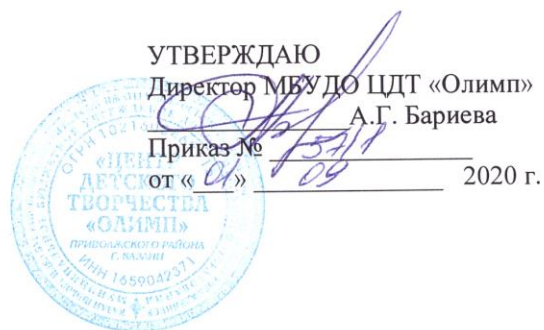


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества «Олимп» Приволжского района г. Казани

Казан шәһәре Идел буе районының “Олимп” балалар ижаты үзәге”  
өстәмә белем муниципаль бюджет учреждениесе

Принята на заседании  
Педагогического Совета  
МБУДО ЦДТ «Олимп»  
Протокол № 28  
от «28» 08 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

*физкультурно-спортивной направленности*

**«ВОЛЕЙБОЛ-YOUNG»**

Возраст учащихся: 13-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

*Автор-составитель программы:  
Тростогон Сергей Анатольевич,  
педагог дополнительного образования*

г. Казань, 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

Информационная карта образовательной программы .....	3
I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
1.1. Цель и задачи программы .....	5
1.2. Ожидаемые результаты учащихся после 1-го года обучения .....	5
1.3. Формы проведения занятий по волейболу .....	5
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИАЛА ПО ВОЛЕЙБОЛУ НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД (1-ЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ) .....	6
III. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИАЛА ПО ВОЛЕЙБОЛУ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ .....	7
IV. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН УЧАСТИЯ В МЕРОПРИЯТИЯХ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ .....	14
V. НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ	15
5.1. Текущие нормативные требования для учащихся 1-го года обучения (Декабрь)	15
5.2. Итоговые нормативные требования для учащихся 1-го года обучения (Май)	16
VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ .....	17
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	18

## Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества «Олимп» Приволжского района г. Казани
2	Полное название программы	<b>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол-Young»</b>
3	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	Ф.И.О., должность	Тростогон Сергей Анатольевич педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	1 год
5.2	Возраст учащихся	13–15 лет
5.3	Характеристика программы -тип программы -вид программы	- Модифицированная - Однопрофильная
5.4	Цель программы	Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование основных двигательных умений и навыков в волейболе
6	Формы и методы образовательной деятельности	<i>Формы обучения</i> – групповая, индивидуальная. <i>Методы обучения:</i> - словесные (беседа, объяснение); - наглядные (схемы, образцы, рисунки, презентации); - практические - физические упражнения; - игровой и соревновательный; - самостоятельная работа учащихся.
7	Формы мониторинга результативности	- мониторинг достижений учащихся (листы, протоколы мониторинга); - портфолио достижений учащихся; - участие в соревнованиях и турнирах.
8	Результативность реализации программы	В качестве показателей результативности реализации программы рассматривается участие учащихся в: - спортивных праздниках, конкурсах; - матчевых встречах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста; - соревнованиях местного, районного уровней; - контрольных (нормативных) испытаниях и упражнениях
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	01.09.2020
10	Рецензенты	Программно-экспертная комиссия МБУДО ЦДТ «Олимп»

# І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1. Цель и задачи рабочей программы

**Основная цель программы:** Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование основных двигательных умений и навыков в волейболе.

Исходя из заданной цели, сформированы следующие **задачи:**

### 1. Образовательные:

✓ Ознакомить учащихся с интереснейшим видом спорта волейболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;  
✓ Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

### 2. Развивающие:

✓ Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;  
✓ Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.  
✓ Развить физические качества, индивидуальные способности личности к саморазвитию, самоопределению.

### 3. Воспитательные:

✓ Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;  
✓ Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников;  
✓ Развивать механизмы, обеспечивающие расширение взаимодействия педагогического коллектива с родителями.

## 1.2. Ожидаемые результаты учащихся после 1-го года обучения

*По окончании первого года обучения учащиеся:*

✓ получают теоретические сведения о волейболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;  
✓ ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;  
✓ улучшат общую физическую подготовку;  
✓ освоят упражнения СФП;  
✓ ознакомятся с азами технико-тактической подготовки;  
✓ обучатся игровой ориентации в пионерболе;  
✓ улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;  
✓ будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;  
✓ будут выполнять повороты вперед и назад, на 180 градусов;  
✓ научатся принимать мяч двумя руками снизу;  
✓ научатся передавать мяч двумя руками: сверху, снизу;  
✓ научатся выполнять прямую, косую, короткую и длинную подачи мяча;  
✓ научатся выполнять нападающий удар: с места, с разбега, по прямой линии, по диагонали;  
✓ научатся выполнять нападающий удар после передач различной длины и высоты;

- ✓ научатся выбирать правильную позицию на площадке;
- ✓ будут уметь выполнять подстраховку партнера;
- ✓ будут уметь выполнять одиночное и двойное блокирование;
- ✓ будут уметь в командных нападающих действиях разыгрывать мяч (на 3 счета);
- ✓ в защитных действиях будут уметь противодействовать выходу соперника на свободное место.

### **1.3. Формы проведения занятий по волейболу**

- ✓ Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- ✓ Медицинский контроль;
- ✓ Участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах;
- ✓ Дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».