

Муниципальное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа д. Кривское имени В.В. Мигунова»

Утверждено

Приказом № 145

от « 30 » августа 2024 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Волейбол»**

Уровень программы: **Базовый**  
Возраст обучающихся: **12-17 лет**  
Срок реализации программы: **1 год**

Автор-составитель программы:  
Сорокина Екатерина Дмитриевна

д. Кривское 2024 г.

## РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**. В ходе ее освоения дети приобщаются к спорту, улучшают координацию, силу, выносливость и гибкость. Работа в команде способствует развитию коммуникации, дружбы и умения взаимодействовать с другими. Формируется привычка к физической активности и заботе о здоровье.

Данная программа предлагает детям базовое систематизированное образование по Волейболу с перспективой последующей специализации в отдельном виде спорта.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивное.

**Язык программы:** Государственный язык РФ – русский.

Программа составлена в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам системы дополнительного образования детей на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Устав МОУ СОШ д. Кривское.

**Уровень сложности** – базовый

### Актуальность, педагогическая целесообразность программы

Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры – волейбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

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

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного 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.

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

### **Отличительные особенности и новизна программы**

Тематическое планирование составлено на основе требований федерального компонента государственного стандарта общего образования. Рассчитана на 6 часа в неделю.

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Отличительные особенности и новизна настоящей программы прослеживаются по нескольким направлениям:

1. Интеграция технологий: Использование современных технологий, таких как видеоанализ игры и приложения для отслеживания прогресса, чтобы повысить качество тренировок и анализа игровых моментов.

2. Индивидуальный подход: Разработка персонализированных тренировочных планов, учитывающих уровень подготовки каждого ученика, его физические возможности и цели.

3. Фокус на здоровье и фитнес: Включение элементов общей физической подготовки, таких как упражнения на силу, выносливость и гибкость, что способствует улучшению общего состояния здоровья участников.

4. Развитие мягких навыков: Уделение внимания командной работе, лидерству и коммуникации через специальные упражнения и игровые ситуации.

5. Соревновательные мероприятия: Организация турниров не только внутри школы, но и с участием других учебных заведений, что позволит детям получить опыт соревнований.

6. Обучение судейству и тренерству: Введение в программу элементов судейства и основ тренерской деятельности, что может заинтересовать старшеклассников и развить их лидерские качества.

7. Экологическая осведомленность: Внедрение тематики устойчивого развития и экологии в занятия, например, через организацию мероприятий по уборке спортплощадок или пропаганду здорового образа жизни.

8. Кросс-дисциплинарные связи: Связывание волейбольных тренировок с уроками физики (например, изучение траектории мяча) или биологии (анатомия и физиология).

**Преобладающие формы организации занятий:** групповые занятия, продолжительность 6 академический час в неделю.

**Категория детей:** 12-17 лет

**Разделы:** младшая группа – 12-14 лет, старшая группа – 15-17 лет.

**Сроки реализации:** 1 года.

**Продолжительность реализации:** 204 часа в год. В неделю - 6 часа

**Формы занятий**

Для реализации программы используются несколько форм занятий:

*1. Тренировочные сессии:*

- Разминка: Общая физическая подготовка, растяжка, специальные упражнения для подготовки к игре.

- Технические навыки: Упражнения для отработки подачи, приема, передачи и атаки.

- Тактические занятия: Работа над игровыми схемами, позициями на площадке и взаимодействием между игроками.

*2. Игровые тренировки:*

- Мини-игры: Игры 3 на 3 или 4 на 4 для улучшения взаимодействия и индивидуальных навыков.

- Смешанные команды: Формирование команд из игроков разного уровня для повышения соревновательного духа и командной работы.

*3. Соревнования:*

- Внутренние турниры: Регулярные соревнования между командами кружка для закрепления навыков и получения опыта.

- Дружественные матчи: Организация матчей с другими школами или кружками.

*4. Тематические занятия:*

- Уроки по теории: Обсуждение правил игры, истории волейбола и известных игроков.

- Анализ игр: Просмотр записей матчей с последующим обсуждением игровых моментов.

*5. Физическая подготовка:*

- Кросс-тренировки: Занятия по общей физической подготовке, включая бег, силовые тренировки и упражнения на координацию.

- Игры на развитие выносливости и силы: Использование игровых форматов, таких как «волейбол в песке» или «футбол с мячом для волейбола».

*6. Внеурочные мероприятия:*

- Летние лагеря или выездные тренировки: Организация тренировок на свежем воздухе или в спортивных лагерях.

- Мастер-классы с приглашенными тренерами: Проведение специальных занятий с профессиональными игроками или тренерами.

**Цель программы** – углублённое изучение спортивной игры волейбол.

**Задачи программы.**

**Обучающие:**

- Обучение техническим и тактическим основам спортивной игры –волейболу, дальнейшее совершенствование технических и тактических приемов игры.

- Освоение учащимися знаний для занятий волейболом,

- Овладение умениями и навыками игры в волейбол.

- Развитие силы, ловкости, координации движений, быстроты реакции.

- Воспитание интереса к волейболу.

**Развивающие:**

- Развитие спортивных способностей обучающихся.

- Развитие желания участвовать в соревнованиях проводимых в течение года.

**Воспитательные:**

- Воспитать упорство трудолюбие, настойчивость в достижении цели.

- Воспитание трудолюбия, коммуникабельности, чувства товарищества и патриотизма.

**Условия реализации программы**

Прием осуществляется без конкурсной основы. Принимаются все желающие.

## Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	<b>Общая физическая подготовка</b>	4	6	<b>10</b>	Контрольное упражнение
1.1	Основы методики обучения в волейболе	2			тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.2	Обучение технике подачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	2			тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.3	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх		3		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.4	ОФП. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач. Нападающий удар через сетку		3		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
<b>2.</b>	<b>Техника нападения</b>	16	34	<b>50</b>	Контрольное упражнение
2.1	Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	8	12		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
2.2	Игры развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	8	14		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы

2.3	Блокирование нападающих ударов		8		Контрольное упражнение
<b>3.</b>	<b>Игра по правилам с заданием</b>	4	27	<b>31</b>	Контрольное упражнение
3.1	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Нижняя прямая подача.	2	10		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
3.2	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	2	17		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
4	<b>Основы техники и тактики игры</b>	4	12	<b>16</b>	
4.1	Выбор места для выполнения блокирования нападающего удара.	1	3		
4.2	Выбор места для выполнения нападающего удара. Игра.	1	3		
4.3	Взаимодействие игроков передней линии в нападении. Игра.	1	3		
4.4	Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи. Учебная игра.	1	3		
<b>5</b>	<b>Обучение технике перемещения и передачи мяча</b>	<b>24</b>	36	<b>60</b>	Контрольное упражнение
5.1	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	13	12		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
5.2	Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах.	2	12		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы

	Верхняя прямая подача. Нижняя боковая подача. Верхняя передача мяча.				
5.3	Система игры в защите.	9	12		
6	<b>Игра по правилам с заданием</b>	17	20	<b>37</b>	Контрольное упражнение
6.1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3.	3	9		тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
6.2	Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в волейбол. Соревнования.	14	11		тестирование на знание правил соревнований и терминологии
	<b>Итого</b>	69	135	204	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Раздел 1. Общая физическая подготовка

#### Тема 1.1. Основы методики обучения в волейболе

- Введение в методику обучения, основные принципы и подходы.

#### Тема 1.2. Обучение технике подачи мяча.

- Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).
- Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).
- Передача сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи

#### Тема 1.3. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх

- Упражнения для улучшения точности и силы передачи.

#### Тема 1.4. ОФП. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач. Нападающий удар через сетку

- Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками.
- Тактика вторых передач.
- Нападающий удар через сетку

### Раздел 2. Техника нападения

#### Тема 2.1. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

#### Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

- Двухсторонняя учебная игра.
- Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

#### Тема 2.2. Игры развивающие физические способности.

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

- Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

### **Тема 2.3. Блокирование нападающих ударов**

- Практические занятия по блокированию.

## **Раздел 3. Игра по правилам с заданием**

### **Тема 3.1. Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками у стены. Нижняя прямая подача.**

- Передача мяча двумя руками сверху у стены.

- Нижняя прямая подача.

### **Тема 3.2. Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Прием и передача мяча снизу двумя руками**

### **Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.**

- Прием и передача мяча снизу двумя руками.

- Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4.

## **Раздел 4. Основы техники и тактики игры**

### **Тема 4.1. Основы техники и тактики игры**

- Практическое занятие. Отработка навыков.

### **Тема 4.2. Основы техники и тактики игры**

- Практическое занятие. Отработка навыков.

### **Тема 4.3. Взаимодействие игроков передней линии в нападении. Игра.**

- Учебная игра

### **Тема 4.4. Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи.**

- Учебная игра.

## **Раздел 5. Обучение технике перемещения и передачи мяча**

### **Тема 5.1. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх**

- Практическое занятие. Отработка навыков.

### **Тема 5.2. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах.**

- Передача мяча снизу двумя руками в парах.

- Верхняя прямая подача, нижняя боковая подача, верхняя передача мяча.

### **Тема 5.3. Система игры в защите.**

- Практическое занятие. Отработка навыков.

## **Раздел 6. Игра по правилам с заданием**

### **Тема 6.1. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3.**

- Передачи мяча сверху стоя спиной к цели.

- Передачи мяча сверху и снизу в различных сочетаниях.

### **Тема 6.2. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол.**

- Прием мяча с подачи в зону 3.

- Учебная игра в волейбол.

**Итоговое занятие** - соревнования для проверки усвоенных навыков и командного взаимодействия.

## **Планируемые результаты:**

### **Личностные результаты:**

1. Развитие уверенности в себе: Учащиеся научатся преодолевать трудности, что повысит их самооценку.

2. Формирование ответственности: Участие в команде способствует развитию ответственности за свои действия и за командные результаты.



3. Уважение к соперникам и партнёрам: Учащиеся научатся уважать как своих товарищей по команде, так и противников.
4. Развитие лидерских качеств: Возможность проявить себя в роли капитана или лидера команды.
5. Формирование здорового образа жизни: Осознание важности физической активности и здорового образа жизни.

**Метапредметные результаты:**

**Регулятивные УУД:**

1. Планирование и организация учебной деятельности: Учащиеся смогут планировать свои тренировки и распределять время на различные виды активности.
2. Самоконтроль и самооценка: Развитие навыков анализа собственных действий и результатов игры.
3. Коррекция действий: Способность вносить изменения в свои действия на основе анализа результатов.

**Познавательные УУД:**

1. Исследовательские навыки: Учащиеся научатся анализировать игровые ситуации и находить оптимальные решения.
2. Систематизация знаний: Умение обобщать и систематизировать информацию о правилах игры, технике и тактике.
3. Критическое мышление: Способность оценивать эффективность своих действий и действий команды.

**Коммуникативные УУД:**

1. Навыки работы в команде: Учащиеся научатся взаимодействовать с партнёрами, распределять роли и обязанности.
2. Эффективное общение: Развитие навыков вербального и невербального общения во время игры.
3. Конфликтное разрешение: Умение решать споры и конфликты внутри команды конструктивным образом.

**РАЗДЕЛ № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

**2.1. Календарно-тематическое планирование  
Первый год обучения**

№ п/п	Месяц	Название раздела и темы	Количество часов	Формы занятий
1	Сентябрь Октябрь Ноябрь	<b>Общая физическая подготовка</b>	10	
1.1		Основные методики обучения в волейболе	2	- Введение в методику обучения. - Обзор основных принципов и подходов к обучению технике волейбольных навыков.
1.2		Обучение технике подачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	2	- Подача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). - Подача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). - Подача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к

				направлению передачи.
1.3		Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	3	- Упражнения для улучшения точности и силы передачи.
1.4		ОФП. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач. Нападающий удар через сетку	3	- Комплекс упражнений для улучшения общей физической подготовки. - Тактические действия вторых передач и нападающих ударов через сетку.
2		<b>Обучение технике подачи мяча</b>	50	
2.1		Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.	20	- Двухсторонняя учебная игра. - Игры и эстафеты для закрепления технических приемов и тактических действий.
2.2		Игры развивающие физические способности.	22	- Упражнения на развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости.
2.3		Блокирование нападающих ударов Практическое занятие.	8	- Практические занятия по технике блокирования.
3	Ноябрь Декабрь Январь	<b>Игра по правилам с заданием</b>	31	
3.1		Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Нижняя прямая подача. Практическое занятие.	12	- Упражнения на передачу мяча у стены и нижнюю прямую подачу.
3.2		Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Прием и передача мяча снизу двумя руками Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Практическое занятие.	19	- Передачи в четверках с перемещением из различных зон. - Прием и передача мяча снизу.
4	Февраль Март Апрель	<b>Основы техники и тактики игры</b>	16	
4.1		Основы техники и тактики игры	4	- Введение в основные элементы игры.
4.2		Основы техники и тактики игры	4	- Закрепление знаний через практические занятия.

4.3		Взаимодействие игроков передней линии в нападении.	4	- Игровые упражнения для улучшения командного взаимодействия.
4.4		Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи. Учебная игра.	4	- Учебная игра для отработки взаимодействия при приеме подачи.
5	Май	<b>Обучение технике перемещения и передачи мяча</b>	60	
5.1		Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	25	- Упражнения для улучшения техники передачи.
5.2		Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах.	14	- Парами: передача снизу, верхняя прямая подача и нижняя боковая подача.
5.3		Система игры в защите. Практическое занятие.	21	- Практические занятия по технике защиты.
6		<b>Игра по правилам с заданием</b>	37	
6.1		Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3.	12	- Передачи мяча сверху стоя спиной к цели, различные сочетания передач.
6.2		Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в волейбол. Соревнования.	25	- Учебная игра с передачами из различных зон. - Учебно-тренировочная игра и соревнования.
<b>Всего</b>			204	

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально – техническое обеспечение образовательной программы

#### 1. Спортивный зал

- Наличие специализированного зала для занятий волейболом, оборудованного:
  - Волейбольной сеткой и стойками.
  - Полом, соответствующим стандартам (например, деревянный или полимерный).
  - Разметкой площадки для игры.

#### 2. Оборудование

- Мячи для волейбола (различных размеров и весов для разных возрастных групп).
- Упражняющие снаряды (конусы, маты, лестницы для координации).
- Защитное оборудование (налокотники, наколенники).

#### 3. Аудиовизуальные средства

- Проектор или экран для демонстрации видеуроков и тактических схем.
- Звуковое оборудование для организации соревнований и мероприятий.

## 2.3. Форма аттестации

В результате освоения программы происходит развитие личностных качеств, общекультурных и специальных знаний, умений и навыков, расширение опыта творческой

деятельности. Контроль или проверка результатов обучения является обязательным компонентом процесса обучения: контроль имеет образовательную, воспитательную и развивающую функции.

Вводный контроль: проводится педагогом с целью выявления способностей обучающихся.

Текущий - это систематическая проверка усвоения знаний, умений, навыков на каждом занятии. Тематический контроль оперативен, гибок, разнообразен по методам и формам (устный, письменный, наблюдение, проигрывание).

Периодический контроль - осуществляется после изучения крупных разделов программы.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года.

Кроме знаний, умений и навыков, содержанием проверки достижений является социальное и общепсихологическое развитие обучающихся, поскольку реализация программы не только формирует знания, но и воспитывает и развивает. Содержанием контроля является также сформированность мотивов учения и деятельности, такие социальные качества, как чувство ответственности, моральные нормы и поведение (наблюдение, диагностические методики).

#### **2.4. Оценочные материалы**

Учащийся на контрольно-проверочном мероприятии оценивается одной из следующих оценок: «зачтено» и «не зачтено».

Критерии выставления оценки «зачтено»:

Оценки «зачтено» заслуживает учащийся, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.

Оценка «зачтено» выставляется учащимся, показавшим полное знание учебного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, демонстрирующие систематический характер знаний по предмету.

Оценкой «зачтено» оцениваются учащиеся, показавшие знание основного учебного материала в минимально необходимом объеме, справляющихся с выполнением заданий, предусмотренных программой, но допустившим погрешности при выполнении контрольных заданий, не носящие принципиального характера, когда установлено, что учащийся обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством педагога.

Критерии выставления оценки «не зачтено»:

Оценка «не зачтено» выставляется учащимся, показавшим пробелы в знаниях основного учебного материала, допускающим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Такой оценки заслуживают результаты учащихся, носящие несистематизированный, отрывочный, поверхностный характер.

#### **Тестовые материалы для итогового контрольного опроса обучающихся на выявление уровня знаний теоретического материала**

### **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

#### **1. Обеспечение программы различными видами методической продукции.**

##### **1. Учебные пособия**

- Книги и учебники: Издания, посвященные технике и тактике волейбола, методике преподавания, физической подготовке.

- Методические рекомендации: Документы, содержащие советы по организации тренировочного процесса, планированию уроков и соревнований.

##### **2. Видеоматериалы**

- Обучающие видео: Записи тренировок, мастер-классов и семинаров с участием профессиональных тренеров и игроков.

- Анализ игр: Видеозаписи матчей с комментариями, которые помогают изучить тактические приемы и стратегии.

### **3. Тестовые материалы**

- Тесты и анкеты: Оценочные материалы для определения уровня подготовки учащихся, их знаний о правилах и технике игры.

- Контрольные задания: Практические задания для проверки навыков игры.

### **4. Методические разработки**

- Планы уроков: Примеры планов уроков по волейболу для различных возрастных групп и уровней подготовки.

- Программы тренировок: Подробные планы тренировок с указанием целей, задач и методов их достижения.

### **5. Игровые пособия**

- Инструкции по проведению игр: Правила и рекомендации по организации турниров и соревнований.

- Разнообразные игровые формы: Примеры нетрадиционных игр и упражнений для развития навыков.

### **6. Научные исследования**

- Статьи и публикации: Научные работы, посвященные вопросам физической подготовки, психологии спорта и методики обучения волейболу.

### **7. Электронные ресурсы**

- Онлайн-курсы и вебинары: Платформы, предлагающие обучение по методике преподавания волейбола.

- Форумы и сообщества: Платформы для обмена опытом между тренерами и педагогами.

## **2. Дидактические материалы**

Дидактические материалы (таблицы, наглядные пособия, демонстрационные карточки, образцы выполненных заданий и др.) используются на каждом занятии, кроме занятий по развитию фантазии, воображения и проверочных занятий.

### **1. Учебные пособия**

- Учебники и учебные пособия: Книги, содержащие теоретические основы волейбола, правила игры, техники выполнения ударов и тактики.

- Рабочие тетради: Тетради для записей, где учащиеся могут фиксировать свои достижения, планы тренировок и результаты.

### **2. Методические рекомендации**

- Планы уроков: Примеры структурированных планов занятий с указанием целей, задач и методов обучения.

- Методические указания: Рекомендации по организации тренировочного процесса, включая выбор упражнений и их последовательность.

### **3. Визуальные материалы**

- Плакатные материалы: Инфографика, схемы и плакаты с изображениями техники выполнения элементов игры (например, подача, прием, атака).

- Слайды и презентации: Визуальные материалы для проведения теоретических занятий.

### **4. Практические пособия**

- Карточки с упражнениями: Наборы карточек с описанием различных игровых и тренировочных упражнений.

- Тренировочные задания: Описание упражнений для развития физических качеств (силы, скорости, координации).

### **5. Оценочные материалы**

- Тесты и анкеты: Оценочные инструменты для определения уровня подготовки учащихся, их знаний о правилах игры и технике.

- Контрольные задания: Практические задания для проверки навыков и умений.

### **6. Игровые пособия**

- Правила игры: Полный текст правил волейбола с пояснениями и примерами.

- Инструкции по проведению соревнований: Рекомендации по организации турниров и матчей.

#### **7. Электронные ресурсы**

- Онлайн-платформы: Доступ к видеоматериалам, обучающим курсам и вебинарам.  
- Мобильные приложения: Программы для отслеживания прогресса тренировок и анализа результатов.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

#### **Литература для обучающихся**

1. М.А.Виленский, И.М.Туревский «Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
2. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура 8 – 9 классы», Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха А.А.Зданевича Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
3. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура 10 – 11 классы», Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.
4. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
5. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
6. Мармор В.К. Специальные упражнения волейболиста. – Кишинев: «Карта Молдовеняскэ», 1975.

#### **Литература для педагога**

1. Бабушкин Г.Д., Рогов И.А. Психологический практикум для специализации «Теория и методика видов спорта» – Омск: СибГАФК, 1996.– 83 с.
2. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
6. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
7. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.