

1. Пояснительная записка

1.1 Направленность программы

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изменениями, внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. №145-ФЗ, от 06.04.2015 г. №68 –ФЗ, от 19.12.2016 г. от 26.07.2019 г. N 232-ФЗ).
2. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ 31.03.2022 № 678-р);
3. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»)
4. Письма МОиН РФ от 14.12.2015 N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
5. Плана реализации концепции развития дополнительного образования детей.
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 N 189 (ред. от 22.05.2019) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10» Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с «СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы») (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 N 19993).
7. Письма МОиН РФ от 14.12.2015 N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».
8. Приказа МОиН РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9.10 2018 г. № 196.
9. «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Москва, 2015 г.).
10. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. №

298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Положения о дополнительном образовании обучающихся МБОУ Торопецкой гимназии имени Патриарха Тихона

1.2 .Характеристика обучающихся по программе.

Данная программа составлена для детей 5-8 классов.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей. Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

1.3 Актуальность данной программы заключается в том, что в школе за последние годы накоплен опыт реализации здоровьесберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растёт заболеваемость учащихся. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта и печени, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся, на заседании методического совета принято решение по проектированию комплексной программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» для учащихся 5–8 классов, реализация которой будет

нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье учащихся, а также решению вопроса занятости обучающихся.

Программа по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемая часть всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

1.4 Основные особенности программы.

Отличительной особенностью данной программы является ознакомление начинающих волейболистов с основными группами технических, тактических приемов, позволяющих успешно вести игровую деятельность, способствующих формированию интереса обучающихся волейболу.

Основной формой занятия является спортивная тренировка.

Дидактическая направленность, обусловленная решением образовательных задач. Постоянный состав занимающихся и их возрастная однородность.

Использование разнообразных организационных форм, средств, методов и приемов. Гибкая информационная система контроля знаний, умений и навыков.

1.5. Формы и технологии образования детей

Обучение по программе ведется с использованием очной формы обучения

Организуя образовательный процесс педагоги используют следующие **методы обучения:**

- Словесный – подача нового материала;
- Наглядный – обращение к образам, помогает ребенку почувствовать, понять окружающий мир.
- Практический – позволяет применить полученные знания при выполнении заданий.

- Демонстрационный – показ моделей, предметов, презентаций.
- Метод стимулирования познавательного интереса.
- Наблюдение и анализ.
- Иллюстративный – используется в сочетании с вербальным (словесным) методом, показ плакатов, схем, картин, зарисовок и т.д.

Практические и теоретическое.

1.6. Объём и срок реализации программы.

Срок реализации программы четыре года. Занятия проводятся один раз в неделю в каждой возрастной категории. За учебный год-34 уч. занятия.

1.7 Режим занятий

Принадлежность к дополнительному образованию определяет режим проведения занятий, а именно: занятия проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует одному академическому часу в неделю (один раз в неделю по 1 часу).

Год обучения -34 часа.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

2. Обучение

2.1 Цель:

укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Задачи:

Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.

Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.

Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.

Обучение технике и тактике игры в волейбол.

Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).

Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.

Воспитание моральных и волевых качеств.

2.2 Учебный план

5 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Перемещения	8
2	Верхняя передача	6
3	Нижняя передача	6
4	Верхняя прямая подача с середины площадки	4
5	Приём мяча	3
6	Подвижные игры и эстафеты	7
7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого 34 часа	

6 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	8
2	Закрепление техники верхней передачи	6
3	Закрепление техники нижней передачи	6
4	Верхняя прямая подача	4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	7

7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого 34 часа	

7 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	8
2	Закрепление техники верхней передачи	6
3	Закрепление техники нижней передачи	6
4	Верхняя прямая подача	4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	7
7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого 34 часа	

8 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4
2	Прямой нападающий удар	7
3	Совершенствование верхней прямой подачи	6
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4
5	Двусторонняя учебная игра	5

6	Одиночное блокирование	4
7	Страховка при блокировании	4
8	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого 34 часа	

Тематическое планирование

5 класс

№	Тема	практика
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)	1
2	Стойка игрока (исходные положения)	1
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1
7	Игровое занятие	1
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1
10	Эстафеты с различными способами перемещений	1
11	Разучивание верхней передачи мяча над собой	1
12	Верхняя передача мяча над собой	1
13	Верхняя передача мяча над собой	1

14	Игровое занятие.	1
15	Разучивание верхней передачи мяча у стены	1
16	Верхняя передача мяча в парах	1
17	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку	1
18	Игровое занятие	1
19	Разучивание верхней прямой подачи с середины площадки	1
20	Верхняя прямая подача с середины площадки	1
21	Верхняя прямая подача с середины площадки	1
22	Верхняя прямая подача с середины площадки	1
23	Игровое занятие	1
24	Нижняя передача над собой	1
25	Нижняя передача над собой	1
26	Нижняя передача над собой	1
27	Игровое занятие	1
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах	1
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах	1
30	Игровое занятие	1
31	Приём мяча с подачи у стены	1
32	Подача и приём мяча в парах	1
33	Подача и приём мяча через сетку в парах с середины площадки	1
34	Учебная игра в мини-волейбол	1
	Всего:	34

6 класс

№	Тема	практика
1	История возникновения волейбола. Развитие волейбола. История возникновения волейбола. Техника безопасности. Правила игры в мини-волейбол, волейбол.	1
2	Техника приема мяча. Игра «пионербол».	1
3	Стойка игрока, Перемещение, прием мяча двумя руками сверху.	1
4	Прием мяча двумя руками снизу.	1
5	Приём мяча двумя руками снизу.	1
6	Передачи мяча над собой.	1
7	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	1
8	Нижняя прямая подача.	1
9	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.	1
10	Верхняя прямая подача	1
11	Верхняя прямая подача и верхний прием	1
12	Боковая нижняя прямая подача	1
13	Боковая верхняя прямая подача.	1
14	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	1
15	Прямой нападающий удар.	1
16	Нападение через 3-ю зону.	1
17	Нападение через 2-ю зону.	1
18	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам.	1
19	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству.	1

20	Верхняя передача мяча в парах с шагом.	1
21	Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
22	Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).	1
23	Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
24	Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).	1
25	Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
26	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
27	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
28	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
29	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
30	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
31	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	1

32	Соревнование в группах	1
33	Соревнование в группах	1
34	Итоговое занятие. Контрольные испытания	1
	Всего:	34

7 класс

№	Тема	практика
1	История возникновения волейбола. Развитие волейбола. История возникновения волейбола. Техника безопасности. Правила игры в мини-волейбол, волейбол.	1
2	Техника приема мяча. Игра «пионербол».	1
3	Стойка игрока, Перемещение, прием мяча двумя руками сверху.	1
4	Прием мяча двумя руками снизу.	1
5	Приём мяча двумя руками снизу.	1
6	Передачи мяча над собой.	1
7	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	1
8	Нижняя прямая подача.	1
9	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.	1
10	Верхняя прямая подача	1
11	Верхняя прямая подача и верхний прием	1
12	Боковая нижняя прямая подача	1
13	Боковая верхняя прямая подача.	1
14	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	1

15	Прямой нападающий удар.	1
16	Нападение через 3-ю зону.	1
17	Нападение через 2-ю зону.	1
18	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам.	1
19	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству.	1
20	Верхняя передача мяча в парах с шагом.	1
21	Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
22	Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).	1
23	Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
24	Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).	1
25	Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
26	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
27	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
28	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	1
29	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие	1

	игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	
30	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней 1 линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие 1 игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.	1
31	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	1
32	Соревнование в группах	1
33	Соревнование в группах	1
34	Итоговое занятие. Контрольные испытания	1
	Всего:	34

8 класс

№	Тема	практика
1	Правила игры и соревнований. Техника передач.	1
2	Техника верхних передач. Игра	1
3	Техника нижних передач. Игра	1
4	Групповые упражнения. Игра	1
5	Упражнения в движении. Учебная игра	1
6	Техника нижней прямой подачи. Учебная игра	1
7	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	1
8	Игровые взаимодействия. Учебная игра	1
9	Групповые упражнения. Учебная игра.	1
10	Одиночное блокирование. Учебная игра.	1

11	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	1
12	Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра	1
13	Прямой нападающий удар через сетку. Учебная игра	1
14	Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра.	1
15	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	1
16	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра	1
17	Сочетание способов перемещений. Прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра.	1
18	Передача мяча снизу двумя руками. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра.	1
19	Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Учебная игра.	1
20	Прием снизу двумя руками. Одиночное блокирование. Учебная игра.	1
21	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Групповое блокирование. Учебная игра.	1
22	Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Учебная игра.	1
23	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара. Учебная игра.	1
24	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Нападающий удар с задней линии. Учебная игра.	1
25	Чередование способов подач. Взаимодействие игроков передней линии. Учебная игра.	1
26	Чередование способов приема мяча. Подача мяча на игрока, слабо владеющего приемом Учебная игра.	1
27	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебная игра.	1

28	Прием мяча снизу двумя руками. Нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра.	1
29	Передача мяча снизу после перемещения. Зонное блокирование. Учебная игра.	1
30	Прием мяча снизу двумя руками от сетки, Одиночное блокирование. Учебная игра.	1
31	Передача мяча двумя руками сверху в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебная игра.	1
32	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	1
33	Соревнование в группах	1
34	Итоговое занятие. Контрольные испытания	1
	Всего:	34

2.3. Содержание учебного плана

Тематика занятий:

Теория (2 часа). История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини волейбол.

Техническая подготовка (21 час)

Овладение техникой передвижения и стоек.

Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.

Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии.

Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Тактическая подготовка (10 часов)

Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).

Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Общефизическая подготовка (на каждом занятии).

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

Соревнования (4 часа)

Принять участие в соревнованиях с родителями, с соседними школами.

Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Система, формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

2.4 Планируемые результаты.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы дополнительного образования:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

В итоге реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся *будут знать:*

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы дополнительного образования по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

2.5 Формы учёта знаний и умений

	Контрольные нормативы	1 год	2 год	3 год	4 год
1	Правила соревнований	+	+	+	+
2	Передачи в парах через сетку двумя руками сверху без потерь	10	13	15	20
3	Передача от стены двумя руками сверху с расстояния 2–3 м без потерь	10	12	15	16
4	Передача от стены двумя руками снизу с расстояния 2–3 м без потерь	10	12	15	16
5	Передачи над собой в круге без потерь	15	20	25	25
6	Подача (любая): из 6 попыток	4	5	-	-
	Подача (любая): из 10 попыток	-	-	7	8
7	Подачи по зонам (1, 6, 5) на точность по 2 в каждую	-	3	4	5

8	Передачи на точность через сетку из зоны 4 в зону 6 после паса преподавателя: из 6 попыток	3	4	5	5
9	Нападающий удар из зоны 4 после паса преподавателя: из 6 попыток	3	3	4	4

3. Воспитание.

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей.

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовнонравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку.

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей. Для решения задач воспитания при реализации образовательной программы необходимо создавать и поддерживать определённые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Ценностно-целевую основу воспитания детей при реализации любой программы составляют целевые ориентиры воспитания как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации программы. Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с предметными направленностями разрабатываемых программ и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного

образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование для программ физкультурно-спортивной направленности: понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни; безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния; стремления к соблюдению норм спортивной этики; уважения к старшим, наставникам; дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта; интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

3.2. Формы и методы воспитания.

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации. Получение информации об открытиях, изобретениях, достижениях в науке и спорте; изучение биографий деятелей российской и мировой науки и культуры, спортсменов, путешественников, героев и защитников Отечества и т. д. — источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения. Важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д. Практические занятия детей (тренировки, репетиции, подготовка к конкурсам, соревнованиям.) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива. В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества:

эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи. Итоговые мероприятия: конкурсы, соревнования, выступления, презентации проектов и исследований, туристические слёты — способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей

3.3. Условия воспитания, анализ результатов.

Необходимым условием организации занятий является психологическая комфортность обучающихся, обеспечивающая их эмоциональное благополучие. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребёнка, индивидуальный подход, создание ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития, но и для нормального психофизиологического состояния.

Анализ результатов воспитания детей, результативности воспитательной работы в процессе реализации программ

К методам оценки результативности реализации программы в части воспитания можно отнести:

— педагогическое наблюдение, в процессе которого внимание педагогов сосредотачивается на проявлении в деятельности детей и в её результатах определённых в данной программе целевых ориентиров воспитания, а также на проблемах и трудностях достижения воспитательных задач программ

3.4. Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Сроки проведения	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Соревнования по пионерболу	Октябрь ноябрь	Спорт.зал	Фотоотчет. Заметки на сайте
2	Матчевая встреча по волейболу	Декабрь	Спорт.зал	Фотоотчет. Заметки на сайте школы
3	Школьные соревнования по	Февраль	Спорт.зал	Фотоотчет. Заметки

	волейболу посвященные Дню защитника Отечества			на сайте
4	Эстафеты и игры с мячами	март	Спортзал	Фотоотчет. Заметки на сайте школы

3.5. Условия воспитания, анализ результатов.

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонафицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью —

используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

4. Организационно-методические условия реализации программы

4.1. Методическое обеспечение:

- Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов /Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2017. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
- Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
- Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.-112с.
- Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2019. 61с.
- Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2015.

Литература для детей:

1. Волейбол (Азбука спорта). Козырева Л. В. Физкультура и спорт. 2005.
2. Волейбол. Правила игры, судейство и организация соревнований. Физкультура и спорт. 2005.
3. Фурманов А Г. Волейбол на лужайке, в парке, на траве. М., 1982.

Перечень Интернет-ресурсов

Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>:

4.2 Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал
Стенка гимнастическая

Скамейка гимнастическая жёсткая
Скамья атлетическая вертикальная, наклонная
Мячи: футбольные, теннисные, малые мячи (мягкие), набивное
Палка гимнастическая
Мячи: баскетбольные, волейбольные
Скакалка детская
Гантели наборные
Табло перекидное
Пульсометр
Шагомер электронный
Ступенька универсальная
Весы медицинские с ростомером
Стойки волейбольные универсальные
Кубики
Обруч детский
Жилетки игровые
Сетка волейбольная
Аптечка
Сетка для переноса и хранения мячей
Конус сигнальный
Ролик для пресса
Насос ручной
Секундомер
Площадка игровая волейбольная

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884127

Владелец Замыслова Валентина Ивановна

Действителен с 29.08.2024 по 29.08.2025