


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТОЛСТОМЫСЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №7

Согласовано
Заместитель директора по УВР
 Т.С.Маштарова

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБОУ
Толстомысенской СОШ №7
 Е.А.Погодина

Протокол от «21» 08 2022 № 119



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Волейбол»

Физкультурно-спортивная направленность
Базовый уровень
Возраст учащихся 13- 17 лет
Срок реализации 2 года

Составитель:
педагог дополнительного
образования
Маштаров Виталий Викторович

Толстый Мыс
2022

Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» (далее-Программа) физкультурно-спортивной направленности разработана с учетом следующих нормативно-правовых документов:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

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

– Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные региональным модельным центром дополнительного образования детей Красноярского края, 2021 год;

– Устава МБОУ Толстомысенской СОШ №7.

Направленность Программы. Программа физкультурно-спортивной направленности ориентирована на развитие основных двигательных навыков через игру волейбол, предполагает развитие и совершенствование у учащихся основных физических качеств быстрота, ловкость, сила, координация, укрепление здоровья, формирование интереса, устойчивой мотивации к игре волейбол.

Новизна и актуальность

Новизна дополнительной общеобразовательной Программы «Волейбол» заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов для совершенствования тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается поиск информации в Интернет, просмотр учебных программ, видеоматериала.

Актуальность Программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на программу физкультурно-спортивной направленности, материально-технические условия для реализации которого имеются в МБОУ Толстомысенской СОШ №7.

Волейбол является эффективным средством всестороннего физического развития и способствует решению воспитательных задач. Популярность волейбола можно объяснить его высокой эмоциональностью, несложным оборудованием и относительно простыми правилами игры.

Подготовка юного спортсмена осуществляется путем обучения и тренировки. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно: общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Освоение программы проходит в форме учебно-тренировочных занятий в течение календарного года, включая каникулярное время. Часть занятий проводится в спортивном зале, часть - на стадионе. Особое внимание уделяется вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

Отличительные особенности. Программа - базового уровня. Рассчитана на два года обучения. Занятия проходят в спортивном зале или на стадионе, что позволяет в любое время года заниматься физкультурно-спортивной деятельностью и осуществлять подготовку для участия в соревнованиях. Основные принципы, на которых строится программа: «от

простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «осмысли и выполни».

Адресат программы

Категория детей: учащиеся среднего и старшего школьного возраста, в том числе детям с ограниченными возможностями здоровья и детям-инвалидам, увлекающимся спортом. В Программе могут заниматься как мальчики, так и девочки.

Возраст детей: 13-17 лет

Наполняемость групп - 1 группа по 20 человек, минимальное количество детей -18, максимальное -20 человек.

Предполагаемый состав групп: разновозрастной.

Условия приема детей: система набора детей на обучение по Программе и на вакантные места 1 и 2 года обучения, осуществляется по результатам собеседования, без предъявления специальных требований к уровню образования, на добровольной основе, при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта.

Срок реализации программы и объем учебных часов на 2 года обучения:

1 год обучения- 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа;

2 год обучения- 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа.

Форма обучения: очная

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия 45 минут, 15 минут перемена.

1.2. Цели и задачи 1 года обучения

Цель Программы: расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков учащихся через игру волейбол.

Задачи

Предметные:

- формировать знания о спортивной игре волейбол: историей её развития, целью и смысле, об игровом поле, количестве участников;
- познакомить со способами тактических действий игры волейбол;
- учить технически правильно выполнять простейшие тактические действия игры волейбол: стойка игрока, передвижения, верхняя передача мяча, нижняя подача мяча, приём снизу, играть в волейбол по упрощенным правилам;
- учить выполнять упражнения для общефизического развития.

Метапредметные:

- привлекать учащихся к систематическим занятиям волейболом;
- развивать коммуникативные способности и навыки эффективного общения;
- развивать навыки соблюдения правил и норм безопасности;

- содействовать повышению уровня физической подготовленности учащихся.

Личностные:

-формировать способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

1.2. Содержание Программы 1 года обучения

Учебный план

Таблица 1

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1	Опрос Практическое задание
2	История развития игры волейбол	2	1	1	Опрос Практическое задание
3	Технико-тактические действия. Стойка игрока, передвижения	18	2	16	Наблюдение Практическое задание
4	Верхняя передача мяча	22	2	20	Наблюдение Практическое задание
5	Нижняя подача мяча	22	2	20	Наблюдение Практическое задание
6	Приём снизу	24	4	20	Наблюдение Практическое задание
7	Двусторонняя игра	32	2	30	Наблюдение Соревнование
8	Общеспортивная подготовка	20	2	18	Наблюдение Практическое задание
9	Промежуточная аттестация	2	-	2	Наблюдение, соревнование
	Итого	144	16	128	

1.3. Содержание учебного плана 1 года обучения

Тема 1. Вводное занятие (2ч.)

Теория (1ч.): Правила безопасности при выполнении игровых действий. Физическая культура и спорт в России. Гигиена тренировочного процесса, врачебный контроль.

Практика (1ч.): Общеразвивающие упражнения. Тестирование мячей.

Формы контроля: опрос, практическое задание

Тема 2. История развития игры волейбол (2 ч.)

Теория (1 ч.): История развития волейбола. Беседа об истории развития, цели и смысле игры, игровом поле, количестве участников. Основные правила игры волейбол.

Практика (1ч.): отработка на практике: размещение игроков на площадке.

Формы контроля: опрос, практическое задание

Тема 3. Техничко-тактические действия. Стойка игрока, передвижения (18ч.)

Теория (2ч.): Значение тактической подготовки в волейболе. Стойка игрока, передвижение. Тактика подач. Тактика передач. Техника нападения. Тактика приёма подач. Групповые и командные действия в нападении. Стойки и передвижения. Перемещения и стойки в сочетании с техническими приемами нападения. Перемещения различными способами на максимальной скорости в сочетании с остановками, прыжками, стойками.

Практика (16ч.). Отработка упражнений: перемещения, стойки в сочетании с остановками, прыжками, стойками.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 4. Верхняя передача мяча (22ч.)

Теория (2ч.): Способы верхней передачи и приёма мяча снизу двумя руками. Тактика передачи мяча. Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку. Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями. Передачи мяча сверху двумя руками, различные по высоте и расстоянию у сетки, со стенкой, в прыжке и на месте. Верхняя прямая подача.

Практика (20 ч.). Отработка подач мяча сверху, снизу в парах, через сетку, двумя руками. Отработка верхней прямой передачи.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 5. Нижняя подача мяча (22ч.)

Теория (2ч.): Способы нижней передачи. Нижняя прямая подача на точность, по зонам. Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.

Практика (20 ч.). Совершенствование изученных подач.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 6. Прием мяча снизу (24ч.)

Теория (4ч.): Тактика приёма подач. Выполнение приема мяча из различных исходных положений. Прием мяча с подачи. Страховка. Прием мяча после отскока от стены, пола. Выполнение приема мяча различными способами и с последующим падением: подач, различных нападающих ударов.

Практика (20ч.). Отработка приемов мяча.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 7. Двусторонняя игра. (32ч.)

Теория (2ч.): Размещение игроков, технико-тактические действия волейболистов. Расстановка игроков, переход. Чередование передачи. Выбор

необходимого места на площадке при приеме мяча. Первая передача связующему игроку. Вторая передача. Чередование нападающих ударов на силу и точность. Тактические комбинации. Тактика игры в нападении со второй передачи. Розыгрыш мяча. Варианты системы игры в нападении со второй передачи игроком передней линии. Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия. Перемещения к сетке, при приеме мяча. Страховка. Выбор действия: прием в защите или страховка. Взаимодействие игроков задней линии. Расположение игроков при приеме. Индивидуальное блокирование. Взаимодействие и перемещение игроков задней линии при атаке соперника. Варианты расположения игроков при приеме подачи.

Практика (30 ч.): Обучение расстановке игроков, передач мяча. Закрепление тактических действий защитников. Индивидуальные, групповые, командные действия. Перемещения к сетке, при приеме мяча. Отработка взаимодействий игроков задней линии.

Формы контроля: наблюдение, соревнование.

Тема 8. Общефизическая подготовка. (20 ч.)

Теория (2 ч.): Значение ОФП в подготовке волейболистов. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий. Бег, перемещения по сигналу из различных исходных положений. Бег с остановками и изменением направления. По сигналу – выполнение определенного задания в беге. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести. Прыжки: обычные и многократные на одной и обеих ногах на месте, из различных исходных положений, со скакалкой. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.

Практика (18 ч.): отработка на практике упражнений общей физической подготовки.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 9. Промежуточная аттестация. (2ч.)

Практика (2ч.): соревнование.

Формы контроля: наблюдение, соревнование.

1.4. Планируемые результаты 1 года обучения

Предметные:

- учащиеся познакомятся с историей развития, целью и смысле спортивной игры волейбол, об игровом поле, количестве участников;
- учащиеся будут знать способы тактических действий игры волейбол;
- учащиеся будут уметь технически правильно выполнять простейшие тактические действия игры волейбол: стойка игрока, передвижения, верхняя передача мяча, нижняя подача мяча, приём снизу, играть в волейбол по упрощенным правилам;
- учащиеся научатся выполнять упражнения для общефизического развития.

Метапредметные:

- привлечение учащихся к систематическим занятиям волейболом;
- развитие коммуникативных способностей и навыков эффективного общения;
- развитие навыков по соблюдению правил и норм безопасности;
- повышение повышению уровня физической подготовленности учащихся.

Личностные:

- формирование способностей преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

1.5. Цель и задачи 2 года обучения

Цель: совершенствование технико-тактических навыков учащихся в процессе игры в волейбол.

Задачи

Предметные:

- совершенствовать технико-тактические действия игры волейбол: верхнюю передачу мяча, принимать мяч снизу двумя руками, нижнюю и верхнюю прямую подачу мяча, прямой нападающий удар, одиночное блокирование;

- углубить знания и повысить технико-тактические навыки в обучающихся в процессе обучение игре волейбол, познакомить с правилами и организацией, терминологией игры;

- учить школьников навыкам двусторонней игры в волейбол;

- предоставить учащимся возможность повысить общую физическую и развить специальную подготовку, необходимую для совершенствования игрового навыка.

- учить соблюдать правила игры и соревнований.

Метапредметные:

- привлекать учащихся к систематическим занятиям волейболом;

- предоставить возможность участия в соревнованиях различного уровня;

- формировать навыки соблюдения правил и норм безопасности;

- формировать коммуникативные способности и навыки эффективного общения.

Личностные:

- развивать дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности.

1.6. Содержание программы 2 года обучения

Учебный план

Таблица 2

		Количество часов	Форма
--	--	------------------	-------

№	Название раздела, темы	всего	теория	практика	аттестации/контроля
1	Основы знаний. Техника безопасности	2	2	0	Наблюдение Практические задания
2	Правила и организация, терминология игры волейбол	2	2	0	Наблюдение Практические задания
3	Технико-тактические действия. Верхняя передача и приём мяча снизу двумя руками.	20	2	18	Наблюдение Практические задания
4	Нижняя и верхняя прямая подача мяча.	20	2	18	Наблюдение Практические задания
5	Прямой нападающий удар.	20	2	18	Наблюдение Практические задания
6	Одиночное блокирование.	24	2	22	Наблюдение Практические задания
7	Двусторонняя игра.	32	2	30	Наблюдение Соревнование
8	Общефизическая подготовка.	22	2	20	Наблюдение Практические упражнения
10	Итоговая аттестация	2	-	2	Наблюдение, соревнование
	Итого:	144	16	128	

1.7. Содержание учебного плана 2 года обучения

Тема 1. Волейбол. Основы знаний. Техника безопасности. (2ч.)

Теория (2ч.): Правила безопасности при выполнении игровых действий.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Правила и организация, терминология игры волейбол. (2ч.)

Теория (2ч.): Правила и организация игры волейбол. Терминология в волейболе.

Формы контроля: опрос, практическое задание.

Тема 3. Технико-тактические действия. Верхняя передача и приём мяча снизу двумя руками. (20ч.)

Теория (2ч.): Анализ тактических действий сильнейших волейбольных команд. Способы верхней передачи и приёма мяча снизу двумя руками.

Практика (18 ч.): Отработка на практике технику нападения. Тактика приёма подач. Групповые и командные действия в нападении. Стойки и передвижения. Передача мяча снизу двумя руками.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 4. Нижняя и верхняя прямая подача мяча. (20ч.)

Теория (2ч.): способы нижней и верхней подач. Действия игрока при подаче. Перемещения и стойки в сочетании с техническими приемами нападения. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, кулаком, передача назад). Подачи снизу сверху и сбоку. Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача

Практика (18 ч.): Отработка верхней и нижней подач, приемов и передач мяча.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 5. Прямой нападающий удар. (20ч.)

Теория (2ч.): Тактика нападающих ударов. Прямой нападающий удар. Техника нападения. Нападающие удары (прямые и по диагонали). Стойки и передвижения. Обучение нападающему удару. Основные фазы нападающего удара (разбег, толчок, удар, приземление). Имитация нападающего удара. Нападающий удар из зон 2,4. Передача мяча сверху двумя руками.

Практика (18 ч.): Подводящие упражнения к нападающему удару. Групповые и командные действия в нападении. Отработка нападающих ударов.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 6. Одиночное блокирование. (24ч.)

Теория (2ч.): Способы блокирования. Техника защиты.

Практика (22 ч.): Отработка защитных действий (блоки, страховки).

Формы контроля: наблюдение, практические задания. Прием мяча. Выполнение приема мяча из различных исходных положений. Прием мяча с подачи. Страховка. Прием мяча после отскока от стены, пола.

Тема 7. Двусторонняя игра (32ч.)

Теория (2ч.): Размещение игроков, технико-тактические действия волейболистов. Обучение расстановке игроков, переход. Чередование передачи. Выбор необходимого места на площадке при приеме мяча. Первая передача связующему игроку. Вторая передача. Чередование нападающих ударов на силу и точность. Тактические комбинации. Тактика игры в нападении со второй передачи. Розыгрыш мяча. Варианты системы игры в нападении со второй передачи игроком передней линии. Тактика защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия. Перемещения к сетке, при приеме мяча. Страховка. Выбор действия: прием в защите или страховка. Взаимодействие игроков задней линии. Расположение игроков при приеме. Индивидуальное блокирование. Взаимодействие и перемещение игроков задней линии при атаке соперника. Варианты расположения игроков при приеме подачи.

Практика (30 ч.): Расстановка игроков на площадке. Отработка технико-тактических действий волейболистов.

Формы контроля: наблюдение, соревнование.

Тема 8. Общефизическая подготовка. (22ч.)

Теория (2ч.): значение ОФП в подготовке волейболистов. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

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

Парные и групповые упражнения: с сопротивлением, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание, смешанные висы и упоры, обороты и соскоки.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках.

Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Ускорения из различных исходных положений. Пробегание отрезков 40,60 м. Кросс 500-2000 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Практика (20 ч.). Выполнение упражнений: бег, прыжки, перетягивания, переталкивания.

Формы контроля: наблюдение, практические задания.

Тема 9. Итоговая аттестация. (2ч.)

Практика (2ч.): соревнование.

Формы контроля: наблюдение, соревнование.

1.7. Планируемые результаты 2 года обучения

Предметные:

- научатся выполнять технико-тактические действия игры волейбол: верхнюю передачу мяча, принимать мяч снизу двумя руками, нижнюю и верхнюю прямую подачу мяча, прямой нападающий удар, одиночное блокирование;

- углубят знания и повысят технико-тактические навыки в обучающих в процессе обучение игре волейбол, познакомятся с правилами и организацией, терминологией игры;

- научатся демонстрировать навыки в двусторонней игре в волейбол;

- научатся соблюдать правила игры и соревнований.

Метапредметные:

- получают возможность повысить общую физическую и развивать специальную подготовку, необходимую для совершенствования игрового навыка;

- получают возможность систематически заниматься волейболом;
- получают возможность участвовать в соревнованиях различного уровня;
- научатся соблюдать правила и нормы безопасности;
- проявление коммуникативных способностей и навыков эффективного общения.

Личностные результаты:

- проявление дисциплинированности и уважительного отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, будет соблюдать правила игры и соревнований.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица №3

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации
1	1	12.09.2022	29.05.2023	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа	Промежуточная аттестация 15.05.2023- 25.05.2023
	2	02.09.2023	29.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа	Итоговая 15.05.2024- 26.05.2024

2.2. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал, площадь 18*8 м²;
- оборудование: ноутбук, экран, проектор;
- расходный материал: баскетбольные мячи, волейбольные мячи;
- баскетбольные кольца 2 шт.;
- сетка волейбольная 1 шт.

Информационное обеспечение: учебно-методическая литература, инструкции по технике безопасности, демонстративный и раздаточный материал, образец педагога, видео мастер-классы, видеоуроки.

1 год обучения

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/start/290630/> Урок 7. Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/start/262455/> Урок 27. Волейбол

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/start/280613/> Урок 28.

Тактические действия волейболистов.

2 год обучения

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3164/start/> урок 1. Знания о физической культуре. Спортивные игры

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3109/start/> Урок 02. Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Спортивные игры

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3418/start/> Урок 03. Физическое совершенствование. Спортивные игры

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/start/197163/> Урок 50. Техника безопасности на занятиях волейболом. Передача мяча сверху двумя руками, приём снизу

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/> Урок 51. Волейбол. Совершенствование техники нападающего удара

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3735/start/197217/> Урок 52. Волейбол. Защита «углом вперед» – техника выполнения

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/6060/start/197243/> Урок 53. Волейбол. Защитные действия игроков, блокирование – техника выполнения

Кадровое обеспечение Программы: Программа реализуется педагогом дополнительного образования физкультурно -спортивной направленности Маштаровым Виталием Викторовичем, высшей квалификационной категории, имеющим опыт работы 22 года.

Образование: Красноярский Государственный Педагогический Университет им. В.П. Астафьева, специальность: «учитель физической культуры», 1999 г.; звание «Заслуженный учитель Красноярского края»;

- курсы повышения квалификации: «Федеральный образовательный стандарт: аспекты организации и преподавания физической культуры в образовательной организации», 72 академических часа, 2018-2019 уч.г.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: карточки с заданиями, протокол промежуточной и итоговой аттестации, карта отслеживания результатов, журнал.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: опрос, практическое задание, соревнование.

Оценочные материалы:

- **входной контроль** – проводится в начале года для оценки уровня образовательных возможностей детей в форме: опрос, практическое задание;

- **текущий контроль** проводится в течение года в форме: наблюдение, практическая работа, соревнование;

- **промежуточный контроль** проводится в конце 1 года в форме: наблюдение, самостоятельное выполнение упражнений, представление навыков в ходе соревнований;

- **итоговый контроль** проводится в конце 2 года в форме: наблюдение, самостоятельное выполнение упражнений, представление навыков в ходе соревнований.

Уровни освоения содержания Программы

Высокий уровень: ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Средний уровень: ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью педагога все предложенные задания.

Низкий уровень: ребенок не может выполнить все предложенные задания, только с помощью педагога выполняет некоторые предложенные задания.

2.4. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса: очно.

Методы обучения: словесный (рассказ, объяснение, беседа, указание), наглядный (использование оборудования спортивного зала, просмотр фотографий, видеофильмов, показ, схемы, карточки), практический (изучение в целом, строго регламентированного упражнения, повторный, спортивные тренировки, соревнования, походы, зачетные занятия), объяснительно-иллюстративный; **и воспитания:** метод примера, педагогическое требование, создание воспитательных ситуаций, соревнование, убеждение, поощрение, анализ результатов.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая.

Формы организации учебного занятия: ознакомительное занятие, практическое занятие, комбинированное занятие, соревнование.

Педагогические технологии: информационно-коммуникативная технология, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия: вводная часть, основная часть, заключительная часть.

Дидактические материалы: инструкции, книги, карточки с вопросами и заданиями.

2.5. Список литературы

Список литературы, рекомендованный педагогам

1. Коротаяева Е.Ю. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. Учебное пособие, изд. Проспект, 2020
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов Москва «Просвещение» 2007г.
3. Спорт в школе. Москва, «Просвещение» 2000г.
4. Спортивные игры. Москва «Просвещение» 1990г.
5. Физическая культура 5-6-7 классы. Москва «Просвещение» 1998г.
6. Физическая культура 8-9 классы. Москва «Просвещение» 1997г.
7. Физическая культура 10-11 классы. Москва «Просвещение» 1997г.
8. Физическое воспитание учащихся 5-7 классы. Москва «Просвещение» 1997г.
9. Физическое воспитание учащихся 8-9 классы. Москва «Просвещение» 1997г.
10. Физическое воспитание учащихся 10-11классы. Москва «Просвещение» 1997г.

Список литературы, рекомендованный родителям

1. М.Джордан «Уроки чемпиона», изд. Интеллектуальная литература, 2021 г.
2. З.Шонбран «Как работает мозг спортивных гениев», изд. КоЛибри, 2020 г

Список литературы, рекомендованный учащимся

1. Гровер Тим, Уэнк Шари «Манифест великого тренера. Как стать из хорошего спортсмена великим чемпионом», изд. Эксмо, 2017 г.
2. Губа В.П., Пустошило П. В., Булыкина Л. В. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства, изд. Спорт, 2019
3. Свиридов: Волейбол. Энциклопедия, изд. Человек, 2016 г.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Толстомысенская средняя общеобразовательная школа №7

**Рабочая программа на 2022-2023 учебный год
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Волейбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: базовый

Форма реализации программы – очная

Педагог дополнительного образования:
Маштаров Виталий Викторович

Толстый Мыс
2022

Согласовано
 Заместитель директора по УВР
 _____ А.В.Попкова
 от _____ 2022

Утверждаю
 И.о. директора
 МБОУ Толстомысенской
 СОШ №7
 _____ Т.С. Маштарова
 от _____ 2022

Календарно-тематическое планирование

Год обучения-1

Номер группы – 1

Возраст учащихся – 13-17 лет

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Количество учебных часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Планируемые результаты	Форма аттестации/контроля
1.			2	Вводное занятие. Техника безопасности.	Беседа, инструктаж	школа	Познакомятся с техникой безопасности на занятиях.	Опрос Тест
2.			2	История развития волейбола. Основные правила игры. Размещение игроков.	Тренировка	школа	Узнают историю игры волейбол, правила и термины.	Опрос Наблюдение Практическое задание
3.			2	Стойка игрока, передвижения.	Тренировка	школа	Повторят историю игры волейбол, правила и термины	Наблюдение Практическое задание
4.			2	Стойка игрока, передвижения.	Тренировка	школа	Повторят историю игры волейбол, правила и термины	Наблюдение Практическое задание
5.			2	Стойка игрока, передвижения.	Тренировка	школа	Повторят правила игры в волейбол, тактические действия.	Наблюдение Практическое задание
6.			2	Тактика подачи.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю	Наблюдение

					вка		передачу, прием мяча снизу.	Соревнование
7.			2	Тактика приёма подач.	Тренировка	школа	Познакомятся со стойкой игрока, способами перемещения в зале	
8.			2	Стойка игрока, передвижения.	Тренировка	школа	Повторят правила игры в волейбол, тактические действия.	Наблюдение Практическое задание
9.			2	Тактика подач.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю передачу, прием мяча снизу.	Наблюдение Соревнование
10.			2	Стойка игрока, передвижения.	Тренировка	школа	Повторят правила игры в волейбол, тактические действия.	Наблюдение Практическое задание
11.			2	Тактика подач.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю передачу, прием мяча снизу.	Наблюдение Соревнование
12.			2	Тактика подач.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю передачу, прием мяча снизу.	Наблюдение Соревнование
13.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
14.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
15.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
16.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
17.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
18.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание

19.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
20.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
21.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
22.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
23.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
24.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
25.			2	Верхняя передача мяча.	Тренировка	Поле	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
26.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
27.			2	Нижняя подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
28.			2	Нижняя подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
29.			2	Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.	Тренировка	школа	Отработают нижнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
30.			2	Чередование способов подач в	Тренировка	школа	Отработают нижнюю подачу	Наблюдение

				сочетании с требованиями точности.	вка			Практическое задание
31.			2	Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку.	Тренировка	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
32.			2	Нижняя подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
33.			2	Нижняя подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
34.			2	Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.	Тренировка	школа	Отработают нижнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
35.			2	Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.	Тренировка	школа	Отработают нижнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
36.			2	Приём мяча снизу.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю и нижнюю подачи	Наблюдение Практическое задание
37.			2	Приём мяча снизу.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю и нижнюю подачи	Наблюдение Практическое задание
38.			2	Прием мяча с подачи. Страховка.	Тренировка	Поле	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
39.			2	Прием мяча с подачи. Страховка.	Тренировка	Поле	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
40.			2	Прием мяча после отскока от стены, пола.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполнят прием мяча с подачи.	Наблюдение Практическое задание
41.			2	Прием мяча после отскока от стены, пола.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполнят прием мяча с подачи.	Наблюдение Практическое задание

								задание
42.			2	Двусторонняя игра. Размещение игроков, технико-тактические действия волейболистов.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполняют прием мяча над собой	Наблюдение Практическое задание
43.			2	Двусторонняя игра. Размещение игроков, технико-тактические действия волейболистов.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполняют прием мяча над собой	Наблюдение Практическое задание
44.			2	Двусторонняя игра. Техника нападения.	Тренировка	школа	Отработают навыки	Наблюдение Практическое задание
45.			2	Двусторонняя игра. Техника нападения.	Тренировка	школа	Отработают навыки	Наблюдение Практическое задание
46.			2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
47.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
48.			2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
49.			2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
50.			2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
51.			2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
52.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование

53.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
54.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
55.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
56.			2	Групповые и командные действия в нападении.	Тренировка	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
57.			2	ОФП. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.	Тренировка	школа	Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками (метание, прыжки).	Наблюдение Практическое задание
58.			2	ОФП. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.	Тренировка	школа	Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками (метание, прыжки).	Наблюдение Практическое задание
59.			2	ОФП. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.	Тренировка	школа	Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками (метание, прыжки).	Наблюдение Практическое задание
60.			2	ОФП. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.	Тренировка	школа	Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками (метание, прыжки).	Наблюдение Практическое задание
61.			2	ОФП. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости. Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	Наблюдение Практическое задание
62.			2	ОФП. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости. Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	Наблюдение Практическое задание
63.			2	ОФП. Подвижные игры. Упражнения для развития	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости.	Наблюдение Практическое

				прыгучести.			Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	задание
64.			2	ОФП. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости. Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	Наблюдение Практическое задание
65.			2	ОФП. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости. Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	Наблюдение Практическое задание
66.			2	ОФП. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.	Тренировка	Поле	Выполняют упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.	Наблюдение Практическое задание
67.			2	ОФП. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.	Тренировка	Поле	Выполняют упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.	Наблюдение Практическое задание
68.			2	ОФП. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.	Тренировка	Поле	Выполняют упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.	Наблюдение Практическое задание
69.			2	ОФП. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.	Тренировка	Поле	Выполняют упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.	Наблюдение Практическое задание
70.								
71.								
72.			2	Итоговое соревнование по волейболу	Соревнование	школа	Учащиеся закрепят полученные умения в ходе соревнования	Наблюдение Соревнование

Согласовано
Заместитель директора по
УВР

_____ А.В.Попкова
от _____ 2022

Приложение 2
Утверждаю
И.о. директора
МБОУ Толстомысенской
СОШ №7
_____ Т.С. Машгарова
от _____ 2022

Календарно-тематическое планирование

Год обучения-2

Номер группы – 1

Возраст учащихся – 13-17 лет

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Количество учебных часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Планируемые результаты	Форма аттестации/контроля
1		18.00-19.51	2	Баскетбол. Вводное занятие, ТБ	Беседа	школа	Познакомятся с техникой безопасности на занятиях.	Опрос Тест
2		18.00-19.45	2	Ловля и передача мяча двумя руками.	Тренировка	школа	Познакомятся с основными правилами ловли и передачи мяча	Наблюдение Практическое задание
3		18.00-19.51	2	Ловля и передача мяча одной рукой с поддержкой.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся ловить и передавать мяч одной рукой	Наблюдение Практическое задание
4		18.00-19.45	2	ОРУ и ОФП.	Учебно-тренировоч	школа	Научатся ловить и передавать мяч одной рукой с поддержкой	Наблюдение Практическое

					ная игра.			задание
5		18.00-19.51	2	Ловля и передача мяча в движении в парах.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся ловить и передавать мяч в движении в парах	Наблюдение Практическое задание
6		18.00-19.45	2	Ловля и передача мяча в движении в парах.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся ловить и передавать мяч в движении в парах	Наблюдение Практическое задание
7		18.00-19.51	2	Ведение мяча с изменением направления.	Подводящие и подвижные игры.	школа	Познакомятся с основными правилами ведения мяча с изменением направления	Наблюдение Практическое задание
8		18.00-19.45	2	Ведение мяча с изменением скорости.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Познакомятся с основными правилами ведения мяча с изменением скорости	Наблюдение Практическое задание
9		18.00-19.51	2	ОРУ и ОФП.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся вести мяч с изменением скорости	Наблюдение Практическое задание
10		18.00-19.45	2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Познакомятся с основными правилами ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника	Наблюдение Практическое задание
11		18.00-19.51	2	Учебно-тренировочная игра.	Контрольный выход	Поле	Научатся вести мяч с пассивным сопротивлением защитника	Наблюдение Практическое задание
12		18.00-19.45	2	Броски мяча одной рукой с места.	Подводящие и подвижные игры.	школа	Научатся бросать мяч одной рукой с места.	Наблюдение Практическое задание
13		18.00-19.51	2	Броски мяча одной рукой с места.	Подводящие и подвижные игры.	школа	Научатся бросать мяч одной рукой с места.	Наблюдение Практическое задание
14		18.00-19.45	2	Остановка прыжком и в два шага, повороты.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся выполнять остановку прыжком и в два шага,	Наблюдение Практическое задание

					ная игра.		повороты	задание
15		18.00-19.51	2	Броски мяча в движении	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся бросать мяч в движении	Наблюдение Практическое задание
16		18.00-19.45	2	Броски мяча в движении	Учебно-тренировочная игра.	школа	Научатся бросать мяч в движении	Наблюдение Практическое задание
17		18.00-19.51	2	Защитные действия против игрока без мяча.	Тренировка	школа	Познакомятся со способами защиты	Наблюдение Практическое задание
18		18.00-19.45	2	Защитные действия против игрока без мяча.	Двусторонняя игра.	школа	Самостоятельно будут выполнять защитные действия против игрока без мяча.	Наблюдение Практическое задание
19		18.00-19.51	2	Защитные действия против игрока с мячом.	Тренировка	школа	Самостоятельно будут выполнять защитные действия против игрока с мячом.	Наблюдение Практическое задание
20		18.00-19.45	2	ОРУ и ОФП.	Двусторонняя игра.	школа	Самостоятельно будут выполнять защитные действия против игрока с мячом.	Наблюдение Практическое задание
21		18.00-19.51	2	Штрафной бросок.	Тренировка	школа	Самостоятельно	Наблюдение Практическое задание
22		18.00-19.45	2	Действия двух нападающих против одного защитника.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Отработают навыки нападающих	Наблюдение Практическое задание
23		18.00-19.51	2	Действия двух нападающих против одного защитника.	Тренировка	школа	Отработают навыки нападающих	Наблюдение Практическое задание
24		18.00-19.45	2	Стойки, перемещения.	Двусторонняя игра. Соревнование	школа	Познакомятся и закрепят на практике стойки, перемещения, остановки	Наблюдение Практическое задание

25		18.00-19.51	2	Комбинации из освоенных элементов.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Выучат комбинацию из освоенных элементов.	Наблюдение Практическое задание
26		18.00-19.45	2	Остановка прыжком и в два шага, повороты.	Тренировка	школа	Закрепят на практике стойки, перемещения, остановки, повороты	Наблюдение Практическое задание
27		18.00-19.51	2	Индивидуальные и групповые технико-тактические действия.	Тренировка	школа	В индивидуальной и командной игре отработаю технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
28		18.00-19.45	2	ОРУ и ОФП.	Тренировка	школа	В индивидуальной и командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
29		18.00-19.51	2	Комбинации из освоенных элементов.	Двусторонняя игра.	школа	Выучат комбинацию из освоенных элементов.	Наблюдение Практическое задание
30		18.00-19.45	2	Индивидуальные и групповые технико-тактические действия.	Двусторонняя игра.	школа	Отработают технико-тактические действия самостоятельно и в команде	Наблюдение Практическое задание
31		18.00-19.51	2	Индивидуальные и групповые технико-тактические действия.	Тренировка	школа	В индивидуальной и командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Практическое задание
32		18.00-19.45	2	Комбинации из освоенных элементов.	Практическое занятие	школа	Отработают комбинацию	Наблюдение Практическое задание
33		18.00-19.51	2	Двусторонняя игра.	Тренировка	школа	Отработают комбинацию	Наблюдение Практическое задание
34		18.00-19.45	2	Комбинации из освоенных элементов.	Тренировка	школа	Отработают комбинацию	Наблюдение Практическое задание
35		18.00-19.51	2	Комбинации из освоенных элементов. Двусторонняя игра.	Практическое занятие	школа	Отработают комбинацию	Наблюдение Практическое задание

36		18.00-19.45	2	Комбинации из освоенных элементов.	Тренировка	школа	Отработают комбинацию	Наблюдение Практическое задание
37		18.00-19.51	2	Общefизическая подготовка.	Тренировка	школа	ОФП. Техника безопасности. Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками	Наблюдение Практическое задание
38		18.00-19.45	2	Общefизическая подготовка.	Практическое занятие	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости	Наблюдение Практическое задание
39		18.00-19.51	2	Общefизическая подготовка.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития быстроты движений.	Наблюдение Практическое задание
40		18.00-19.45	2	Общefизическая подготовка.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	Наблюдение Практическое задание
41		18.00-19.51	2	Итоговая игра по баскетболу	Соревнование	школа	Учащиеся закрепят полученные умения в ходе соревнования	Наблюдение Соревнование
42		18.00-19.45	2	Волейбол. Вводное занятие, ТБ.	Беседа	школа	Познакомятся с техникой безопасности на занятиях.	Опрос Тест
43		18.00-19.51	2	Верхняя передача и приём мяча снизу двумя руками.	Тренировка	школа	Повторят правила игры в волейбол, тактические действия. Отработают верхнюю передачу, прием мяча снизу.	Наблюдение Практическое задание
44		18.00-19.45	2	Стойка игрока. Перемещение.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Познакомятся со стойкой игрока, способами перемещения в зале	Наблюдение Практическое задание
45		18.00-19.51	2	Действия с мячом: выбор способа приёма мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).	Учебно-тренировочная игра.	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание

46		18.00-19.45	2	Волейбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочная игра.	школа	Отработают навыки в ходе игры	Наблюдение Практическое задание
47		18.00-19.51	2	Верхняя передача в парах.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
48		18.00-19.45	2	Нижний прием мяча над собой.	Тренировка	Школа	Отработают нижний прием мяча	Наблюдение Практическое задание
49		18.00-19.51	2	Нижняя и верхняя прямая подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают нижнюю и верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
50		18.00-19.45	2	Разбег, отталкивание, прыжок.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполнят разбег, отталкивание, прыжок.	Наблюдение Практическое задание
51		18.00-19.51	2	Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование.	Тренировка	школа	Отработают нападающий удар	Наблюдение Практическое задание
52		18.00-19.45	2	Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование.	Тренировка	школа	Отработают нападающий удар	Наблюдение Практическое задание
53		18.00-19.51	2	Отбивание мяча кулаком. Прямой нападающий удар.	Тренировка	школа	Отработают нападающий удар	Наблюдение Практическое задание
54		18.00-19.45	2	Нападающий удар с подбрасывания.	Тренировка	школа	Отработают нападающий удар	Наблюдение Практическое задание
55		18.00-19.51	2	Верхняя передача в стену.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
56		18.00-19.45	2	Нижний прием от стены.	Тренировка	школа	Отработают нижнюю подачу	Наблюдение Практическое

								задание
57		18.00-19.51	2	Стойка игрока в перемещении.	Тренировка	школа	Познакомятся со стойкой игрока	Наблюдение Практическое задание
58		18.00-19.45	2	Верхняя подача мяча.	Тренировка	школа	Отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
59		18.00-19.51	2	Прием мяча с подачи.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполняют прием мяча с подачи.	Наблюдение Практическое задание
60		18.00-19.45	2	Нижний прием над собой.	Тренировка	школа	Самостоятельно выполняют прием мяча над собой	Наблюдение Практическое задание
61		18.00-19.51	2	Верхняя подача мяча. Чередование передачи в парах.	Тренировка	школа	В парной работе отработают верхнюю подачу	Наблюдение Практическое задание
62		18.00-19.45	2	Прием мяча с подачи.	Тренировка	школа	Отработают прием мяча с подачи	Наблюдение Практическое задание
63		18.00-19.51	2	Двусторонняя игра. Нападающий удар с подбрасывания	Тренировка	школа	Отработают нападающий удар	Наблюдение Практическое задание
64		18.00-19.45	2	Групповые действия.	Тренировка	школа	Отработка навыков защиты в учебной игре	Наблюдение Практическое задание
65		18.00-19.51	2	Взаимодействия игроков при приеме от подачи, передачи	Соревнование	школа	Отработка навыков защиты в учебной игре	Наблюдение Соревнование
66		18.00-19.45	2	Волейбол по упрощенным правилам. Двусторонняя игра.	Соревнование	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование
67		18.00-19.51	2	Двусторонняя игра. Система игры в защите «углом	Соревнование	школа	В командной игре отработают технико-тактические навыки	Наблюдение Соревнование

				вперед».				
68		18.00-19.45	2	Общефизическая подготовка.	Тренировка	школа	Общеразвивающие упражнения с мячами, скакалками (метание, прыжки).	Наблюдение Практическое задание
69		18.00-19.51	2	Общефизическая подготовка.	Тренировка	школа	Выполняют упражнения для развития выносливости. Выполняют упражнения для развития скорости движений.	Наблюдение Практическое задание
70		18.00-19.45	2	Итоговое соревнование по волейболу	Соревнование	школа	Учащиеся закрепят полученные умения в ходе соревнования	Наблюдение Соревнование

Приложение 3

Средства контроля

1. Уровень теоретических знаний (тест).
2. Уровень практической подготовки волейболиста, баскетболиста (карта отслеживания результатов).
3. Уровень физической подготовки (в соответствии с нормами ГТО).

2. Карта отслеживания результатов учащихся

за _____ учебный год. _____ год обучения.

№ п/п	Фамилия, имя	Приобрел навыки и умения по изучаемым видам спорта	Технически правильно осуществляет двигательные действия	Умеет сотрудничать со взрослыми и сверстниками	Адекватно реагирует на мнения, позиции, отношения других членов команды	Нормативы ГТО					Процент усвоения программы
						Челночный бег 3*10	Подтягивание	Прыжки в длину с места	Наклон вперед (гибкость)	Бег 30 метров	
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

Уровни: высокий (В), средний (С), низкий (Н).

Уровни освоения содержания программы

Высокий уровень: 5 баллов по каждому критерию, от 33 до 45 баллов (ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно).

Средний уровень: 3-4 балла по каждому критерию, от 27 до 32 баллов (ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью педагога все предложенные задания).

Низкий уровень: 1 - 2 балла по каждому критерию, от 9 до 18 баллов (ребенок не может выполнить все предложенные задания, только с помощью педагога выполняет некоторые предложенные задания).

3. Уровень физической подготовки (в соответствии с нормами ГТО) Первый год обучения.

Виды испытаний	высокий				средний				низкий
	11-12 лет		13-14 лет		11-12 лет		13-14 лет		
	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	
бег на 60 м (сек)	11,0	11,4	10,5	10,9	11,2	11,6	10,7	11,2	до средних показателей
бег на 2 км (мин)	11,30	13,30	11,00	13,00	14,00	17,00	13,30	16,30	
подтягивание на перекладине	3		4		2		3		
отжимание в упоре лежа		3		4		2		3	

Второй год обучения.

Виды испытаний	высокий				средний				низкий
	13-14 лет		15-16 лет		13-14 лет		15-16 лет		
	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	
бег на 60 м (сек)	10,0	10,5	9,5	10,2	10,0	10,8	9,8	10,7	до средних показателей
бег на 2 км (мин)	10,30	12,30	10,00	12,00	13,00	15,30	11,30	15,00	
подтягивание на перекладине	6		7		4		5		
Отжимание в упоре лежа		8		10		6		8	

Протокол результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся

Форма оценки результатов: 10 - балльная

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Дата проведения аттестации	Форма аттестации	Итоговая оценка (балл)	Полнота освоения программы (%)
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					