ с волейбольными мячами. ОРУ в парах.

1.3. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория: Значение ОФП в подготовке волейболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Эстафеты. Подвижные игры. Игровые задания с элементами спортивных игр.

1.4. Техническая подготовка и тактическая подготовка (ТТП). (76 часов)

Теория: Значение технической и тактической подготовки в волейболе. Правила игры в волейбол.

Практика: Стойки игрока. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Поддачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки). Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча.

1.5. Специальная физическая подготовка (СФП). (15 часов)

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим. Акробатические упражнения. Подвижные и спортивные игры.

1.6. «Игры по волейболу. Соревнования по волейболу».)

Практика: Игры, соревнования.

1.7. «Контрольно-оценочные и переводные испытания».

Практика: Специальные эстафеты и контрольные упражнения (нормативы).

2. Вариативный модуль.

2.1 Различные виды спорта с элементами русско-народных игр.

Теория. Правила игры.

Практика: Игры: «Лапта», «Перетяни веревочку», «Городки», «Мишень», «Мышка и две кошки», «Хоккей с мячом», «Ловилки догонялки», «Выщибалы», «Змейка», «Третий лишний», «Горелки», «Цепочка», игры праздника Сабантуй.

2.2 Развитие креативного мышления юных спортсменов

Теория: Креативность в подвижных спортивных играх

Практика: «Повтори за мной», гимнастика для глаз, «Зоркий глаз», «Играй, играй, мяч не теряй.» когнитивные упражнения, упражнения на воображение, интуицию, эмоциональность.

Раздел № 3 Воспитательный модуль.

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
3.1	Гражданско-патриотическое воспитание		
3.1.1.	В патриотизме молодежи – будущее России. Формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина-патриота Родины, способного успешно выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время.	Осознание обучающимися как нравственной ценности причастности к судьбе Отечества, его прошлому, настоящему, будущему.	Праздники, посвященные памятным датам, встречи с ветеранами и интересными людьми, акции.
3.1.2	История в лицах.	Беседа о легендарных спортсменах – участниках Великой Отечественной Войны.	Создание проектов «Герои особого назначения»
3.2	Духовно-нравственное воспитание		
3.2.1	Культура поведения в различных образовательных ситуациях	Беседы об алгоритме и правилах поведения на занятиях, мероприятиях, соревнованиях	Посещение спортивного мероприятия
3.2.2	Осознание обучающимися семьи, как важнейшей жизненной ценности.	Беседы, родительские собрания, родительский лекторий, индивидуальное консультирование, совместные мероприятия, игры, анкетирование, семейные праздники и часы общения	спортивное мероприятие обучающихся с родителями «Я и семья», «Как организовать отдых семьи на праздниках»

3.2.3	Создание условий для безопасности жизни и деятельности обучающихся.	Беседы «Безопасные каникулы»	
3.3	Физическое воспитание и формирование культуры здоровья		
3.3.1.	Культура здоровья обучающихся в объединении.	Мероприятия, направленных на здоровьесбережение и укрепление.	Проведение соревнований «Школа безопасности» Беседа по профилактике вредных привычек на тему «Хорошие привычки»
3.4	Профессиональное самоопределение		
3.4.1	Культура индивидуального и коллективного выступления на соревнованиях.	Беседа: требование к к экипировке и внешнему виду играющих, правила общения со зрителями, правила поведения на баскетбольном поле и в спортивных комплексах.	Учебные экскурсии футбольные клубы, участие в мастер-классах спортсменов футболистов
3.5	Социально-личностное		
3.5.1	Формирование системы взаимодействия педагогов с родителями для создания условий свободного и творческого развития детей	Спортивное мероприятие обучающихся «Спортивная семья – папа, мама, я»,	Посещение спортивного мероприятия

Раздел № 4 Каникулярный модуль.

	Направление	Содержание деятельности		Форма (очно/дистант)
4.1	Гражданско-патриотическое направление	углубление и расширение знаний обучающихся о российских спортсменов.	4.1.1.	История клуба. https://www.rubin-kazan.ru/pages/history Выполнение контрольного задания: Онлайн - викторина на знание ФК «Рубин» https://www.sports.ru/tribuna/blogs/rubin_kazan/3033730.html или

				<p>Онлайн - викторина о футболе https://yandex.ru/games/app/185982?utm_medium=search&utm_source=yandex&utm_campaign=rus_games_title-k50-11_desk_yandex_search_460.new%7C72279172&utm_content=k50id%7C0100000037575764834_37575764834%7Ccid%7C72279172%7Cgid%7C4870825167%7Caid%7C13475503968%7Cadb%7Cno%7Cpos%7Cpremium1%7Csrc%7Csearch_none%7Cdevice%7Cdesktop%7Cmain&utm_term=футбольная%20викторина Или все о футболе викторина (приложение) История клуба. https://www.rubin-kazan.ru/pages/history Выполнение контрольного задания: Онлайн - викторина на знание ВК «Зенит» https://www.sports.ru/tribuna/blogs/rubin_kazan/3033730.html История клуба УНИКС. https://www.unics.ru/about/history/.</p>
			4.1.2.	<p>Просмотр документальный фильм про ФК Rubin Казань. https://vk.com/video-24278920_159148188 Выполнение контрольного задания: Викторина на знание содержательного компонента ролика (приложение)</p>
4.2	Профилактическое	создание условий для формирования у детей культуры здорового и безопасного образа жизни.	4.2.1.	<p>Просмотр видеоролика «Безопасная дорога». https://vk.com/video-198866830_456239063 Просмотр видеоролика презентации «Техника безопасности при использовании средств индивидуальной мобильности» https://vk.com/video/@labbezvlg?z=video-198866830_456240034%2Fpl_-198866830_-2 Выполнение контрольного</p>

				задания: Онлайн тест по ПДД - http://sakla.ru/ Видеоквесты – тайные знаки http://sakla.ru/quest/quest/9/
4.3	Творческое	Знакомство с искусством кинематографии о спорте	4.3.1.	Просмотр художественного фильма «Выкрутасы» https://saturday.lordfilms.club/filmy/9316-vykrutasy.html Выполнение контрольного задания: Описать, какие финты выполняли главные герои фильма, какими качествами характера обладала команда победителя.

3.3. Содержание программы (2-й ступень обучения – базовый 2 год обучения)

1. Инвариантный модуль:

1.1 Введение в предмет

Теория: Повторный инструктаж по технике безопасности. Классификация технико-тактических действий на игровом площадке. Дифференциация игроков на игровые амплуа. Принцип дифференциации игроков.

1.2 Общая физическая подготовка

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим).

1.3 Специальная физическая подготовка

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим. Специальные упражнения с набивными мячами и утяжелителями.

1.4 Техничко-тактическая подготовка

Теория: Игровые амплуа в волейболе и их игровые функции. Принцип разделения на амплуа. Взаимосвязь игровых амплуа.

Практика: Стойки в сочетании с перемещениями. Передачи мяча сверху и снизу в парах. Приём мяча сверху через сетку, Нижняя прямая подача, Сочетание способов перемещений (лицом, боком, спиной), Передачи мяча в сочетании с перемещениями, Приём мяча, направленного ударом (в парах). Нижняя прямая подача. Верхняя подача в стену. Двойной шаг, скачок, остановка прыжком, Встречная передача вдоль сетки и через сетку, Приём сверху нижней прямой подачи. Верхняя прямая подача через сетку. Сочетание перемещений и технических приёмов в защите. Передача мяча сверху, стоя спиной к партнёру. Чередование приемов мяча сверху и снизу. подача в заданную часть площадки. Сочетание перемещений и технических приемов в защите. Передача мяча со сменой мест. Прием снизу верхней прямой подачи. Соревнования на точность выполнения подачи. Передача мяча в тройках, стоя на одном месте. Прием мяча снизу через сетку. Соревнования на количество подач без промаха. Прямой нападающий удар по закрепленному мячу. Техника блокирования . Прием снизу мяча, направленного ударом. Передачи мяча в тройках (зоны 2-3-4). Нападающий удар по закрепленному мячу.

Одиночное блокирование. Передачи мяча в тройках (зоны 4-5-6 и 1-2-6). Совершенствование техники стоек и перемещений. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером. Одиночное и групповое блокирование. Передача мяча над собой. Нападающий удар по мячу, подброшенному партнером. Многократные чередования приемов мяча сверху и снизу.

1.5 Учебные и тренировочные игры.

Практика: Проведение учебных и тренировочных игр. Обязательное применение в играх изученного программного материала по технической и тактической подготовке. Проведение товарищеских матчей с соседними школьными командами.

1.6 Контрольные игры и соревнования.

Практика: Правила соревнований по волейболу и организация их внутри объединения. Участие в соревнованиях различных уровней (районного, городского).

1.8 Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

Практика: Специальные эстафеты и контрольные упражнения (нормативы).

2 Вариативный модуль:

2.1 Различные виды спорта и подвижные игры.

Практика: Групповые упражнения с гимнастическими скамейками. Упражнения в равновесии и в сопротивлении, 29 лестнице, в подтягивании. Простейшие висы, упоры, подъемы, выполняемые на перекладине. Упражнения со скакалкой.

Акробатические упражнения. Различные кувырки: вперед, назад, боком, стойка на лопатках, стойки на голове и руках, мостик, прыжки вверх без поворота и с поворотом на 180 и 360 градусов Баскетбол. Тактика нападения, выбор места и умение отрываться для получения мяча, целесообразное применение техники передвижения. Броски мяча с места под углом к корзине, с отражением от щита. Двусторонние игры по упрощенным правилам. Подвижные игры и эстафеты. Различные подвижные игры, эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, с переноской, расстановкой различных предметов, лазанием. Комбинированные эстафеты.

2.2 Судейская подготовка

Теория: Обязанности судейской бригады и способы проведения соревнований в волейболе. Владение юными спортсменами умениями и навыками организационной деятельности и судейства учебных занятий, соревнований.

Практика: Судейская практика – разработка положения о соревнованиях, - выполнение обязанностей судьи, выполнение обязанностей судьи секретаря, выполнение обязанностей судьи в площадке

2.3 Развитие творческого мышления

Практика: «Видение поля», гимнастика для глаз, когнитивные упражнения, упражнения на оригинальность, воображение, интуицию, эмоциональность, творческое отношение к работе.

3 Воспитательный модуль.

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
3.1	Гражданско-патриотическое воспитание		
3.1.1.	В патриотизме молодежи – будущее России. Формирование и развитие личности, обладающей качествами гражданина-патриота Родины, способного успешно	Осознание обучающимися как нравственной ценности причастности к судьбе Отечества, его прошлому, настоящему, будущему.	Праздники, посвященные памятным датам, встречи с ветеранами и интересными людьми, акции.

	выполнять гражданские обязанности в мирное и военное время.		
3.1.2	История в лицах.	Беседа о легендарных спортсменах – участниках Великой Отечественной Войны., Специальной военной операции.	Создание проектов «Герои СВО»
3.2	Духовно-нравственное воспитание		
3.2.1	Культура поведения в различных образовательных ситуациях	Беседы об алгоритме и правилах поведения на занятиях, мероприятиях, соревнованиях	Посещение спортивного мероприятия
3.2.2	Осознание обучающимися семьи, как важнейшей жизненной ценности.	Беседы, родительские собрания, родительский лекторий, индивидуальное консультирование, совместные мероприятия,	спортивное мероприятие обучающихся с родителями «Папа, мама, я – спортивная семья».
3.2.3	Создание условий для безопасности жизни и деятельности обучающихся.	Беседы «Безопасные каникулы»	
3.3	Физическое воспитание и формирование культуры здоровья		
3.3.1.	Культура здоровья обучающихся в объединении.	Мероприятия, направленных на здоровьесбережение и укрепление.	Проведение соревнований «Школа безопасности» и Беседа «Режим дня» Беседа «Правильный режим питания». Беседа по профилактике вредных привычек на тему «Хорошие привычки» Беседа «Влияние вредных факторов на организм человека»
3.4	Социально-личностное		
3.4.1	Формирование системы взаимодействия педагогов с родителями для создания условий свободного и творческого развития детей	Спортивное мероприятие обучающихся «Спортивная семья – папа, мама, я»,	Посещение спортивного мероприятия

4 Каникулярный модуль.

	Направление	Содержание деятельности		Форма (очно/дистант)
4.1	Гражданско-патриотическое направление	углубление и расширение знаний обучающихся о волейболе,	и 4.1.1.	Легенды клуба. https://zenit-kazan.com/about/halloffame/ Выполнение контрольного задания: Онлайн – викторина на знание ВК «Зенит-Казань» https://quizes.capital-

		волейбольном клубе и о игроках клуба в родном городе.	4.1.2.	system.com/quizes/4 Просмотр документальный видеоролика про ВК Зенит-Казань. https://www.youtube.com/watch?v=V7KYflxIS5g Выполнение контрольного задания: Викторина на знание содержательного компонента ролика (приложение)
4.2	Профилактическое	создание условий для формирования у детей культуры здорового и безопасного образа жизни.	4.2.1.	Просмотр видеоролика «Безопасная дорога». https://vk.com/video-198866830_456239063 Просмотр видеоролика презентации «Техника безопасности при использовании средств индивидуальной мобильности» https://vk.com/video/@labbezvlg?z=video-198866830_456240034%2Fpl-198866830_-2 Выполнение контрольного задания: Онлайн тест по ПДД – http://sakla.ru/ Видеоквесты – тайные знаки http://sakla.ru/quest/quest/9/
4.3	Творческое	Знакомство с искусством кинематографии о спорте	4.3.1.	Просмотр художественного фильма «Путь к медалям» https://yandex.ru/video/preview/766923976622329086 Выполнение контрольного задания: Описать, каким авантюрным характером обладал главный герой фильма.

3.4. Содержание программы (2-й ступень обучения – базовый 3 год обучения)

1. Инвариантный модуль

1.1 Введение в предмет

Теория: включает повторный инструктаж по технике безопасности, анализ тактических приёмов на игровой площадке и разделение игроков на роли. Принцип разделения основан на индивидуальном подходе к каждому игроку для повышения эффективности команды.

1.2 Общая физическая подготовка

Практика: Упражнения для подготовки, способствующие развитию силы и скорости сокращения мышц, задействованных в выполнении технических элементов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) и быстроты переключения между действиями.

1.3 Специальная физическая подготовка

Практика: Подготовительные упражнения для развития силы и скорости сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приёмов, скоростных, прыжковых, силовых и игровых навыков, а также быстроты переключения между

различными действиями. Эти упражнения включают работу с набивными мячами и утяжелителями.

1.4 Техничко-тактическая подготовка

Теория: Определение технико-тактической подготовки: формирование умений и навыков решения тактических задач в процессе соревнований, развитие специальных способностей и эффективное использование техники. Овладение тактикой индивидуальных, групповых и командных действий на основе оптимального выбора технических приёмов. Комплексное изучение спортивных игр: освоение техники, тактики и психофизических качеств. Неэффективность разделения на технику и тактику и последовательное их освоение. Обучение спортивным играм как процесс последовательного овладения действиями в конкретных ситуациях. Ситуационный игровой двигательный навык как самостоятельный тактико-технический комплекс, состоящий из внешней (техники) и внутренней (тактики) сторон.

Практика: Развитие психофизиологических способностей и физических качеств. Приобретение тактических знаний: общие основы теории тактики волейбола, анализ тактических действий, основы взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков, тактика сильнейших спортсменов и команд. Обучение практическому использованию приёмов и элементов тактики. Совершенствование тактического умения с учётом игровых функций волейболистов. Формирование умения быстро переходить от нападения к защите и наоборот. Формирование умения эффективно использовать технические приёмы и тактические действия в различных игровых ситуациях. Изучение применяемых игровых систем в защите и нападении и их вариантов. Изучение команд соперника: технико-техническая и волевая подготовка. Анализ участия в соревнованиях.

1.5 Учебные и тренировочные игры.

Практика: Проведение учебных и тренировочных игр. Обязательное применение в играх изученного программного материала по технической и тактической подготовке. Проведение товарищеских матчей с соседними школьными командами.

1.6 Контрольные игры и соревнования.

Практика: Правила соревнований по волейболу и организация их внутри объединения. Участие в соревнованиях различных уровней (районного, городского). Повышение уровня физической, технической, тактической и психологической подготовки. Приобретение соревновательного опыта на официальных спортивных соревнованиях. Формирование мотивации для занятий волейболом. Укрепление здоровья спортсменов. Обучение базовой технике и сложным элементам волейбола. Воспитание морально-волевых и этических качеств.

1.8 Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

Практика: Специальные эстафеты и контрольные упражнения (нормативы).

Раздел № 2 Вариативный модуль:

2.1 Различные виды спорта и подвижные игры.

Практика: Групповые упражнения с гимнастическими скамейками. Упражнения в равновесии и в сопротивлении, 29 лестнице, в подтягивании. Простейшие висы, упоры, подъемы, выполняемые на перекладине. Упражнения со скакалкой.

Акробатические упражнения. Различные кувырки: вперед, назад, боком, стойка на лопатках, стойки на голове и руках, мостик, прыжки вверх без поворота и с поворотом на 180 и 360 градусов

Баскетбол. Тактика нападения, выбор места и умение отрываться для получения мяча, целесообразное применение техники передвижения. Броски мяча с места под углом к корзине, с отражением от щита. Двусторонние игры по упрощенным правилам.

Подвижные игры и эстафеты. Различные подвижные игры, эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, с переноской, расстановкой различных предметов, лазанием. Комбинированные эстафеты.

2.2 Судейская подготовка

Теория: Обязанности судейской бригады и способы проведения соревнований в волейболе. Владение юными спортсменами умениями и навыками организационной деятельности и судейства учебных занятий, соревнований.

Практика: Судейская практика – разработка положения о соревнованиях, - выполнение обязанностей судьи, выполнение обязанностей судьи секретаря, выполнение обязанностей судьи в площадке

2.3 Развитие творческого мышления

Практика: «Видение поля», гимнастика для глаз, когнитивные упражнения, упражнения на оригинальность, воображение, интуицию, эмоциональность, творческое отношение к работе.

Раздел № 3 Воспитательный модуль.

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
3.1	Научно-историческое		
3.1.2	История в лицах.	Беседа о легендарных личностях, чьи заслуги отражены в правилах по волейболу	Создание презентации «О создателе правил волейбола»
3.2	Научно-практическое		
3.2.3	Создание условий для научно-практического изучения волейбольного мира	Научные беседы про волейбол посредством научных журналов	Написание научной аннотации по любой теме волейбол
3.3	Научно-культурное		
3.3.1.	Знакомство с волейбольным клубом города и ее научные технологиями	Мероприятия, направленные на знакомство с клубом	Посещение музея клуба города и просмотр научных технологий клуба
4.4	Физическое воспитание и формирование культуры здоровья		
4.4.1	Культура здоровья обучающихся в объединении.	Мероприятия, направленных на соблюдение ЗОЖ.	Беседа «Режим дня» Беседа «Правильный режим питания». Беседа по профилактике вредных привычек на тему «Хорошие привычки» Беседа «Влияние вредных факторов на организм человека»

Раздел № 4 Каникулярный модуль.

	Направление	Содержание деятельности		Форма (очно/дистант)
4.1	Научно-спортивное направление	Оздоровительная направленность занятий волейболом. Биомеханические предпосылки	4.1.1.	Научные технологии в волейболе https://www.youtube.com/watch?v=wAbpJ-0H_8A
			4.1.2.	VR тренировка «Зенит-Казань» Новые технологии в волейболе

		освоения и реализации двигательных действий. Адаптация существующих технических устройств для волейбола и разработка новых.		https://www.youtube.com/watch?v=9oJLvHQod0E
4.2	Познавательное направление	изучение истории развития волейбола, правил соревнований и основных элементов игры. Также оно предполагает ознакомление с основами физической культуры, общей и специальной физической подготовки, техникой и тактикой игры.	4.2.1.	Почему 90% Новичков Никогда Не Научатся Играть в Волейбол https://www.youtube.com/watch?v=mNC3jkq4jRc 10 интересных фактов о волейболе https://www.youtube.com/watch?v=0YkAOQZLwRY
4.3	Творческое	подразумевает использование элементов творчества в процессе обучения техническим приёмам и развитию игрового мышления	4.3.1.	Лучшие моменты в волейболе https://www.youtube.com/watch?v=9oEj64jYHOo

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты освоения программы:

1. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
16. развитие навыков коммуникации со сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
17. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
18. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
19. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости.

Метапредметные результаты освоения программы:

20. умение работать индивидуально и в группе;
21. умение самостоятельно определять для себя цели своего обучения, ставить перед собой новые задачи;
22. умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи;
23. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления выбора в деятельности;
24. умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
25. умения понимать причины успеха или неуспеха и способности конструктивно оценивать свои действия;
26. ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности;
27. способность проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях;
28. способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять задания;
29. уважительное отношение к окружающим, проявления культуры взаимодействия и терпимости в достижении общих целей при совместной деятельности.

Предметные результаты освоения программы:

знать:

- о волейболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- правила игры в волейбол;
- правила распределения физической нагрузки;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

уметь:

- проводить специальную разминку для волейболиста;
- вести счет;

демонстрировать:

- основы техники и тактики волейбола;
- индивидуальные методы действий в игре;
- основы судейства в волейболе.

Планируемые результаты после 1-го уровня обучения (ознакомительного):

Личностные результаты освоения программы:

- использование волейбола для удовлетворения индивидуальных интересов и достижения значимых результатов в физическом совершенстве;
- знание истории возникновения волейбола;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;

- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Метапредметные результаты освоения программы:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий волейболом, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений и активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- соблюдение безопасности во время занятий волейболом;
- использование приобретённых знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни.

Предметные результаты освоения программы:

Должен знать:

- об особенностях зарождения, истории волейбола;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии спортивной игры и правила его предупреждения;
- правила игры в волейбол;
- правила использования спортивного инвентаря;
- причины травм на занятиях и их предупреждение.

Должен уметь:

- выполнять стойку волейболиста;
- подавать подачу;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- владеть техникой приема и передачи мяча, с изменением скорости и направления движения;
- выполнять передачи мяча с близкого расстояния;
- владеть техническими приемами и тактическими взаимодействиями;
- управлять своими эмоциями;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений.

Должен демонстрировать:

- изученные элементы волейбола в учебной игре;
- взаимодействия с командой в учебной игре;
- возрастную динамику физической подготовленности;
- оценку показателей физического развития

Планируемые результаты после 2-го уровня обучения (базового):

Личностные результаты:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности;
- положительные качества личности, дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и настойчивость в достижении поставленных целей;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации, разрешать спорные проблемы на основе взаимного уважения и сотрудничества.

Метапредметные результаты:

- умение работать в группе и индивидуально;
- умения понимать причины успеха или неуспеха и способности конструктивно оценивать свои действия;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности; способность проявлять инициативу и самостоятельность;
- преодолевать трудности.

Должен знать:

- об особенностях зарождения, истории волейбола;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии спортивной игры и правила его предупреждения;
- правила игры в волейбол;
- правила использования спортивного инвентаря;
- причины травм на занятиях и их предупреждение;
- о классификации техники атаки и техники защиты;
- знать жесты судьи;
- знать классифицировать игровые действия каждого амплуа.

Должен уметь:

- быстро и ловко передвигаться по площадке;
- принять и передавать мяч различными способами и на различные расстояния;
- принимать мяч двумя руками сверху и снизу;
- выполнять передачу мяча с любой зоны;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на площадке;
- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- выполнить те игровые действия, которые он может выполнить исходя из игрового амплуа;
- подать мяч «по заказу».

Должен демонстрировать:

- изученные элементы волейбола в двусторонней учебной игре;
- взаимодействия с командой в двусторонней учебной игре;
- развитие физических способностей по социальным тестам средствами волейбола и региональным тестам физической подготовленности;
- возрастную динамику физической подготовленности;
- оценку показателей физического развития;
- все игровые действия в зависимости от игрового амплуа.

5.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ

1.Рекомендации по организации занятий:

- Создание структурированного плана занятий (разработка конспекта включающий в себя теорию и практику).
- Учет индивидуальных потребностей обучающегося.
- Разнообразие форм обучения (Использование различных методов (лекции, практические занятия, турниры, мастер-классы) для поддержания интереса)

- Создание комфортной образовательной среды (удобное помещение, дружелюбная атмосфера).
- Психологическая поддержка (мотивация, индивидуальный подход).

2.Методическое обеспечение программы: (ПРИЛОЖЕНИЕ 2

https://max.ru/join/PuVV_gWZ5EOCKmxm8qvWQxSPxckeeq_88biaxqK5voU)

- Материалы профильной учебной литературы.
- Конспекты занятий.
- Критерии определения знаний, умений и навыков обучающихся.
- Мониторинговые таблицы знаний, умений и навыков.
- Методические наработки;
- Сценарии тематических мероприятий

3.Материально технические условия:

- спортивный инвентарь:
 - волейбольные мячи на каждого обучающегося;
 - набивные мячи - на каждого обучающегося;
 - перекладины для подтягивания в висе – 5-7 штук
 - гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
 - волейбольная сетка;
 - резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося;
 - гимнастические маты;
- спортивные снаряды:
 - гимнастические скамейки – 5-7 штук
 - гимнастическая стенка – 6 пролетов

4.Педагогические технологии

- Личностные технологии: заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучаемого;
- Игровые технологии: реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;
- Инновационные интерактивные технологии обучения: основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия педагога и обучаемого; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать поставленные задачи.

6.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Виды контроля:

- Входная диагностика – определение исходного уровня знаний обучающегося.
- Текущий контроль – отслеживание уровня и качества освоения тем/разделов программы.
 - Промежуточная аттестация – выявление уровня освоения программы обучающимися.
 - Итоговый контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению всего периода обучения.

Формы контроля:

1. Опрос- проверка теоретических знаний шахмат, а также способности объяснить логику ходов.
2. Беседа - это собой диалог между педагогом и обучающимися, основанный на продуманной системе вопросов и заданий, который направлен на активизацию познавательной деятельности, приобретение новых знаний, развитие мышления и речи, а также формирование личностных качеств.
3. Наблюдение- педагог целенаправленно и систематически следит за деятельностью учеников во время практической игры или решения задач, не вмешиваясь напрямую
4. Самоконтроль- способность обучающегося самостоятельно проверять и оценивать собственную игровую деятельность, находить свои ошибки и анализировать их причины.
5. Взаимоконтроль- обучающиеся проверяют и оценивают работу друг друга.
6. Оперативный контроль - непрерывный процесс наблюдения, анализа и мгновенного принятия решений, который осуществляется тренером и игроками непосредственно во время матча.

Применяемые формы и методы педагогического контроля и подведения итогов реализации программы позволяют отслеживать степень выполнения общей цели и задач, динамику роста знаний, умений и навыков обучающихся. На основе полученной информации, при необходимости, вносятся соответствующие.

7.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценивание знаний и умений обучающихся происходит через тестирование теоретической подготовки, тестовые задания ОФП, тестовые задания СФП, тесты технико-тактической подготовки. (ПРИЛОЖЕНИЕ 3
https://max.ru/join/PuVV_gWZ5EOCKmXm8qvWQxSPxckeeq_88biaxqK5voU)

Высокий уровень (в): выполнение нормативов в объёме более 70%

Средний уровень (с): выполнение нормативов в объёме от 40% до 70%

Низкий уровень (н): выполнение нормативов в объёме до 40%

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Бабушкин Г.Д., Рогов И.А. Психологический практикум для специализации «Теория и методика видов спорта» – Омск: СибГАФК, 1996.– 83 с.
2. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Набатникова М.Я., Основы управления подготовкой юных спортсменов. – М: 1982
12. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.

13. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. -М., 1998.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Мармор В.К. Специальные упражнения волейболиста. – Кишинев: «Карта Молдовеняскэ», 1975.
4. Мерзляков В.В., Гордышев В.В. Игры, эстафеты, игровые упражнения волейболиста. – Волгоград, 1977.
5. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.

Приложения:

1. Приложение 1. Годовые календарные учебные графики по годам обучения.
https://max.ru/join/PuVV_gWZ5EOCKmxm8qvWQxSPxckeeq_88biaxqK5voU
2. Приложение 2. Методическое обеспечение программы.
https://max.ru/join/PuVV_gWZ5EOCKmxm8qvWQxSPxckeeq_88biaxqK5voU
3. Приложение 3. Оценочные материалы.
https://max.ru/join/PuVV_gWZ5EOCKmxm8qvWQxSPxckeeq_88biaxqK5voU