

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №117 имени М.В. Стрельникова»  
города Сорочинска Оренбургской области**

Рассмотрено:  
Педагогическим советом  
МБОУ «СОШ 117 имени М.В.  
Стрельникова»  
Протокол от 30.08.2023 г. №1

«Согласовано»  
Заместитель  
директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Киселёва Т.И.

Утверждено  
директор МБОУ «СОШ №117  
имени М.В.Стрельникова»  
\_\_\_\_\_ Феокистова О.Г.  
Приказ от \_\_\_\_\_ г. №\_\_

Программа внеурочной деятельности

**«Шаг вперёд»**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Возраст детей: 12-17 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Язык обучения: русский  
Автор: Хачатрян Давид Александрович,  
учитель физической культуры.

Сорочинск, 2023

## Раздел № 1. Комплекс основных характеристик Программы

### Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
3. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 09.11.2018 года); приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности, по 4 дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2021г. №196.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010г №189 г Москва «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10» Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Шаг вперед" является:

- по уровню разработки: модифицированная;
- по сроку реализации: одногодичная.
- по уровню реализации: программа рассчитана на реализацию с детьми среднего школьного возраста.
- по уровню освоения: программа является общеразвивающей, так как способствует расширению кругозора, коммуникативной культуры, самостоятельного мышления, развитию творческих способностей и эстетического вкуса.

Данная программа имеет **физкультурно - спортивную направленность**. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных волейболистов.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» предполагает освоение материала на **стартовом, базовом уровнях**.

Стартовый уровень предполагает первичное знакомство с правилами игры, с расстановкой игроков, с волейбольной площадкой, с основными приемами игры.

Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, при котором дети учатся играть в волейбол. Игрок ведет себя на площадке уверенно и сосредоточен в течение всей игры. Держит внимание на протяжении всего розыгрыша. Знает основные правила игры. Играет на три касания и может спокойно перебрасывать мяч на сторону соперника. Техническая подготовка. Подача мяча: нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность.

### **Актуальность программы**

В программе представлены доступные для воспитанников упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в дополнительном образовании. Участники программы, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у воспитанников в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы организма. Помимо выше перечисленного, игра волейбол имеет высокую популярность и востребована в различных её проявлениях у подростков. Особенностью программы является её направленность не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятия воспитанникам с разной физической подготовкой и физическими способностями.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительная особенность дополнительной образовательной программы заключается в том, что основой подготовки занимающихся в по программе является не только подготовка юных спортсменов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников, формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, а также выполнение норм Всероссийского комплекса ГТО, направленный на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к спорту. Осуществляется отбор одаренных детей к их дальнейшему поступлению в профильное учреждение, создание условий для их физического воспитания и физического развития.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на детей 12-17 лет. Программа физического воспитания учащихся образовательной школы по волейболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. При отборе детей важно учитывать состояние здоровья, медицинские показания (не ниже I и II групп здоровья).

**Объем и сроки освоения** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шаг вперед» разработана на 1 год обучения, 1 часу в неделю – 34 часов в год, 1 занятия в неделю по 1 часу.

### **Формы обучения и виды занятий по программе**

1. Очные групповые занятия

2. Дистанционные занятия в режиме offline/online.

Основной формой организации образовательного процесса является очная форма обучения. А также актуальна в настоящее время смешанная форма обучения. При реализации программы частично применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

### **Формы организации образовательного процесса – групповая.**

Единицей учебного времени в объединении является учебное занятие. Занятие проводится в группе по 15 человек.

Работа с учащимися при организации образовательного процесса предусматривает групповую, парную и индивидуальную форму работы на занятиях и предполагает использование следующих **методов и приемов:**

Словесные методы: объяснение, рассказ, беседа.

Наглядные методы: наблюдение, демонстрация образцов изделий, иллюстраций, слайдов, фотографий, презентаций к занятиям.

Практические приемы: работы по образцу, индивидуальные и коллективные работы обучающихся.

Объяснительно-иллюстративные: способ взаимодействия педагога и ребёнка. Объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала.

Репродуктивные: учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Игровые: метод использования различных игровых форм в организации деятельности; в аттестационных занятиях или усвоения нового материала. Этот метод предусматривает использование разнообразных компонентов игровой деятельности в сочетании с другими приемами: вопросами, объяснениями, пояснениями, показом и т.д.

Частично-поисковый: выполнение вариативных, разноуровневых заданий.

Исследовательский: творческие задания, проекты.

Переход на дистанционное обучение подразумевает занятия в режиме online/offline посредством Zoom и мессенджера «Ватсап».

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и моральноволевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

**Задачи:**

#### **воспитательные:**

-воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- воспитывать чувство ответственности за себя;

- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность.

- формировать качества личности: настойчивость, терпение, аккуратность;

#### **развивающие:**

- развить развивать двигательные способности детей; развивать необходимые физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);

- формировать умение самостоятельно планировать свою деятельность;

- формировать умение осуществлять контроль и регуляцию собственных действий;

#### **образовательные:**

- освоить технику игры в волейбол;

- познакомить с правилами игры и судейство;

- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;

- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;

- формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом

### **Содержание учебного плана**

#### **1.Формирование группы**

Практика:

Рекламная кампания. Знакомство с общеобразовательной программой. Беседа с детьми и анкетирование родителей. Приём заявлений и медицинских допусков. Формирование списка учащихся.

## 2. Вводное занятие.

### Теория

Инструктаж по ОТ и ТБ. Значение занятий спортом в жизни человека. Режим, правильное питание Цели и задачи обучения. Сведения об истории возникновения игры волейбол.

Практика Входной контроль.

## 3. Техника игры.

### Теория

Общие основы волейбола. Оборудование места занятий, инвентарь для игры волейбол. Правила игры в волейбол. Техника выполнения нижнего приема. Передвижения в стойке. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Поведение игрока при выполнении приема. Правила безопасного выполнения. Техника выполнения верхнего приема. Правильное положение рук, кистей и пальцев при выполнении верхнего приема передачи мяча. Положение ног и туловища спортсмена. Техника выполнения нижней прямой подачи. Правильное положение туловища, ног, рук, кистей и пальцев спортсменов при выполнении подачи. Техника выполнения верхней прямой подачи. Выполнение набрасывание мяча на удар. Правильное положение кисти при ударе по мячу вовремя верхней прямой подачи. Техника выполнения нижней боковой подачи. Правильное положение руки с мячом перед нанесением удара вовремя нижней боковой подачи. Техника выполнения навесной передачи к нападающему удару. Понятие выход на прием мяча.

### Практика

Упражнения на расслабления и растяжения. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приемов. Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи. Упражнение на правильные действия руками, туловищем и ногами вовремя навесной передачи. Упражнения на правильные действия, направленные на коррекцию передачи. Упражнение на движение ногами и туловищем, движение «рабочей» рукой при выполнении верхней прямой подачи. Упражнения на движение рук, ног и туловища при выполнении нижней боковой подачи. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении приемов. Упражнение на движения ногами, туловищем и руками при выполнении нижней прямой подачи. Тестирование

## 4. Тактика игры.

### Теория

Индивидуальные действия. Нападающий удар задней линии. Нападающий удар толчком одной ноги при выполнении вторых передач. Техника бокового нападающего удара, подача в прыжке. Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары).

### Практика

Обучения тактике нападающих ударов. Упражнения на расслабления и растяжения. Упражнения для совершенствования ориентировки игрока. Обучение техникотактическим действиям нападающего игрока (блок-аут). Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока задней линии. Обучение технике передаче в прыжке: откидке, отвлекающие действия при вторых передачах. Обучение тактике подач, подач в прыжке СФП, индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока. Обучение индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар.

## 5. Общая физическая и специальная подготовка (ОФСП).

### Теория

Правила разминки. Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм человека.

Практика

Подвижные игры с предметами. Общеразвивающие упражнения. Легкоатлетические упражнения (бег, прыжки). Акробатические упражнения. Упражнения на развитие прыгучести (приседания, разнообразные виды прыжков). Гимнастические упражнения. Упражнения для развития быстроты (различные виды беговых упражнений, эстафеты). Упражнения для преимущественного укрепления мышц, участвующих в выполнении основных технических приемов игры. Упражнения для привития навыков быстрого рывка с места и быстроты ответных действий.

6. Контрольные испытания

Практика

Упражнения – тесты.

7. Соревнования.

Практика

Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам волейбола.

8. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов обучения. Опрос для определения усвоения теоретического материала по разделам программы. Игра.

### **Планируемые результаты**

Организация деятельности по программе создаст условия для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### • Личностные:

Будут развиты:

- соответствующие возрастным особенностям физические качества и потребность в здоровом образе жизни;
- качества личности: дисциплинированность, терпение, трудолюбие, самостоятельность, ответственность, работоспособность, чувство товарищества.
- ценностные отношения к себе, другим людям, окружающему миру;
- координация движений и двигательные способности;
- положительная мотивация к познанию, творчеству и достижению цели.

#### • Метапредметные:

Будут сформированы:

- умения адекватно вести себя в различных социальных ситуациях;
- умения анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность;
- основы самостоятельной деятельности эффективными способами организации свободного времени;
- слушать и слышать педагога и учащихся в объединении.

#### • Предметные:

По окончании обучения у учащихся будут:

Сформированы:

- основные понятия и термины в теории и методике волейбола;
- знания о правилах и технике игры в волейбол;
- физиологии и гигиены спортсмена;
- основы профилактики заболеваемости и травматизма в спорте
- устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом;

Развиты:

- индивидуальные, групповые и командные действия;
- навыки судейства.

## Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля	ЦОРы
1		групповая	1	Вводное занятие Инструктаж по ТБ. Гигиена спортсмена.	Беседа. Презентация	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
2		групповая	1	Правила соревнований. Игра	Педагогическое наблюдение	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
3		групповая	1	Прием мяча снизу, передача сверху. Игра	Беседа. Тестирование/ видеоотчёт	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
4		групповая	1	Прием мяча снизу, передача сверху. Игра	Тестовые задания Практическая работа/	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
5		групповая	1	Прием и передача мяча сверху. Игра	Педагогическое наблюдение. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
6		групповая	1	Прием и передача мяча сверху. Игра	Педагогическое наблюдение. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
7		групповая	1	Нижняя прямая подача. Прием снизу. Игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
8		групповая	1	Нижняя прямая подача. Прием снизу. Игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
9		групповая	1	Передача мяча в парах сверху. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
10		групповая	1	Передача мяча в парах сверху.	Педагогическое наблюдение.	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>

				Учебная игра	Беседа. Практическая работа	
11		групповая	1	Передача мяча в парах сверху. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
12		групповая	1	Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
13		Групповая, индивидуальная.	1	Боковая подача. Прием подачи. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
14		Групповая, индивидуальная.	1	Физическая культура и спорт в России. Стойка игрока. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
15		Групповая, индивидуальная.	1	Ходьба, бег. Передача мяча сверху, двумя руками вверх, вперед, над собой. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
16		Групповая, индивидуальная.	1	Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
17		Групповая, индивидуальная.	1	Перемещение переставными шагами: лицом вперед, правым, левым боком вперед, спиной вперед. Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
18		Групповая, индивидуальная.	1	Сведения о строении и функциях организма. Отбивание мяча через сетку стоя	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>



				и в прыжке. Учебная игра		
19		Групповая, индивидуальная.	1	Остановка шагом, прыжком, скачок. Передача сверху двумя руками с выпадом в сторону. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
20		Групповая, индивидуальная.	1	Сочетание способов перемещения. Нижняя боковая подача. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
21		Групповая, индивидуальная.	1	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
22		Групповая, индивидуальная.	1	Падение и перекаты после падения. Прием мяча сверху двумя руками с падением в сторону. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
23		Групповая, индивидуальная.	1	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара.	Педагогическое наблюдение. Беседа.	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
24		Групповая, индивидуальная.	1	Чередование способов подач. Взаимодействие игроков передней линии. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
25		Групповая, индивидуальная.	1	Чередование способов нападающего удара. Учебная	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>

				игра	работа	
26		Групповая, индивидуальная.	1	Выбор места для выполнения удара. Групповое блокирование. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
27		Групповая, индивидуальная.	1	Чередование способов приема мяча. Подача мяча на игрока, слабо владеющего приемом Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
28		Групповая, индивидуальная.	1	СПФ. Взаимодействие игроков задней линии. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
29		Групповая, индивидуальная.	1	Выбор места для выполнения подачи. Имитация второй передачи. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
30		Групповая, индивидуальная.	1	Передача мяча одной рукой сверху. Нападающий удар с переводом вправо. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://www.fizkultura.ru/">http://www.fizkultura.ru/</a>
31		Групповая, индивидуальная.	1	Передачи мяча, различные по высоте. Нападающий удар после остановки. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
32		Групповая, индивидуальная.	1	Передачи мяча, различные по расстоянию. Нападающий удар после прыжка с места. Учебная игра.	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>
33		Групповая, индивидуальная.	1	Передачи мяча, различные по расстоянию.	Педагогическое наблюдение. Беседа.	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>

				Нападающий удар после прыжков места. Учебная игра.	Практическая работа	
34		Групповая, индивидуальная.	1	СПФ. Взаимодействие игроков задней линии. Учебная игра	Педагогическое наблюдение. Беседа. Практическая работа	<a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a>

### Условия реализации программы

#### Методическое обеспечение

Методические материалы. Подготовка юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных. Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств. Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод избыточности, предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

При проведении занятий используется: учебная и научная литература, таблицы, схемы, плакаты, карточки, дидактический и контрольно-диагностический материал.

#### Материально-техническое обеспечение

Условия реализации данной программы (помещение, оборудование, спортивный инвентарь): игровой зал, тренажерный зал, раздевалки, душевые комнаты, методическая комната (тренерская), комнаты для хранения инвентаря и специального оборудования, коридор (стенды, агитация и пропаганда для занятия волейболом). При реализации образовательной программы материально-техническое оборудование и оснащение должно соответствовать требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24x12м.

Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная- 1шт.
2. Стойки волейбольные-2шт.
3. Гимнастические стенки-2 шт.
4. Гимнастические скамейки-3-4шт.
5. Гимнастические маты-5шт.

6. Скакалки-8шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг)-10шт.
8. Резиновые амортизаторы-10 шт.
9. Мячи волейбольные (для мини-волейбола)-10 шт.
10. Рулетка-2 шт.
11. Макет площадки с фишками-2 комплекта.

### **Кадровое обеспечение**

Педагог должен владеть необходимой профессиональной компетентностью для реализации программы: имеет опыт работы с обучающимися данного возраста, имеет навык организации образовательной деятельности обучающихся, обладает сформированными социально ориентированными личностными качествами (ответственность, доброжелательность, коммуникабельность, целеустремленность, эмпатия, тактичность и др.), а также обладает необходимым уровнем знаний и практических умений в соответствующей предметной области.

### **Формы аттестации / контроля**

Формы аттестации

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.
- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: учебно-тренировочные занятия; беседы; подвижные и спортивные игры; просмотр матчей.

Контроль и отслеживание результатов деятельности проводится с целью выявления уровня развития специальных навыков, знаний обучающихся с целью коррекции процесса обучения и учебно-познавательной деятельности обучающихся.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные методы и способы: - педагогическое наблюдение;

- тестирование; - участие в соревнованиях, конкурсах;
- игровые занятия.

Формы занятий:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование;
- медицинский контроль;
- соревнования;
- работа по индивидуальным планам в летний период.

### **Оценочные материалы**

Система оценки по матрице диагностики образовательных результатов в дополнительном образовании (автор Буйлова Л.Н., Кленова Н.В.).

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по **двум группам показателей**:

- **учебным**, фиксирующим предметные и общеучебные знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;
- **личностным**, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении.

Педагогом посредством вспомогательных таблиц заполняются две индивидуальные карточки, которые в совокупности позволяют наглядно представить:

- набор основных знаний, умений и практических навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения конкретной образовательной программы;
- систему важнейших личностных свойств, которые желательно сформировать у ребенка за период его обучения по данной программе и время общения с педагогом и сверстниками.
- определить возможные уровни выраженности каждого измеряемого показателя у разных детей, а значит, степень соответствия этих показателей предъявляемым требованиям.

### **Педагогические технологии, используемые в учебно-воспитательном процессе**

Технология личностно - ориентированного обучения – позволяет максимально развивать индивидуальные познавательные способности ребёнка на основе имеющегося у него опыта жизнедеятельности. Основу данной технологии составляют дифференциация и индивидуализация обучения.

Технология разноуровневого обучения – позволяет создать условия для включения каждого обучающегося в деятельность, соответствующую уровню его развития (разноуровневые задания, индивидуальные образовательные маршруты)

Технология проектного обучения – ориентирована на самостоятельную деятельность обучающихся. В основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков, умений самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления.

Игровые технологии включают методы и приёмы организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр: ролевые игры, дидактические игры, коммуникативные, познавательные игры.

Здоровьесберегающие технологии – направлены на сохранение здоровья, создание максимально возможных условий для развития духовного, эмоционального, личностного здоровья, повышения работоспособности обучающихся (чередование различных видов деятельности, физкультминутки, комплекс упражнений на снятие усталости, положительный психологический климат на занятии).

### **Список литературы**

#### **Литература для педагога:**

1. Беляев В. И. Волейбол, М. Просвещение 2000 год.
2. Клещёв В.И. Фурманов А.П. Юный волейболист; М. Дрофа 2001 год.
3. Голомазов А. С. Ковалёв И. В. Мельников С.В. Волейбол в школе; М. ФКИС. 1999 год.
4. Железняк Ю.Д. Слупский Л.Н. волейбол в школе, М.Просвещение 1997 год.
5. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» М. Просвещение 2001 год.:
6. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2010г
7. Государственная программа Министерства образования и науки РФ по Физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2010г.
8. О.Чехов «Основы волейбола» Москва. «Физическая культура и спорт»
9. Программа для внешкольных учреждений Министерства просвещения, М.1986г.
10. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов,
11. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы) Волейбол (юноши и девушки) Часть111. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2004г).
12. Железняк Ю.Д. «К мастерству в волейболе», М., «Физкультура и спорт»,1978г.
13. Хапко В.Е., Белоус В.И. «Волейбол», Киев, «Радянська школа», 1988г.

14. Фурманов А.Г. «Волейбол в школе», Киев, «Радянська школа», 1987г.
15. Фурманов А.Г. «Волейбол на лужайке, в парке, во дворе» - Изд. 2-е, испр., доп., М., «Физкультура и спорт», 1982г.
16. В.И.Лях «Физическая культура. 10-11 классы». Москва. Просвещение.2010г.

**Список литературы для учащихся (учащихся и родителей):**

1. Железняк Ю.Д. Юный волейболист.- М.1988.
2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.,1998.
3. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол. – М., 1991.
4. Железняк Ю.Д. , Кунянский В.А. У истоков мастерства. – М., 1992. Волейбол/ Под ред. А.В. Беяева, М.В. Савина. – М., 2000...

**Интернет-сайты:**

- <http://spo.1september.ru> Газета в газете «Спорт в школе» .
- <http://www.abcsport.ru/> Обзор спортивных школ и спортивных обществ. Новости спорта, освещение событий Тематический каталог по различным видам спорта.