

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 27

620042 г. Екатеринбург, Коммунистическая, 81

тел./факс 8(343)320-73- 54

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 28.08.2020г.



УТВЕРЖДЕНО:  
Директор МБОУ СОШ № 27  
Ю.Л.Поляков  
Приказ № 86/3-о от 28.08.2020г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ВОЛЕЙБОЛ»**

**направленность: физкультурно-спортивная  
для обучающихся 14 - 17 лет, срок реализации – 1 год**

**Составитель**  
Герус Александр  
Александрович  
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2021 г.

## **I. Целевой раздел.**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра волейбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде). В условиях небольшого школьного зала посредством волейбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15-20 человек.

**Актуальность** программы в приобщении обучающихся к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

#### **Педагогическая целесообразность программы.**

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. 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.

Формируя на основе вышперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

#### **Отличительная особенность данной программы.**

Программа предполагает развитие основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

**Цель:** создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

#### **Задачи:**

##### **1. Образовательные:**

- познакомить обучающихся с интересным видом спорта, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые обучающимися на уроках физкультуры;

### 2. Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширять спортивный кругозор детей.

### 3. Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Принципы отбора содержания занятий «Волейбол»:

- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип вариативности и вариантности;
- принцип комплексного подхода.

### **Уровни сложности**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» основана на реализации общедоступных и универсальных форм организации материала, что обеспечивает минимальную сложность содержания и соответствует его «стартовому уровню». Обучающиеся приобретут элементарные представления о спортивной тренировке, значении занятий физической культурой, получают первоначальный опыт технико-тактических действий в соревнованиях по волейболу.

### **Объем и срок освоения программы**

Изучение программного материала определяется содержанием и рассчитано на 1 год – 144 часа. Количество занимающихся в секции – 15 человек.

### **Режим занятий**

Занятия проходят 2 раза в неделю.

- Продолжительность занятия - 2 академических часа по 40 мин с обязательным перерывом 10 мин.

**Форма обучения** – очная.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для детей 14 - 17 лет. Принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

### **Формы проведения занятий и виды деятельности**

- *Однонаправленные занятия.* Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техникой, тактикой или физической подготовленностью.

- *Комбинированные занятия.* Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

- *Целостно-игровые занятия.* Построены на учебной двухсторонней игре в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

- *Контрольные занятия.* Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп секции по волейболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Кроме того, предусмотрены такие формы занятий как: соревнование, показательное выступление, массовые мероприятия, посвященные различным историческим или памятным датам, участие в конкурсах спортивной направленности.

Занятие может состоять из таких частей как: общее построение, на котором сообщается тема занятия, тренировки по закреплению изученных элементов в волейболе, изучение нового материала (теория и практика), общефизическая разминка, выработка умений и навыков в составе команд, работающих по круговой системе (переходя с одного рабочего места на другое); подведение итогов.

При проведении занятий максимально используется принцип наглядности, с этой целью применяются: видеофильмы, фото, учебное пособие и т.д.

**Формы организации обучения:**

- командная, малыми группами, индивидуальная.

## 1.2. Планируемые результаты

**Предметные результаты:**

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обучающиеся будут знать:

- историю возникновения и развития игры волейбол в стране и в мире;
- олимпийские игры современности;
- правила техники безопасности;
- оказание помощи при травмах и ушибах;
- названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил по волейболу;
- жесты судьи по волейболу;
- игровые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола;
- технические приемы и тактические действия;
- основные правила игры в волейбол.

**Метапредметные результаты:**

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обучающиеся овладеют умением:

- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- организовывать и проводить упражнения по волейболу во время самостоятельных занятий;

- правильно оценивать результаты своей деятельности;
- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

#### **Личностные результаты:**

Личностные результаты отражают:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- формирование ценности здорового образа жизни;
- умение контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях.

### **1.3. Система оценки достижения планируемых результатов**

Основной показатель секционной работы дополнительного образования по волейболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

#### **Формы контроля**

Диагностика результатов проводится в виде тестов, соревнований и упражнений.

#### **Порядок и периодичность проведения аттестации учащихся:**

**Текущий контроль** - в течение учебного года в виде учебных игр, проводится с целью установления фактического уровня знаний по темам (разделам) дополнительной общеобразовательной программы, их практических умений и навыков. По окончании изучения разделов каждый обучающийся выполняет индивидуальный или групповой проект в качестве зачетной работы. В рамках реализации программы необходимо проводить мониторинг качества усвоения учебного материала.

**Промежуточная аттестация** - в середине программы, задания средней сложности.

**Итоговая аттестация** - конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью повышения ответственности педагогов и обучающихся за результаты образовательного процесса, за объективную оценку усвоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы, за степень усвоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы в рамках учебного года.

Контрольные тесты, соревнования и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год.

Контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Командные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

### **Промежуточная аттестация**

#### **Общефизическая подготовка.**

**Бег** 30 м 6 х 5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

**Прыжок в длину с места.** Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

**Метание набивного мяча** массой 1 кг из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии. одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

#### **Техническая подготовка.**

**Испытания на точность передачи.** В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи – рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3 – 3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки – не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

**Испытание на точность передачи через сетку.** На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 – размером 2 x 1, в зоне 1 и в зоне 6 – размером 3 x 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону. Учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

### **Итоговая аттестация**

#### **Техническая подготовка.**

**Испытания на точность подачи.** Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 и 1-2 (размером 6x2м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3x3м. Каждый учащийся исполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах – 5 попыток). Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1,6,5 из зон 4,2.

**Испытание в защитных действиях («защита зоны»).** Испытуемый находится в зоне С в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, обучающийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Обучающийся должен применять все изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки – первый год обучения – 5; второй год обучения – 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения – 15, второй год обучения – 20.

**Тактическая подготовка:** действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения:

1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с 14-16 лет – 15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема.

2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

### **Контрольные нормативы по основам технической подготовки**

№ п/п	Контрольные нормативы	Пол	Показатели		
			Н	С	В
1	Верхняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	м.	15	20	30
		д.	12	20	25
2	Нижняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	м.	15	20	30
		д.	12	18	25
3	Передача мяча в парах, без потерь. Расстояние 5-6 м (кол-во раз)	м.	20	25	35
		д.	18	25	30
4	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в площадку	м.	5	10	15
		д.	3	6	10
5	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий	м.	2	3	4

	левую/правую половину площадки, по заданию преподавателя	д.	1	2	3
6	Передача на точность через сетку, из зоны 4 в зону 6 (5 попыток)	изм.	3	4	5
		д.	3	4	5
7	Нижние передачи над собой	м.	20	25	30
		д.	15	20	25
8	Верхние передачи над собой	м.	20	25	30
		д.	15	20	25

Показатели: Н – низкий; С – средний; В – высокий.

Руководитель секции следит за развитием у занимающихся физических качеств, а также за уровнем их технической подготовки. Для этого выявляется уровень физической подготовленности занимающихся.

№ п/п	Контрольные упражнения	Возраст 15 – 17 лет		
		15	16	17
1	Бег 30м (с)	4,9	4,8	4,7
2	Бег 500м (с)	1,45	1,40	1,35
3	Бег 2000м	9,20	9,00	8,30
4	Прыжок в длину с места (см)	220	230	240
5	Подтягивание из виса	12	15	18

### Показатели результативности

Достижение высокого уровня физического развития у обучающихся по данной программе.

- Призовые места на соревнованиях районного и областного уровня.
- Устойчивое овладение умениями и навыками игры.
- Развитие у обучающихся потребности в продолжении занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции после окончания школы.
- Укрепление здоровья обучающихся, повышение функционального состояния всех систем организма.
- Умение контролировать психическое состояние. Обучающиеся, занимающиеся в секции, должны иметь приросты показателей физической подготовленности после окончания учебного года и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития.

Основной показатель секционной работы дополнительного образования по волейболу - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»

**Физическая культура и спорт в России. История развития волейбола в России. Инструктаж по технике безопасности-2 ч**

**Теория.** Роль физкультуры и спорта в воспитании молодежи. Организация физкультуры и спорта среди детей и юношества. Физкультура и спорт в школе. Понятие «физкультура» и «спорт». Спортивные нормативы и комплексы.

Возникновение волейбола. Основные этапы развития волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные компоненты игры в волейбол. Атрибутика волейбола. Международные и российские волейбольные организации. Инструктаж по технике безопасности.

**Оборудование мест занятий. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма – 4ч**

**Теория.** Площадка для игры, разметка, спортоборудование, инвентарь, форма. Режим дня школьника. Гигиена тела. Занятия в спортзале и на воздухе. Значение разминки.

**Основы методики обучения в волейболе – 10ч**

**Теория.** Логика игры в волейбол. Основные правила игры в волейбол. Техника – тактическая подготовка волейболистов.

**Практика.** Использование основных упражнений, приближенных к характеру игры, комплексные упражнения. Обучение перемещениям волейболиста. Обучение передаче мяча сверху двумя руками.

**Подвижные игры с элементами волейбола – 24ч**

**Теория.** Значение подвижных игр в обучении игре в волейбол.

**Практика.** Медленный бег. Разминка с мячом. Техника стоек, перемещений волейболиста в нападении (бег, ходьба, прыжки: толчком двумя с разбега, с места; толчком одной с разбега, с места). Подвижные игры «Мяч Ловцу», «Передал-садись», «Поймай и передай».

**Общая и специальная физическая подготовка – 52ч**

**Теория.** Значение общей и физической подготовки для развития спортсмена.

**Практика.** Строевые упражнения (понятие о строе и командах, шеренга, фланг, интервал). Упражнения гимнастические без предметов (упражнения для рук, шеи, туловища, на месте, в движении, упражнения для формирования осанки). Гимнастика с предметами (скакалка, резиновые мячи). Упражнения на гимнастических снарядах (стенка, канат, бревно). Акробатика (перекаты вперед и назад, кувырок вперед, стойка на лопатках). Прыжки (с места в длину, вверх; с разбега в длину и высоту, вперед и назад). Бег (стартовые рывки с места, бег 20, 30, 60м.) Подвижные игры: «Салки без мяча», «День и ночь», «Третий лишний», «Круговая лапта». Волейбольные эстафеты.

**Основы техники и тактики игры – 44ч**

**Теория.** Техника – основы спортивного мастерства. Передвижение в низкой стойке. Передача мяча, ведение, бросок. Выбор свободного места для получения мяча.

**Практика.** Техника нападения. Основная стойка волейболиста. Бег с изменением направления и скорости. Передвижение приставными шагами (правым, левым боком, вперед и назад). Остановки во время бега (шагом, прыжком). Повороты на месте (вперед, назад). Ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку на уровне груди. Передача мяча двумя руками от груди после ловли на месте и с остановкой. Ведения мяча правой и левой рукой, попеременное ведение. Ведения мяча с изменением направления, с изменением отскока. Броски мяча двумя руками от груди с близкого расстояния от щита, из-под щита, «чистого» мяча.

Техника защиты. Стойка защитника. Перемещение в стойке защитника вперед, назад, в сторону.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча. Целесообразное применение техники передвижения: прыжков остановок, поворотов. Командные действия: нападения по принципу выбора свободного места.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча.

**Контрольные игры и соревнования – 6ч**

**Практика.** Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок в игре.

**Контрольные испытания – 2ч**



**Практика.** Контрольные испытания по специальной физической подготовке.  
Сдача нормативов.

## 2.2. Тематическое планирование с указанием количества часов на изучение каждой темы

№	Сроки приведения	Форма занятия	Тема	Количество часов			Форма контроля
				Всего	Теория	Практика	
<b>Физическая культура и спорт в России 2ч</b>							
1	1 неделя сентября	Целостно – игровое занятие	Инструктаж по технике безопасности на уроках волейбола. Инструкция ОТ 068-16. Правила игры волейбол.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Оборудование мест занятий. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма 4ч</b>							
2	1 неделя сентября	Целостно – игровое занятие	Равномерный бег 800 м. Бег с изменением направления, скорости. Подводящие упражнения для верхней передачи мяча.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
3	2 неделя сентября	Целостно – игровое занятием	Стойка игрока. Перемещение. Ходьба, бег.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Основы методики обучения в волейболе – 10ч</b>							
4	2 неделя сентября	Однонаправленное	Передача мяча сверху двумя руками на месте.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
5	3 неделя сентября	Целостно – игровое занятие	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками на месте. Прием снизу двумя руками.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
6	3 неделя сентября	Целостно – игровое занятие	Прием снизу двумя руками. Верхняя передача. Передача мяча над собой. Передача мяча через сетку.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
7	4 неделя сентября	Целостно – игровое занятие	Верхняя и нижняя передача в парах. Передача мяча сверху, после перемещения вперед и	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа

			назад.				
8	4 неделя сентяб ря	Комбиниров анное	Верхняя и нижняя передача в парах через сетку.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Подвижные игры с элементами волейбола – 24ч</b>							
9	1 неделя октябр я	Целостно – игровое занятием	Прием мяча сверху. Жонглирование над собой.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
10	1 неделя октябр я	Комбиниров анное	Передача мяча сверху и снизу. Жонглирование.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
11	2 неделя октябр я	Целостно – игровое занятие	Игра в парах, в тройках через сетку.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
12	2 неделя октябр я	Комбиниров анное	Совершенствование элементов техники приема и передачи мяча.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
13	3 неделя октябр я	Целостно – игровое занятие	Нижняя прямая и боковая подача.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
14	3 неделя октябр я	Комбиниров анное	Совершенствование нижней прямой подачи. Прием мяча, отраженного сеткой.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
15	4 неделя октябр я	Целостно – игровое занятие	Верхняя прямая подача.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов
16	4 неделя октябр я	Целостно – игровое занятие	Верхняя, нижняя прямая подача. Совершенствование техники подачи мяча.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов
17	5 неделя октябр я	Однонаправ ленное	Игра по упрощенным правилам мини- волейбола.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов

							Беседа
18	5 неделя октябр я	Однонаправ ленное	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
19	1 неделя ноября	Однонаправ ленное	Упражнения по владению и совершенствованию техники перемещений. Бег с изменением направления и скорости.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
20	1 неделя ноября	Целостно – игровое занятие	Стойка игрока. Прием мяча после подачи.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Общая и специальная физическая подготовка – 52ч</b>							
21	2 неделя ноября	Целостно – игровое занятие	Прием мяча после подачи («поднять над собой»).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
22	2 неделя ноября	Комбиниров анное	Совершенствование приема мяча после подачи.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
23	3 неделя ноября	Комбиниров анное	Игра по основным правилам волейбола. Подвижные игры с элементами волейбола.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
24	3 неделя ноября	Целостно – игровое занятие	Верхняя и нижняя передача в тройках с перебежкой.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов
25	4 неделя ноября	Однонаправ ленное	Прием мяча после подачи с пасом в зону «3»  Совершенствование ранее изученных элементов техники волейбола	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
26	4 неделя	Целостно – игровое	Судейство в волейболе. Двусторонняя игра.	2	1	1	Пед.

	ноября	занятие					наблюдение Анализ результатов Беседа
27	1 неделя декабр я	Целостно – игровое занятие	Бег с изменением направления, темпа перемещения, в высокой и средней стойке. Подвижные игры с элементами волейбола	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
28	1 неделя декабр я	Целостно – игровое занятие	Подводящие упражнения к прямому нападающему удару (разгон, прыжок, имитация удара, приземление).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
29	2 неделя декабр я	Целостно – игровое занятие	Подводящие упражнения нападающего удара на амортизаторах.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов  Беседа
30	2 неделя декабр я	Целостно – игровое занятие	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов
31	3 неделя декабр я	Целостно – игровое занятие	Совершенствование прямого нападающего удара на амортизаторах. То же через сетку.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
32	3 неделя декабр я	Комбиниров анное	Игра в волейбол по основным правилам. Прием мяча после подачи, розыгрыш на три паса.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
33	4 неделя декабр я	Комбиниров анное	Совершенствование техники розыгрыша после приема подачи мяча. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
34	4 неделя декабр	Однонаправ ленное	Тактика свободного нападения.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ

	я						результатов Беседа
35	3 неделя января	Однонаправ ленное	Позиционное нападение без изменения позиций игроков.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
36	3 неделя января	Целостно – игровое занятие	Двусторонняя игра.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
37	4 неделя января	Целостно – игровое занятие	Прием мяча отраженного сеткой. Розыгрыш мяча.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
38	4 неделя января	Целостно – игровое занятие	Игра в тройках с перебежкой под сеткой. Совершенствование техники подачи мяча. Прием мяча после подачи.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
39	5 неделя января	Комбиниров анное	Организация и проведение товарищеских встреч.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
40	5 неделя января	Комбиниров анное	Комбинации из освоенных элементов техники, перемещения и владения мячом	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
41	1 неделя феврал я	Однонаправ ленное	Игра в волейбол по основным правилам.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
42	1 неделя феврал я	Целостно – игровое занятие	Совершенствование техники приема, передачи мяча в опорном положении.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
43	2 неделя феврал я	Целостно – игровое занятие	Совершенствование техники приема подачи снизу двумя руками.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
44	2	Целостно –	Инструктаж по техники	2	-	2	Пед.

	неделя феврал я	игровое занятие	безопасности на уроках волейбола. Инструкция ОТ 068-16. Совершенствование игровых упражнений с набивными мячами (вес 3 кг).				наблюдение Анализ результатов Беседа
45	3 неделя феврал я	Целостно – игровое занятие	Передача мяча через сетку во встречных колоннах. Совершенствование игровых упражнений с набивными мячами (вес 3 кг).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
46	3 неделя феврал я	Целостно – игровое занятие	Организация и проведение товарищеских встреч (с привлечением учащихся к судейству).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Основы техники и тактики игры – 44ч</b>							
47	4 неделя феврал я	Целостно – игровое занятие	Прием мяча одной рукой с падением вперед и перекатом через плечо- спину. Совершенствование приема мяча одной рукой с падением вперед и перекатом через плечо и спину	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
48	4 неделя феврал я	Комбиниров анное	Совершенствование прямого нападающего удара. Игра в волейбол (с привлечением учащихся к судейству).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
49	1 неделя марта	Целостно – игровое занятие	Личная гигиена учащихся. Комбинации из освоенных элементов техники, перемещений и владения мячом.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
50	1 неделя марта	Однонаправ ленное	Жонглирование. Верхняя и нижняя передача. Прием мяча от сетки. Розыгрыш.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа

			Нападение.				
51	2 неделя марта	Однонаправ ленное	Игра в волейбол по основным правилам. Двусторонняя игра в волейбол.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
52	2 неделя марта	Целостно – игровое занятие	Подводящие упражнения нападающего удара на амортизаторах. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
53	3 неделя марта	Целостно – игровое занятие	Игра в волейбол по основным правилам.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
54	3 неделя марта	Целостно – игровое занятие	Прием мяча после подачи, розыгрыш на три паса. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
55	4 неделя марта	Целостно – игровое занятие	Организация и проведение товарищеских встреч.	2	1	1	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
56	4 неделя марта	Комбиниров анное	Двусторонняя игра в волейбол.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
57	1 неделя апреля	Целостно – игровое занятие	Бег с изменением направления, темпа перемещения, в высокой и средней стойке. Подвижные игры с элементами волейбола.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
58	1 неделя апреля	Целостно – игровое занятие	Подводящие упражнения к прямому нападающему удару (разгон, прыжок, имитация удара, приземление).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
59	2 неделя	Целостно – игровое	Комбинации из освоенных элементов	2	-	2	Пед.

	апреля	занятие	техники, перемещения и владения мячом.				наблюдение Анализ результатов Беседа
60	2 неделя апреля	Однонаправ ленное	Совершенствование техники приема подачи снизу двумя руками.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
61	3 неделя апреля	Комбиниров анное	Прием снизу двумя руками. Верхняя передача.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
62	3 неделя апреля	Комбиниров анное	Верхняя и нижняя передача в парах через сетку. Игра в тройках с перебежкой. Тоже - через сетку.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
63	4 неделя апреля	Целостно – игровое занятие	Совершенствование техники приема, передачи мяча в опорном положении.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
64	4 неделя апреля	Целостно – игровое занятие	Верхняя и нижняя передача в парах.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
65	1 неделя мая	Целостно – игровое занятие	Совершенствование тактики нападения (индивидуальные и командные действия).	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
66	1 неделя мая	Целостно – игровое занятие	Передача мяча сверху и снизу. Жонглирование.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
67	2 неделя мая	Целостно – игровое занятие	Жонглирование. Верхняя и нижняя передача.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
68	2 неделя мая	Однонаправ ленное	Прием мяча от сетки. Розыгрыш. Нападение.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Контрольные игры и соревнования – 6ч</b>							
69	3	Однонаправ	Стойка игрока.	2	-	2	Пед.



	неделя мая	ленное	Перемещение. Ходьба, бег.				наблюдение Анализ результатов Беседа
70	3 неделя мая	Комбинированное	Передача мяча сверху двумя руками на месте. Блокирование и игра под сеткой. Нападающий удар в определенную зону.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
71	4 неделя мая	Целостно – игровое занятие	Товарищеская встреча по волейболу.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
<b>Контрольные испытания – 2ч</b>							
72	4 неделя мая	Целостно – игровое занятие	Технико-тактические действия при игре в волейбол. Итоговое занятие.	2	-	2	Пед. наблюдение Анализ результатов Беседа
			Итого за год:	144ч	15	129	

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Учебный план

Учебный план МБОУ СОШ № 27 реализующей дополнительную общеразвивающую общеобразовательную программу «Волейбол» определяет учебное время, отводимое на изучение по годам обучения, отражает содержание образования, которое обеспечивает достижение важнейших целей современного образования.

Нормативно-правовую основу составляют следующие документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р) (далее - Концепция развития дополнительного образования детей);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 №11) (далее Федеральный приоритетный проект);
- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461 ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области»;
- Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 г. № 503 ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области»;

– Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

– Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций»;

– «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области»;

Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 27 Орджоникидзевского района г. Екатеринбурга (утв. распоряжение Управления образования Администрации города Екатеринбурга от 29.12.2015 года № 2763/46/36).

Реализуемые дополнительные образовательные услуги способствуют достижению целей уставной деятельности образовательного учреждения.

Целью деятельности МБОУ СОШ №27 является формирование общей культуры личности обучающихся на основе образовательных стандартов, создание основы последующего освоения профессиональных образовательных программ, развития интеллектуальных возможностей обучающихся, воспитание деловой, социально-адаптированной, творческой личности гражданина Российской Федерации.

Содержание образования в МБОУ СОШ № 27 направлено на воспитание и развитие ключевых компетенций – целостной системы универсальных знаний, умений и навыков, самостоятельности, личной ответственности учащегося за свою судьбу:

- личностное творчество ученика по отношению к фундаментальным объектам окружающего мира, распределенным в соответствии с образовательными областями;

- самоосознание личного опыта, знаний и эмоционально-ценностных отношений

- ученика, обнаружившихся в процессе познания фундаментальных объектов и общекультурных знаний о них;

- деятельность ученика в отношении к фундаментальным достижениям человечества, связанным с изучаемыми объектами (отношение ученика к общекультурным знаниям и социальному опыту).

Задачи:

предоставить обучающимся возможность выбирать и осваивать интересное и важное для каждого из них содержание различных учебных предметов; обеспечить гуманизацию и коммуникативную направленность процесса обучения.

Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также на занятиях физической культурой и спортом;

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

- обеспечение духовно-нравственного, патриотического, трудового воспитания обучающихся;

- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;

- профессиональную ориентацию обучающихся;

- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;

- создание условий для получения начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, для дальнейшего освоения этапов спортивной подготовки;

- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры обучающихся;

- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов.

Таким образом, достигается основная цель обучения - расширение зоны ближайшего развития ребёнка и последовательный перевод её в непосредственный актив, то есть в зону актуального развития.

В учебный план МБОУ СОШ № 27 входит дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол».

Изучение программы ведется из расчета 4 часа в неделю. Продолжительность учебного года составляет 36 недель. Количество учебных занятий за 1 год составляет 144 часа. Продолжительность занятия составляет 40 минут.

### **Учебный план (годовая сетка часов)**

№	курс	Количество часов
1	«Волейбол»	144
	Итого	144ч

### **3.2. Календарный учебный график**

Календарный учебный график реализации образовательной программы составлен с учетом требований СанПиН, в соответствии с в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (п. 10, ст. 2).

Образовательная деятельность ведется во время учебного года.

Учебный год начинается 1 сентября, заканчивается 31 мая.

*Продолжительность учебных периодов:*

1 полугодие - с 01.09.2021 по 30.12.2021 г.

2 полугодие - с 11.01.2022 по 31.05.2022 г.

*Сроки и продолжительность каникул.*

Продолжительность каникул в течение 2021-2022 учебного года составляет 11 календарных дней – с 31.12.2021 по 10.01.2022.

### **3.3. Система условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

#### **3.3.1. Описание кадровых условий**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 27 укомплектована кадрами, имеющими необходимую квалификацию для решения задач, определенных данной дополнительной общеразвивающей программой, способными к инновационной профессиональной деятельности.

Требования к кадровым условиям включают:

- укомплектованность образовательной организации педагогическими, руководящими и иными работниками;

- уровень квалификации педагогических и иных работников образовательной организации;
- непрерывность профессионального развития педагогических работников образовательной организации, реализующей образовательную программу основного общего образования.

МБОУ СОШ № 27 полностью укомплектована кадрами для реализации настоящей программы, имеющими необходимую квалификацию для решения задач, способными к инновационной профессиональной деятельности, уровень квалификации работников в основном соответствует условиям реализации программы.

Согласно профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», данную программу реализует педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнем квалификации 6.

### **3.3.2. Материально – технические условия**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками. спортивный инвентарь:

1. стойки волейбольные - 2 шт.
2. гимнастическая стенка - 1 шт.
3. гимнастические маты – 5 шт.
4. скакалки - 10 шт.
5. мячи набивные (масса 1кг)- 5 шт.
6. мячи волейбольные – 10 шт.
7. рулетка - 2 шт.
8. Гантели различной массы-10 штук
9. Сетка волейбольная 1 шт.

### **3.3.3. Информационно – методические условия**

Под информационно-образовательной средой (ИОС) понимается открытая педагогическая система, сформированная на основе разнообразных информационных образовательных ресурсов, современных информационно-телекоммуникационных средств и педагогических технологий, направленных на формирование творческой, социально активной личности, а также компетентность участников образовательного процесса в решении учебно-познавательных и профессиональных задач с применением информационно-коммуникационных технологий (ИКТ- компетентность), наличие служб поддержки применения ИКТ.

Основными элементами ИОС являются:

- информационно-образовательные ресурсы в виде печатной продукции;
- информационно-образовательные ресурсы на сменных оптических носителях;
- информационно-образовательные ресурсы сети Интернет;
- вычислительная и информационно-телекоммуникационная инфраструктура;
- прикладные программы, в том числе поддерживающие администрирование и финансово-хозяйственную деятельность образовательной организации (бухгалтерский учёт, делопроизводство, кадры и т. д.).

#### *Методическое обеспечение*

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

*Методы, используемые на занятиях:*

- 1) Наглядный метод – показ педагогам правильности выполнения упражнений;
- 2) Словесный метод – беседа, обсуждение соревнований;
- 3) Практический метод – тренировки.

***Форма организации и проведения занятия***

Групповая форма с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы допускается отсутствие учебных занятий, проводимых путём непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися в аудитории. В этом случае применяется электронное обучение, дистанционные образовательные технологии, обеспечивающие для обучающихся независимо от их места нахождения достижение результатов обучения путём организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет».

Школа обеспечивает возможность демонстрации обучающимися индивидуальных достижений в освоении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, в том числе в формате видеозаписей выступлений, направления творческих работ в электронном формате, участия в соревнованиях в дистанционном режиме; ведёт учет посещения обучающимися занятий и дистанционных активностей в объединениях дополнительного образования.

***Обеспечение программы методической продукцией***

- Правила игры в волейбол.
- Правила судейства в волейболе.
- Инструкции по охране труда.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Методическое оснащение программы:

**Список литературы**  
**Литература для педагога**

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 2012. 111с.
3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 61с.
4. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 2012.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2012.

7. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2012г. Раздел 3. X-X1 классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-X1 классы). Волейбол (юноши и девушки). Часть III. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич)

**Литература для обучающихся**

1. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 2008.
2. Родиченко В.С и др. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание.-М, ФиС2008.144 с.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 2007г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Поляков Юрий Леонидович

Действителен с 01.03.2021 по 01.03.2022