

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
МКОУ СОШ с.п.Арик
Протокол от «31» августа 2026г.№1



УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ СОШ с.п.Арик
Шинтукова Л.М.
Приказ от «31» августа 2026г.№ 62

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированный
Адресат: обучающиеся 11-14 лет
Срок реализации: 1 год, 108 часов
Форма обучения: очная
Автор-составитель: Абанокова Элла Борисовна, педагог дополнительного образования

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как развивает бережное отношение к своему здоровью и способствует укреплению общего физического развития обучающихся. Данная программа реализуется в рамках Федерального проекта «Успех каждого ребенка».

Волейбол (англ. Volleyball от volley - «залп», «удар с лета», и ball - «мяч») – вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделенной сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника так, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), или игрок защищающейся команды допустил ошибку. Данный вид спорта является олимпийским видом с 1964 года. Существуют многочисленные варианты волейбола, что отпочковались от основного вида, - пляжный волейбол (олимпийский вид с 1996 года), мини-волейбол, сидячий волейбол с 1992 года внесен в программу параолимпийских игр. Именно всю эту историю предстоит узнать обучающимся в рамках данной программы.

Уровень программы: базовый.

Вид программы: модифицированный.

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Национальный проект «Образование».
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. № 11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».
7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
8. Постановление Правительства РФ от 20.10.2021 г. № 1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации».

9. Приказ Минобрнауки России от 25.10.2013 г. №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Приказ Минобрнауки РФ от 22.12.2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

11. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2015 г. №1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания при этом необходимой помощи».

12. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

13. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

14. Приказ Минпросвещения России от 16.09.2020 г. № 500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеобразовательным программам».

15. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

16. Приказ Минобрнауки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

17. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

18. Письмо Минобрнауки РФ от 03.04.2015 г. №АП-512/02 «О направлении методических рекомендаций по НОКО» (вместе с «Методическими рекомендациями по независимой оценке качества образования образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»).

19. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»).

20. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

21. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

22. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014 г. № 23-РЗ «Об образовании».

23. Приказ Минобрнауки КБР от 17.08.2015 г. № 778 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

24. Распоряжение Правительства КБР от 26.05.2020 г. №242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР».

25. Приказ Минпросвещения КБР от 14.09.2022 г. №22/756 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в КБР».

26. Письмо Минпросвещения КБР от 02.06.2022 г. №22-01-32/4896 «Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные)».

27. Письмо Минпросвещения КБР от 26.12.2022 г. №22-01-32/11324 «Методические рекомендации по разработке и экспертизе качества авторских дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

28. Устав МКОУ СОШ с.п. Арик.

Актуальность программы заключается в том, что ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Она направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

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 обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Новизна программы заключается в совершенствовании тактических приёмов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование метода тестирования. Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди детей и подростков, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Отличительной особенностью программы является её направленность не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей. Могут посещать занятия ребята с разной физической подготовкой и физическими способностями. Кроме того, теоретический материал программы позволит расширить кругозор детей в области спорта в целом, сформирует интерес занимающихся к волейболу, положительному влиянию спорта на здоровье и бережному отношению к своему личному здоровью. Программа учитывает различный уровень физической подготовки детей, их возрастные особенности, индивидуальные личностно-психологические характеристики.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой для себя деятельности в области физической культуры и спорта.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет.

Принимаются все желающие от 11 до 14 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Срок реализации программы: 1 год, 108 часов.

Режим занятий: занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу.
Продолжительность занятия 40 минут.

Наполняемость группы: 15-20 человек.

Формы занятий:

- парные;
- групповые;
- коллективные.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Традиционная модель реализации программы.

Последовательное освоение содержания в течение одного года обучения в одной образовательной организации.

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством занятий волейболом.

Задачи программы:

Личностные:

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный волейбол;
- развить ответственность;
- развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в волейбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям волейболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научить договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Учебный план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	теория	практика	
Раздел 1: Основы знаний		6	3	3	
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	1	1		
1.2	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	1		1	опрос
1.3	Классификация упражнений	1	1		
1.4	Классификация упражнений	1		1	опрос
1.5	Подводящая игра в волейбол	1	1		
1.6	Подводящая игра в волейбол	1		1	наблюдение
Раздел 2: Общая физическая подготовка		18	3	15	
2.1	Гимнастические упражнения	1	1		
2.2	Гимнастические упражнения	1		1	контрольные упражнения
2.3	Гимнастические упражнения	1		1	контрольные упражнения
2.4	Гимнастические упражнения	1		1	контрольные упражнения
2.5	Гимнастические упражнения	1		1	контрольные упражнения
2.6	Гимнастические упражнения	1		1	контрольные упражнения
2.7	Легкоатлетические упражнения	1	1		
2.8	Легкоатлетические упражнения	1		1	наблюдение, самостоятель ная работа
2.9	Легкоатлетические упражнения	1		1	наблюдение, самостоятель ная работа
2.10	Легкоатлетические упражнения	1		1	наблюдение, самостоятель ная работа
2.11	Легкоатлетические упражнения	1		1	наблюдение, самостоятель ная работа
2.12	Легкоатлетические упражнения	1		1	наблюдение, самостоятель

					ная работа
2.13	Подвижные игры	1	1		
2.14	Подвижные игры	1		1	наблюдение
2.15	Подвижные игры	1		1	наблюдение
2.16	Подвижные игры	1		1	наблюдение
2.17	Подвижные игры	1		1	наблюдение
2.18	Подвижные игры	1		1	наблюдение
Раздел 3: Специальная физическая подготовка		12	2	10	
3.1	Упражнения для приема и передачи мяча	1	1		
3.2	Упражнения для приема и передачи мяча	1		1	контрольные упражнения
3.3	Упражнения для приема и передачи мяча	1		1	контрольные упражнения
3.4	Упражнения для приема и передачи мяча	1		1	контрольные упражнения
3.5	Упражнения для приема и передачи мяча	1		1	контрольные упражнения
3.6	Упражнения для приема и передачи мяча	1		1	контрольные упражнения
3.7	Упражнения для развития прыгучести	1	1		
3.8	Упражнения для развития прыгучести	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
3.9	Упражнения для развития прыгучести	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
3.10	Упражнения для развития прыгучести	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
3.11	Упражнения для развития прыгучести	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
3.12	Упражнения для развития прыгучести	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
Раздел 4: Техническая подготовка		32	8	24	
4.1	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1	1	6	
4.2	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1	1		
4.3	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос
4.4	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос

4.5	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос
4.6	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос
4.7	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос
4.8	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	1		1	опрос
4.9	Действия с мячом	1	1		
4.10	Действия с мячом	1	1		
4.11	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.12	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.13	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.14	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.15	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.16	Действия с мячом	1		1	контрольные упражнения
4.17	Техника защиты. Действия без мяча.	1	1		
4.18	Техника защиты. Действия без мяча.	1	1		
4.19	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.20	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.21	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.22	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.23	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.24	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1	Действия с мячом
4.25	Подачи	1	1		
4.26	Подачи	1	1		
4.27	Подачи	1		1	наблюдение
4.28	Подачи	1		1	наблюдение
4.29	Подачи	1		1	наблюдение
4.30	Подачи	1		1	наблюдение
4.31	Подачи	1		1	наблюдение
4.32	Подачи	1		1	наблюдение

Раздел 5: Тактическая подготовка		32	8	24	
5.1	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1	1		
5.2	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1	1		
5.3	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.4	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.5	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.6	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.7	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.8	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	1		1	контрольные упражнения
5.9	Групповые действия	1	1		
5.10	Групповые действия	1	1		
5.11	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.12	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.13	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.14	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.15	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.16	Групповые действия	1		1	наблюдение
5.17	Командные действия	1	1		
5.18	Командные действия	1	1		
5.19	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
5.20	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
5.21	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
5.22	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
5.23	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа
5.24	Командные действия	1		1	наблюдение, самостоятельная работа

					ная работа
5.25	Тактика защиты	1	1		
5.26	Тактика защиты	1	1		
5.27	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
5.28	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
5.29	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
5.30	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
5.31	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
5.32	Тактика защиты	1		1	контрольные упражнения
Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования		8	1	7	
6.1	Игровая и соревновательная действия	1	1		
6.2	Игровая и соревновательная действия	1	1		
6.3	Игровая и соревновательная действия	1		1	наблюдение
6.4	Игровая и соревновательная действия	1		1	наблюдение
6.5	Игровая и соревновательная действия	1		1	наблюдение
6.6	Игровая и соревновательная действия	1		1	наблюдение
6.7	Итоговое занятие: Соревнование	1		1	тестирование, соревнование
6.8	Итоговое занятие: Соревнование	1		1	тестирование, соревнование
Итого		108 ч	25 ч	83 ч	

Содержание учебного плана

Раздел 1: Основы знаний. (6 часов)

Тема 1.1: Вводное занятие. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности на занятиях. (1 час)

Теория: История развития волейбола. Инструктаж по ТБ.

Тема 1.2: Вводное занятие. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности на занятиях. (1 час)

Практика: Подводящая игра в волейбол.

Тема 1.3: Классификация упражнений. (1 час)

Теория: Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена.

Правила игры в волейбол.

Тема 1.4: Классификация упражнений. (1 час)

Практика: Отработка практических упражнений.

Тема 1.5: Подводящая игра в волейбол. (1 час)

Теория: Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболистом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.

Тема 1.6: Подводящая игра в волейбол. (1 час)

Практика: Подводящая игра в волейбол.

Раздел 2: Общая физическая подготовка (18 часов)

Тема 2.1: Гимнастические упражнения. (1 час)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Тема 2.2: Гимнастические упражнения. (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Тема 2.3: Гимнастические упражнения. (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Тема 2.4: Гимнастические упражнения. (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Тема 2.5: Гимнастические упражнения. (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Тема 2.6: Гимнастические упражнения. (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Тема 2.7: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Тема 2.8: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Практика: Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза.

Тема 2.9: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Практика: Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза.

Тема 2.10: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Практика: Упражнения с предметами: со скакалками и мячами.

Тема 2.11: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Практика: Упражнения с предметами: со скакалками и мячами.

Тема 2.12: Легкоатлетические упражнения (1 час)

Практика: Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Тема 2.13: Подвижные игры (1 час)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Тема 2.14: Подвижные игры (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Тема 2.15: Подвижные игры (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Тема 2.16: Подвижные игры (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Подвижные игры.

Тема 2.17: Подвижные игры (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Подвижные игры.

Тема 2.18: Подвижные игры (1 час)

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Подвижные игры.

Раздел 3: Специальная физическая подготовка (12 часов)

Тема 3.1: Упражнения для приема и передачи мяча (1 часов)

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Тема 3.2: Упражнения для приема и передачи мяча (1 часов)

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Тема 3.3: Упражнения для приема и передачи мяча (1 часов)

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие

быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Тема 3.4: Упражнения для приема и передачи мяча (1 час)

Практика: Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 3.5: Упражнения для приема и передачи мяча (1 час)

Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 3.6: Упражнения для приема и передачи мяча (1 час)

Практика: Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 3.7: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Тема 3.8: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования.

Тема 3.9: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования.

Тема 3.10: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Практика: Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Тема 3.11: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Практика: Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Тема 3.12: Упражнения для развития прыгучести (1 час)

Практика: Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Раздел 4: Техническая подготовка (32 часов)

Тема 4.1: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.2: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.3: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.4: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.5: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.6: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.7: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.8: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (1 час)

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.9: Действия с мячом (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.10: Действия с мячом (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.11: Действия с мячом (1 час)

Практика: Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке)
Нижняя прямая подача мяча.

Тема 4.12: Действия с мячом (1 час)

Практика: Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке)
Нижняя прямая подача мяча.

Тема 4.13: Действия с мячом (1 час)

Практика: Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке)
Нижняя прямая подача мяча.

Тема 4.14: Действия с мячом (1 час)

Практика: Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.

Тема 4.15: Действия с мячом (1 час)

Практика: Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.

Тема 4.16: Действия с мячом (1 час)

Практика: Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.

Тема 4.17: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.18: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.19: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад.

Тема 4.20: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад.

Тема 4.21: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.22: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.23: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.24: Техника защиты. Действия без мяча (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.25: Подачи (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.26: Подачи (1 час)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Тема 4.27: Подачи (1 час)

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.28: Подачи (1 час)

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.29: Подачи (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад.

Тема 4.30: Подачи (1 час)

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад.

Тема 4.31: Подачи (1 час)

Практика: Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.32: Подачи (1 час)

Практика: Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Раздел 5: Тактическая подготовка (32 часа)

Тема 5.1: Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях.

Тема 5.2: Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях.

Тема 5.3:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите.

Тема 5.4:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите.

Тема 5.5:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите.

Тема 5.6:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.7:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.8:Тактика нападения. Индивидуальные действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.9: Групповые действия (1 час)

Теория: Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия.

Тема 5.10: Групповые действия (1 час)

Теория: Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия.

Тема 5.11: Групповые действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.12: Групповые действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.13: Групповые действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.14: Групповые действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.15: Групповые действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.16: Групповые действия (1 час)

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.17: Командные действия (1 час)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Тема 5.18: Командные действия (1 час)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Тема 5.19: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.20: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.21: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.22: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на

расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.23: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.24: Командные действия (1 час)

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.25: Тактика защиты (1 час)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Тема 5.26: Тактика защиты (1 час)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Тема 5.27: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.28: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.29: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.30: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.31: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.32: Тактика защиты (1 час)

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования (8 часов)

Тема 6.1: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием,

смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Тема 6.2: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.3: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.4: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.5: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.6: Игровая и соревновательная действия (1 час)

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.7. Итоговое занятие. Соревнования. (1 час)

Практика: Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Тема 6.8. Итоговое занятие. Соревнования. (1 час)

Практика: Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся:

- научатся взаимодействовать в группе, коллективе;
- разовьют коммуникативные качества;
- воспитают в себе гордость и патриотизм за отечественный волейбол;
- разовьют ответственность;

- разовьют память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитают в себе доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

Обучающиеся:

- узнают теоретические и практические приёмы игры в волейбол;
- совершенствуют двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- узнают технико-тактические приёмы игры;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям волейболом.

Метапредметные:

Обучающиеся:

- разовьют навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысят уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформируют положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработают привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год обучения (базовый уровень)	01.09.2026	31.05.2027	36	108	3 раза в неделю по 1 часу

Условия реализации программы

Занятия проводятся в оборудованном кабинете (спортивном зале, спортивном стадионе) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими: высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы (приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»).

Методы работы:

- словесные (рассказ, беседа, лекция, объяснение);
- наглядно-демонстрационные (демонстрация, презентация, работа по схемам и таблицам);

- творческие (творческие задания и упражнения);
- частично-поисковые (работа с различными источниками, научная и проектная деятельность);
- практические (упражнения, соревнования, игры).

Методы воспитания:

- метод убеждения выражается в эмоциональном и глубоком разьяснении сущности социальных и духовных отношений, норм и правил поведения;
- метод поощрения выражается в стимулировании деятельности обучающихся. Поощрение вызывает положительные эмоции, способствующие возникновению чувства уверенности ребёнка в своих силах;
- метод упражнения предполагает такую организацию деятельности, которая позволяет обучающимся накапливать привычки и опыт правильного поведения, связывать слово с делом, убеждение с поведением;
- метод контроля заключается в наблюдении за деятельностью и поведением обучающихся с целью побуждения их к соблюдению установленных правил, а также к выполнению определенных заданий.

Педагогические технологии:

- проблемное обучение;
- личностно-ориентированный подход;
- дифференцированное обучение;
- развивающее обучение;
- здоровьесберегающие;
- игровые технологии;
- интерактивное обучение;
- информационно-коммуникационные и т.д.

Здоровьесберегающие технологии образовательного процесса

Основным критерием здоровьесберегающих технологий является правильная организация учебно-воспитательной деятельности. Прежде всего, это выполнение санитарно-гигиенических правил:

- режим проветривания;
- влажная уборка помещения;
- соответствующая нормам мебель и освещенность;
- соблюдение норм физических и умственных нагрузок.

Известно, что устойчивая работоспособность характерна для середины занятия. Этот момент необходимо учитывать при его планировании. Необходимо чередовать различные виды деятельности и их последовательность для обеспечения функциональной активности основных систем организма в течение длительного времени. Для предупреждения перегрузок, переутомлений необходимо чаще проводить смену видов деятельности на занятии, физкультминутки и своевременно организовывать перерывы.

К здоровьесберегающим технологиям необходимо отнести обеспечение комфортного эмоционально-психического состояния обучающихся. Это помощь обучающимся в адаптации к новым условиям, создание общей эмоционально-положительной, дружелюбной, доверительной и доброй атмосферой на занятиях. Не следует забывать о создании «ситуации успеха», которая позволяет ребенку находиться в состоянии психологического равновесия, исключая стрессы, обусловленные ошибками при выполнении задания, незнанием изучаемого материала.

Форма аттестации / контроля:

- опрос;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные упражнения и задания;
- самостоятельная работа;
- соревнование;
- тестирование.

Для полноценной реализации программы применяются следующие виды контроля:

- входной контроль (оценка начального уровня обучающихся на начало учебного года / обучения);
- промежуточный контроль (оценка уровня обучающихся на конец первого полугодия, в декабре месяце);
- итоговый контроль (оценка уровня обучающихся на конец учебного года, в мае месяце);
- текущий контроль (проводится в течение всего учебного года путем педагогического наблюдения).

Для проведения мониторинга уровня усвоения пройденного материала по программе разработаны критерии оценки, которые выставляются в общую диагностическую карту при проведении аттестации обучающихся.

Оценочные материалы:

- опросник;
- тесты;
- карточки с заданиями для самостоятельной и контрольной работы;
- банк физических упражнений;
- разработанные критерии оценки.

Критерии оценки результатов освоения программы

Параметры	Низкий 0%-30%	Средний 31%-60%	Высокий 61%-100%
Теоретические знания	Обучающийся поверхностно знает теоретический материал. Как правило, избегает употреблять специальные термины. Не развита способность самостоятельно подбирать теоретический материал, не любознателен, низкая способность работы с информационными источниками	Обучающийся более уверенно владеет информацией, теоретическим материалом. Сочетает специальную терминологию с бытовой. Способен подбирать теоретический материал при помощи педагога, средняя способность работы с информационными источниками	Обучающийся хорошо знает изученный материал. Специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием. Самостоятелен в подборе теоретического материала, любознателен, быстро работает с информационными источниками
Практические знания	Упражнения выполняются с ошибками, не качественно. Обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	Упражнения выполняет с несущественными ошибками, которые сам осознает и исправляет, имеет практическое рвение к выполнению поставленных целей и задач. Неуверенно и не четко выполняет индивидуальные задания педагога	Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Профессионален в выполнении отдельных заданий и упражнений. Уверенно и четко выполняет индивидуальные задания педагога

ОРГАНИЗАЦИОННО- МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- дополнительная общеразвивающая программа;
- инструктажи по охране труда и технике безопасности;
- учебно-методические пособия;
- методические разработки;
- сборник упражнений;
- тематические презентации;
- тематический видеоматериал;
- журналы;
- Интернет-ресурсы.

Материально-техническое обеспечение:

- сетка волейбольная со стойками;
- мяч волейбольный;
- протектор для волейбольных стоек;
- мяч набивной (медицинбол);
- секундомер;
- стойка для обводки;
- фишки (конусы);
- корзина для мячей;
- насос для накачивания мячей в комплекте с иглами.

Алгоритм учебного занятия

Структура занятия

1. **Подготовительная часть.** Включает построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок.
2. **Основная часть.** Направлена на решение главных задач занятия. Может включать подводящие и специальные упражнения для овладения техникой и тактикой игры, подвижные игры, эстафеты, учебные игры.
3. **Заключительная часть.** В заключительной части занятия рекомендуется:
Подвести итоги. Дать позитивную оценку деятельности обучающихся, указать на ошибки при выполнении технических приёмов.
Дать рекомендации. При необходимости предложить задания для самостоятельной подготовки дома.

Методы и приемы

Некоторые методы и приёмы, которые могут использоваться на занятии:

- **Словесные.** Рассказ, объяснение, беседа, разбор, задание, указание, распоряжение.
- **Наглядные.** Показ упражнений и техники волейбольных приёмов, использование учебных наглядных пособий, видеофильмов, слайдов.
- **Практические.** Метод упражнений (многократное повторение движений), разучивание по частям (освоение отдельных элементов приёма с последующим их соединением в целое), игровой и соревновательный методы.

Примеры упражнений

Некоторые упражнения, которые могут быть включены в занятие:

- **Упражнения с набивными мячами.** Броски их от груди руками и ловля, броски из-за головы двумя руками с места, в прыжке, с поворотом, на дальность, через сетку.
- **Передвижения по площадке.** Ходьба, бег, бег приставными шагами в стороны, спиной вперёд, остановки в шаге, двойном шаге, скачке.
- **Учебные игры.** Целевая направленность, строгое регулирование действий играющих, первоначально — по упрощённым правилам, в дальнейшем — по действующим.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагогов:

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). Краснодар, 2001г.
2. Волейбол / Под ред. Беляева А.В., Савина М.В. М., 2000г.
3. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства. М, 2004г.
4. Коротаяева Е.Ю. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. / учебное пособие. М.; Проспект, 2018г.
5. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. Иркутск, 1999г.
6. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. Иркутск, 1999г.
7. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофман. М, 1998г.
8. Официальные волейбольные правила / пер. с англ. М.; Олимпия; Человек, 2007г.
9. Платонов В. Моя профессия - игра. Книга тренера. СПб., Издательство «Русско – Балтийский информационный центр «БЛИЦ», 2007г.
10. Фомин Е.В., Булыкина Л.В. Спорт в школе «Волейбол» Начальное обучение. М.: «SPORT», 2015г.

Список литературы для обучающихся:

1. Кукленко Д.В., Хорошевский А.Ю. 100 знаменитых спортсменов, Харьков: Фолио, 2005г.
2. Малов В.И. Сто великих олимпийских чемпионов. М.: «Вече», 2007г.
3. Родиченко В.С. и др. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России /15-е издание. М, ФиС. 2005г.

Интернет-ресурсы:

1. Всероссийская федерация волейбола <https://volley.ru>
2. Всероссийская федерация волейбола <https://vk.com/volleyvfv;>
3. Волейбол: свежие новости, турнир, расписание... <https://allvolley.ru>

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

**Рабочая программа на 2026-2027 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
«Волейбол»**

Адресат: обучающиеся от 11 до 14 лет

Год обучения: 1-ый год обучения

Автор-составитель: Абанокова Элла Борисовна, педагог дополнительного
образования

с.п. Арик, 2026 год

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как развивает бережное отношение к своему здоровью и способствует укреплению общего физического развития обучающихся.

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством занятий волейболом.

Задачи программы:

Личностные:

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный волейбол;
- развить ответственность;
- развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в волейбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям волейболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научить договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся:

- научатся взаимодействовать в группе, коллективе;
- разовьют коммуникативные качества;
- воспитают в себе гордость и патриотизм за отечественный волейбол;
- разовьют ответственность;
- разовьют память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитают в себе доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

Обучающиеся:

- узнают теоретические и практические приёмы игры в волейбол;
- совершенствуют двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- узнают технико-тактические приёмы игры;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям волейболом.

Метапредметные:

Обучающиеся:

- разовьют навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысят уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформируют положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработают привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Календарно – тематический план

№ п/п	Дата занятия		Наименование раздела, темы	Кол -во часо в	Содержание деятельности				Форма аттестации / контроля
	по плану	по факту			теоретическая часть занятия		практическая часть занятия		
Раздел 1: Основы знаний				6	3		3		
1.1			Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	2	1	Беседа	1	Подводящая игра в волейбол.	опрос
1.2			Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.						
1.3			Классификация упражнений	2	1	Объяснение материала	1	Классификация упражнений	опрос
1.4			Классификация упражнений						
1.5			Подводящая игра в волейбол	2	1	Объяснение материала	1	Подводящая игра в волейбол.	наблюдение
1.6			Подводящая игра в волейбол						
Раздел 2: Общая физическая подготовка				18	3		15		
2.1			Гимнастические упражнения	6	1	Объяснение материала	5	Гимнастические упражнения	контрольные упражнения
2.2			Гимнастические упражнения						
2.3			Гимнастические упражнения						
2.4			Гимнастические упражнения						
2.5			Гимнастические упражнения						
2.6			Гимнастические упражнения						
2.7			Легкоатлетические упражнения	6	1	Объяснение материала	5	Силовые упражнения	наблюдение, самостоятельная работа
2.8			Легкоатлетические упражнения						
2.9			Легкоатлетические упражнения						
2.10			Легкоатлетические упражнения						
2.11			Легкоатлетические упражнения						
2.12			Легкоатлетические упражнения						
2.13			Подвижные игры	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для развития скорости	наблюдение
2.14			Подвижные игры						
2.15			Подвижные игры						
2.16			Подвижные игры						

2.17			Подвижные игры						
2.18			Подвижные игры						
Раздел 3: Специальная физическая подготовка				12	2		10		
3.1			Упражнения для приема и передачи мяча	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для выполнения приема и передач мяча.	контрольные упражнения
3.2			Упражнения для приема и передачи мяча						
3.3			Упражнения для приема и передачи мяча						
3.4			Упражнения для приема и передачи мяча						
3.5			Упражнения для приема и передачи мяча						
3.6			Упражнения для приема и передачи мяча						
3.7			Упражнения для развития прыгучести	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для развития прыгучести.	наблюдение, самостоятельна я работа
3.8			Упражнения для развития прыгучести						
3.9			Упражнения для развития прыгучести						
3.10			Упражнения для развития прыгучести						
3.11			Упражнения для развития прыгучести						
3.12			Упражнения для развития прыгучести						
Раздел 4: Техническая подготовка				32	8		24		
4.1			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.	8	2	Объяснение материала	6	Стойка волейболиста, для выполнения технического приема.	опрос
4.2			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.3			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.4			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.5			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.6			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.7			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.8			Тех-ка нападения. Тех-ка передвижения и стоек.						
4.9			Действия с мячом	8	2	Объяснение материала	6	Приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	контрольные упражнения
4.10			Действия с мячом						
4.11			Действия с мячом						
4.12			Действия с мячом						
4.13			Действия с мячом						
4.14			Действия с мячом						
4.15			Действия с мячом						

4.16			Действия с мячом						
4.17			Техника защиты. Действия без мяча.	8	2	Объяснение материала	6	Технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	наблюдение, самостоятельна я работа
4.18			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.19			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.20			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.21			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.22			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.23			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.24			Техника защиты. Действия без мяча.						
4.25			Подачи	8	2	Объяснение материала	6	Технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	наблюдение
4.26			Подачи						
4.27			Подачи						
4.28			Подачи						
4.29			Подачи						
4.30			Подачи						
4.31			Подачи						
4.32			Подачи						
Раздел 5: Тактическая подготовка				32	8		24		
5.1			Тактика нападения. Индивидуальные действия.	8	2	Объяснение материала	6	Обучение тактическим действиям, в нападении и защите.	контрольные упражнения
5.2			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.3			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.4			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.5			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.6			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.7			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.8			Тактика нападения. Индивидуальные действия.						
5.9			Групповые действия	8	2	Объяснение материала	6	Обучение тактическим действиям, в нападении и защите.	наблюдение
5.10			Групповые действия						
5.11			Групповые действия						
5.12			Групповые действия						
5.13			Групповые действия						
5.14			Групповые действия						

5.15			Групповые действия	8	2	Объяснение материала	6	Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение.	наблюдение, самостоятельна я работа
5.16			Групповые действия						
5.17			Командные действия						
5.18			Командные действия						
5.19			Командные действия						
5.20			Командные действия						
5.21			Командные действия						
5.22			Командные действия						
5.23			Командные действия	8	2	Объяснение материала	6	Взаимодействие с другими игроками для достижения победы над противником.	контрольные упражнения
5.24			Командные действия						
5.25			Тактика защиты						
5.26			Тактика защиты						
5.27			Тактика защиты						
5.28			Тактика защиты						
5.29			Тактика защиты						
5.30			Тактика защиты						
5.31			Тактика защиты	Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования					
5.32			Тактика защиты	8	2		6		
6.1			Игровая и соревновательная действия	6	2	Объяснение материала	4	Учебные игры с заданием по технике и тактике игры.	наблюдение
6.2			Игровая и соревновательная действия						
6.3			Игровая и соревновательная действия						
6.4			Игровая и соревновательная действия						
6.5			Игровая и соревновательная действия						
6.6			Игровая и соревновательная действия						
6.7			Итоговое занятие: Соревнование	2	0		2	Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских	тестирование, соревнование
6.8			Итоговое занятие: Соревнование						

								матчах.	
Итого				108 часо в	25 часов		83 часа		

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

**Рабочая программа воспитания обучающихся
на 2026-2027 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
«Волейбол»**

Адресат : обучающиеся от 11 до 14 лет

Год обучения: 1-ый год обучения

Автор-составитель: Абанокова Элла Борисовна,
педагог дополнительного образования

Характеристика объединения «Волейбол»

Деятельность объединения «Волейбол» имеет физкультурно- спортивную направленность.

Количество обучающихся объединения «Волейбол» составляет 45 человек.

Из них мальчиков – , девочек – .

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 11 до 14 лет.

Формы работы: групповые.

Направления работы

- Гражданско-патриотическое воспитание.
- Духовно-нравственное воспитание.
- Экологическое воспитание.
- Спортивно-оздоровительное воспитание
- Воспитание культуры здорового образа жизни.
- Трудовое и профессиональное воспитание.

Цель воспитания: создание условий, способствующих развитию интеллектуальных, творческих, личностных качеств обучающихся, их социализации и адаптации в обществе на основе принципов самоуправления.

Задачами воспитания:

- сформировать мировоззрения и система базовых ценностей личности;
- организовать инновационные работы в области воспитания и дополнительного образования;
- приобщить детей к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- сформировать личностные качества, необходимые для жизни;
- развивать воспитательный потенциал семьи;
- создать «ситуацию успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;
- достигнуть оптимального уровня воспитанности обучающихся;
- выявить и раскрыть способности каждого обучающегося.

Планируемый результат воспитания:

- у обучающихся будут сформированы мировоззрения и система базовых ценностей личности; будет организована инновационная работа в области воспитания и дополнительного образования;
- обучающиеся будут приобщены к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- у обучающихся будут сформированы личностные качества, необходимые для жизни;

- у обучающихся развит воспитательный потенциал семьи;
- будет создана «ситуация успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;
- будет достигнут оптимальный уровень воспитанности обучающихся;
- будут выявлены и раскрыты способности каждого обучающегося.

Работа с коллективом обучающихся:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему краю.

Работа с родителями обучающихся объединения «Волейбол»:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- стимулирование, проявление в семьях здорового образа жизни;
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность кружкового объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года);
- создание атмосферы сопричастности к занятиям в кружке;
- вовлечение родителей в совместные проекты с детьми;
- участие в мероприятиях.

Календарный план воспитательной работы
на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Сроки выполнения	Ответственный	Планируемый результат
1.	Трудовое и профессиональное воспитание.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	Октябрь	Абанокова Э.Б.	Воспитано чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям.
2.	Спортивно-оздоровительное воспитание	«Здоровый образ жизни - здоровая и крепкая семья!»	Ноябрь	Абанокова Э.Б.	Развито социально – значимые ценности и здоровый образ жизни у подрастающего поколения.
3.	Гражданско-патриотическое воспитание	«Права человека»	Декабрь	Абанокова Э.Б.	Сформировано эмоционально-целостное отношение к Закону, законопослушному поведению, чувство гражданственности и позитивного отношения к будущему своей Отчизны.
4.	Гражданско-патриотическое воспитание	День защитника Отечества	Февраль	Абанокова Э.Б.	Воспитано чувство любви к Родине
5.	Духовно – нравственное воспитание	«Мама - это все»	Март	Абанокова Э.Б.	Воспитано любовь к матери, семье
6.	Экологическое воспитание.	«Космос - это мы»	Апрель	Абанокова Э.Б.	Воспитано уважение к людям, посвятившим свою жизнь освоению космоса
7.	Духовно – нравственное воспитание	«След войны в моей семье».	Май	Абанокова Э.Б.	Сформировано ценностное отношение к Родине, своему народу, краю, государственной символике, законам РФ, старшему поколению, к природе.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524525

Владелец Шинтукова Лариса Мухадиновна

Действителен с 12.02.2026 по 12.02.2027