

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Поспелихинская средняя общеобразовательная школа №3»

РАССМОТРЕНО

Педагогический

Совет

Протокол №11

от 27.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора по ВР

И.А. Кононова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ

«Поспелихинская СОШ №3»

Приказ №333 от 27.08.2024г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»

Возраст учащихся: 14 - 18 лет.

Срок реализации: 1 год.

Автор - составитель:

Кононов Сергей Геннадьевич

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты	4
1.3. Содержание программы	5
2. Комплекс организационно - педагогических условий	9
2.1. Календарный учебный график	9
2.2. Условия реализации программы	10
2.3. Формы аттестации	10
2.4. Оценочные материалы	10
2.5. Методические материалы	10
2.6. Список литературы	10

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29.08.2013 № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».

Актуальность:

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

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

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

- волейбол

Вид ДООП:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность ДООП:

Физкультурно-спортивная.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на учащихся 14 - 18 лет.

Срок и объем освоения ДООП:

1 год, 34 педагогических часов, из них:

- «Стартовый уровень» - 1 год, 34 педагогических часов;
- «Базовый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов;
- «Продвинутый уровень» - 0 лет, 0 педагогических часов.

Форма обучения:

Очная.

Особенности организации образовательной деятельности:

Разновозрастная группа.

Режим занятий:

Таблица 1.1.1

Режим занятий

Предмет	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
волейбол	1 час в неделю; 34 часов в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом.

Задачи:

Личностные:

- формирование навыков здорового образа жизни;
- формирование чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- формирование дисциплинированности и ответственности;

Метапредметные:

- развитие мотивации к занятиям волейболом,
- развитие потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.;
- повышение работоспособности учащихся

Образовательные (предметные):

- обучение техническим и тактическим приемам волейбола;

- формирование представления об оздоровлении организма и улучшении самочувствия; дать необходимых дополнительных знаний и умений в области
- формирование умения правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Ожидаемые результаты:

Таблица 1.2.1

Ожидаемые результаты

	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Знать	<ul style="list-style-type: none"> • общие основы волейбола • правила ТБ при игре в волейбол • как правильно распределять свою физическую нагрузку • расширить представление о технических приемах в волейболе 	<ul style="list-style-type: none"> • правила игры в волейбол • правила ТБ при игре в волейбол 	<ul style="list-style-type: none"> • правила игры в волейбол • правила ТБ при игре в волейбол
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> • играть по упрощенным правилам игры в волейбол 	<ul style="list-style-type: none"> • играть по правилам игры в волейбол • правильно распределять свою физическую нагрузку 	<ul style="list-style-type: none"> • играть по правилам игры в волейбол • правильно распределять свою физическую нагрузку
Владеть	<ul style="list-style-type: none"> • техникой перемещений, верхних и нижних передач, верхних и нижних подач • техникой стоек волейболиста при приеме мяча и в нападении 	<ul style="list-style-type: none"> • техникой верхних и нижних подач • техникой стоек волейболиста при приеме мяча и в нападении • нападающим ударом 	<ul style="list-style-type: none"> • техникой верхних и нижних подач • техникой стоек волейболиста при приеме мяча и в нападении • нападающим ударом

1.3. Содержание программы

«волейбол»

Стартовый уровень (1 год обучения)

Учебный план

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контрол я
		Всего	Теория	Практика	
1	Правила ТБ при занятиях волейболом.	1	1	0	
1.1	Правила ТБ при занятиях волейболом.	1	1	0	
2	Обучение технике подачи мяча	8	0	8	
2.2	Нижняя прямая подача.	1	0	1	
2.3	Нижняя боковая подача.	1	0	1	
2.4	Верхняя прямая подача	1	0	1	
2.5- 2.6	Подача с вращением мяча.	2	0	2	
2.7- 2.8	Подача в прыжке.	2	0	2	Зачет "Подача мяча"
2.9	Верхняя передача мяча	1	0	1	
3	Техника нападения	3	0	3	
3.10	Передача в прыжке	1	0	1	
3.11- 3.12	Нападающий удар.	2	0	2	Зачет «Нападающий удар»
4	Техника защиты	5	0	5	
4.13	Приемы мяча.	1	0	1	
4.14- 4.15	Прием мяча с падением.	2	0	2	
4.16	Блокирование одиночное	1	0	1	
4.17	Блокирование групповое	1	0	1	Зачет «Блокирование удара»
5	Тактика защиты	4	0	4	
5.18	Групповые действия в защите внутри линии и между линиями.	1	0	1	
5.19	Элементы гимнастики и акробатики в занятиях	1	0	1	

	волейболиста.				
5.20	Элементы баскетбола в занятиях волейболистов.	1	0	1	
5.21	Индивидуальные тактические действия при приеме подач.	1	0	1	
6	Тактика нападения	9	0	9	
6.22	Индивидуальные и групповые действия нападения.	1	0	1	
6.23	Индивидуальная тактика подач.	1	0	1	
6.24	Индивидуальная тактика передач мяча.	1	0	1	
6.25	Индивидуальная тактика приёма мяча.	1	0	1	
6.26	Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар.	1	0	1	
6.27	Тактика нападающего удара.	1	0	1	
6.28	Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	1	0	1	
6.29	Отвлекающие действия при нападающем ударе.	1	0	1	
6.30	Взаимодействия нападающего и пасующего	1	0	1	Зачет «Нападающий удар»
7	Игра по правилам с заданием	3	0	3	
7.31-7.32	Групповые действия в нападении через игрока передней линии.	2	0	2	
7.33	Командные действия в защите	1	0	1	
8	Итоговое занятие	1	0	1	
8.34	Учебная игра	1	0	1	Зачет «Учебная игра»
	Итого:	34	1	33	

Содержание учебного плана

1. Правила ТБ при занятиях волейболом.

Теория:

Правила ТБ при занятиях волейболом.

1.1. Правила ТБ при занятиях волейболом.

Теория:

Правила ТБ при занятиях волейболом.

2. Обучение технике подачи мяча

2.1. Нижняя прямая подача.

Теория:

Описание техники нижней прямой подачи

Практика:

Отработка нижней прямой подачи

2.2. Нижняя боковая подача.

Теория:

Описание техники нижней боковой подачи

Практика:

Отработка нижней боковой подачи

2.3. Верхняя прямая подача

Теория:

Описание техники верхней прямой подачи

Практика:

Отработка верхней прямой подачи

2.4. подача с вращением мяча.

Теория:

Описание подачи с вращением мяча

Практика:

Отработка подачи с вращением мяча

2.5. подача в прыжке.

Теория:

Описание подачи в прыжке

Практика:

Отработка подачи мяча в прыжке

2.6. Верхняя передача мяча

Теория:

Описание верхней передачи мяча

Практика:

Отработка верхней передачи мяча

3. Техника нападения

Теория:

Описание верхней передачи мяча

Практика:

Отработка верхней передачи мяча

3.1. Передача в прыжке

Теория:

Описание техники передачи мяча в прыжке

Практика:

Отработка передачи мяча в прыжке

3.2. Нападающий удар.

Теория:

Описание техники нападающего удара

Практика:

Отработка нападающего удара

4. Техника защиты

Теория:

Описание техники защиты: приемы мяча, приемы мяча с падением, блокирование мяча

Практика:

Отработка техники защиты: приемов мяча, приемов мяча с падением, блокирования мяча

- 4.1. Приемы мяча.
- 4.2. Прием мяча с падением.
- 4.3. Блокирование одиночное
- 4.4. Блокирование групповое
- 5. Тактика защиты

Теория:

Описание тактики защиты: защита внутри линии и между линиями

Практика:

Отработка тактики защиты: защита внутри линии и между линиями, элементы акробатики

- 5.1. Групповые действия в защите внутри линии и между линиями.
- 5.2. Элементы гимнастики и акробатики в занятиях волейболиста.
- 5.3. Элементы баскетбола в занятиях волейболистов.
- 5.4. Индивидуальные тактические действия при приеме подач.
- 6. Тактика нападения

Теория:

Описание тактики нападения: индивидуальные и групповые действия в нападении, тактика подач и передач мяча

Практика:

Отработка тактики нападения: индивидуальные и групповые действия в нападении, тактика подач и передач мяча

- 6.1. Индивидуальные и групповые действия нападения.
- 6.2. Индивидуальная тактика подач.
- 6.3. Индивидуальная тактика передач мяча.
- 6.4. Индивидуальная тактика приёма мяча.
- 6.5. Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар.
- 6.6. Тактика нападающего удара.
- 6.7. Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.
- 6.8. Отвлекающие действия при нападающем ударе.
- 6.9. Взаимодействия нападающего и пасующего
- 7. Игра по правилам с заданием
- 7.1. Групповые действия в нападении через игрока передней линии.
- 7.2. Командные действия в защите
- 8. Итоговое занятие
- 8.1. Учебная игра

Содержание учебного плана

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.1.1

Календарный учебный график

Позиции	Заполнить с учетом срока реализации ДООП
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	34

Продолжительность каникул	0
Даты начала и окончания учебного года	02.09.2024- 31.05.2025
Сроки промежуточной аттестации	01.10.2023 -31.05.2025
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1

Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> • Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные; теннисные • Мат гимнастический • Свисток игровой. • Секундомер. • Щит баскетбольный тренировочный. • Волейбольная стойка универсальная. Сетка волейбольная.
Информационное обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> • мультимедиа проектор, компьютер
Кадровое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> • Кононов Сергей Геннадьевич, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Соревнования

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1

Оценочные материалы

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития творческого потенциала учащихся	<ul style="list-style-type: none"> • Методика «Креативность личности» Д. Джонсона
Уровень развития социального опыта учащихся	<ul style="list-style-type: none"> • Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева)
Уровень сохранения и укрепления	<ul style="list-style-type: none"> • «Организация и оценка здоровьесберегающей

здоровья учащихся	деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
Уровень теоретической подготовки учащихся	<ul style="list-style-type: none"> • Разрабатываются ПДО самостоятельно
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	<ul style="list-style-type: none"> • ИЗУЧЕНИЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ РОДИТЕЛЕЙ РАБОТОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ (методика Е.Н.Степановой)
Оценочные материалы (указать конкретно в соответствии с формами аттестации)	<ul style="list-style-type: none"> • Оценка проводится методом наблюдения, результаты оцениваются по результативности игрока (количество забитых и пропущенных мячей, количество подборов мяча и т.п.)

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Игра
- Турнир

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения
- Здоровьесберегающая технология

Тип учебного занятия:

Изучения и первичного закрепления новых знаний.

Дидактические материалы:

- Инструкции

2.6. Список литературы

1. . Программа В.И. Лях «Физическая культура, 1-11 классы» - М.: Просвещение, 2011.
2. <http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/07/01/programma-seksii-voleybol>
3. <https://infourok.ru/kontrolnoocenochnie-sredstva-po-voleybolu-k-opop-po-voleybolu-1609042.html>