

Муниципальное казенное учреждение «Управление образования
местной администрации Урванского муниципального района КБР»

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6» г.п. Нарткала
Урванского муниципального района КБР

СОГЛАСОВАНО
на заседании Педагогического
совета
Протокол от «22» июня 2024 г.
№12

УТВЕРЖДАЮ
Директор  О.Х.Шибзухова
г.п. Приказ от «22» 06. 2024 г.
№57/4 - ОД



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно - спортивной направленности

«ВОЛЕЙБОЛ»

Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированный
Адресат: обучающиеся 9-17 лет
Срок реализации: 1 год, 102 часа
Форма обучения: очная
Автор-составитель: Шогенов К.Р., педагог дополнительного образования

2024 год

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

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

Уровень программы: базовый.

Вид программы: модифицированный.

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Национальный проект «Образование».
3. Конвенция ООН о правах ребенка.
4. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. № 11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 г. № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467».
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
12. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
13. Приказ Минобрнауки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
14. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»).

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

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

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

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

19. Приказ Минпросвещения КБР от 18.09.2023г. №22/1061 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

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

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

22. Устав Центра.

23. Локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность дополнительного образования детей.

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

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

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

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

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

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

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

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

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 9-17 лет.

Срок реализации программы: 1 год, 102 часа.

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

Наполняемость группы: 12-15 человек.

Формы занятий:

- индивидуальные;
- парные;
- групповые;
- коллективные.

Форма обучения: очная.

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

Задачи программы:

Личностные:

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

Предметные:

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

Метапредметные:

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

Учебный план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	теория	практика	
I	Основы знаний	3	2	1	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	1	1	0	опрос
2	Классификация упражнений	1	1	0	опрос
3	Подводящая игра в волейбол	1	0	1	наблюдение
II	Общая физическая подготовка	15	3	12	
4-8	Гимнастические упражнения	5	1	4	контрольные упражнения
9-13	Легкоатлетические упражнения	5	1	4	наблюдение, самостоятельная работа
14-18	Подвижные игры	5	1	4	наблюдение
III	Специальная физическая подготовка	10	2	8	
19-23	Упражнения для приема и передачи мяча	5	1	4	контрольные упражнения
24-28	Упражнения для развития прыгучести	5	1	4	наблюдение, самостоятельная работа
IV	Техническая подготовка	40	8	32	
29-35	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	10	2	8	опрос
36-41	Действия с мячом	10	2	8	контрольные упражнения
42-47	Техника защиты. Действия без мяча.	10	2	8	наблюдение, самостоятельная работа
48-52	Подачи	10	2	8	наблюдение
V	Тактическая подготовка	28	4	24	
53-56	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	7	1	6	контрольные упражнения
57-60	Групповые действия	7	1	6	наблюдение
61-64	Командные действия	7	1	6	наблюдение, самостоятельная работа
65-68	Тактика защиты	7	1	6	контрольные упражнения
VI	Контрольные испытания и соревнования	6	1	5	
69-71	Игровая и соревновательная действия	4	1	3	наблюдение
72	Итоговое занятие: Соревнование	2	0	2	тестирование,

					соревнование
Итого		102 часа	20 часов	82 часов	

Содержание учебного плана

I. Основы знаний. (3 часов)

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

Теория: История развития волейбола. Инструктаж по ТБ.

Практика: Подводящая игра в волейбол.

Тема2: Классификация упражнений. (1 часа)

Теория: Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена.

Правила игры в волейбол.

Практика: Отработка практических упражнений.

Тема3: Подводящая игра в волейбол. (1 часа)

Теория: Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом.

Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.

Практика: Подводящая игра в волейбол.

II. Общая физическая подготовка (15 часов)

Тема 4-8: Гимнастические упражнения. (5 часов)

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

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

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

Тема 9-13: Легкоатлетические упражнения (5 часов)

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

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

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки.

Тема 14-18: Подвижные игры (5 часов)

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

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

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

III. Специальная физическая подготовка (20 часов)

Тема 19-23: Упражнения для приема и передачи мяча (5 часов)

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

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 24-28: Упражнения для развития прыгучести (5 часов)

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

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

IV. Техническая подготовка (40 часов)

Тема 29-35: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (10 часов)

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

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

Тема 36-41: Действия с мячом (10 часов)

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

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

Тема 42-47: Техника защиты. Действия без мяча (10 часов)

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

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

Тема 48-52: Подачи (10 часов)

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

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

V. Тактическая подготовка (28 часа)

Тема 53-56: Тактика нападения. Индивидуальные действия (7 часов)

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

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

Тема 57-60: Групповые действия (7 часов)

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

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

Тема 61-64: Командные действия (7 часов)

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

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

Тема 65-68: Тактика защиты (7 часов)

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

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

VI. Контрольные испытания и соревнования (6 часов)

Тема 69-71: Игровая и соревновательная действия (4 часов)

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

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

Тема 72. Итоговое занятие. Соревнования. (2 часа)

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

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся будут

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

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

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

Метапредметные:

Обучающиеся уметь:

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

Раздел 2: Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год обучения (базовый уровень)	01.09.	31.05.	34	102	3 раза в неделю

Условия реализации программы

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

Кадровое обеспечение программы

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

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал;
- спортивное поле;
- учебный кабинет для проведения теоретических занятий;
- сетка волейбольная со стойками;
- мяч волейбольный;
- протектор для волейбольных стоек;
- мяч набивной (медицинбол);
- свисток;
- секундомер;
- стойка для обводки;
- фишки (конусы);
- корзина для мячей;
- насос для накачивания мячей в комплекте с иглами;
- скакалка.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- дополнительная общеразвивающая программа;
- инструктажи по охране труда и технике безопасности;
- учебно-методические пособия;
- методические разработки;
- сборник упражнений;
- тематические презентации;
- тематический видеоматериал;
- журналы;
- справочники;
- картотека упражнений по волейболу;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе;
- электронные образовательные ресурсы;
- Интернет-ресурсы.

Методы работы:

- словесные (рассказ, беседа, лекция, объяснение);
- наглядно-демонстрационные (демонстрация, презентация, работа по схемам и таблицам);
- творческие (творческие задания и упражнения);
- частично-поисковые (работа с различными источниками, научная и проектная деятельность);
- практические (упражнения, соревнования, игры).

Методы воспитания:

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

Педагогические технологии:

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

Здоровьесберегающие технологии образовательного процесса

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

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

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

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

Форма аттестации / контроля:

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

Для полноценной реализации программы применяются следующие виды контроля:

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

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

Оценочные материалы:

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

Критерии оценки результатов освоения программы

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

Список литературы для педагогов:

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

Список литературы для обучающихся:

1. Кукленко Д.В., Хорошевский А.Ю. 100 знаменитых спортсменов, Харьков: Фолио, 2005г.
2. Макарова, О. С. Спортивный диалог: Спортивно-игровой проект. Баскетбол и футбол. М. 2001г.
3. Малов В.И. Сто великих олимпийских чемпионов. М.: «Вече», 2007г.
4. Родиченко В.С. и др. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России /15-е издание. М, ФиС. 2005г.

Интернет-ресурсы:

- Всероссийская федерация волейбола <https://volley.ru>;
- Всероссийская федерация волейбола <https://vk.com/volleyvf>;
- Мастер-класс. Вольвич, Бутько, Кротков. Атака первым темпом. Часть 1 – <https://www.youtube.com/watch?v=kj5gPAKLPRc>
- Мастер-класс. Алексей Вербов. Как правильно принимать в волейболе <https://www.youtube.com/watch?v=en7s-Wv0BHs>
- Волейбол: свежие новости, турнир, расписание... <https://allvolley.ru>

**Муниципальное казенное учреждение «Управление образования
местной администрации Урванского муниципального района КБР»**

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6» г.п. Нарткала
Урванского муниципального района КБР**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ВОЛЕЙБОЛ»

Уровень программы: базовый

Адресат: обучающиеся 9-17 лет

Год обучения: 2024-2025 годы

Авторы: Шогенов К., педагог дополнительного образования

г. Нарткала, 2024 г.

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

Задачи программы:

Личностные:

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

Предметные:

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

Метапредметные:

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

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся будут:

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

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

- теоретические и практические приёмы игры в волейбол;

- двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- технико-тактические приёмы игры;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям волейболом.

Метапредметные:

Обучающиеся будут:

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

Календарно – тематическое планирование

№	Дата занятий		Тема	Количество часов			Формы контроля
	По плану	По факту		всего	теория	практика	
			Основы знаний	3	2	1	
1			Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	1	1	0	опрос
2			Классификация упражнений	1	1	0	опрос
3			Подводящая игра в волейбол	1	0	1	наблюдение
			Общая физическая подготовка	15	3	12	
4-8			Гимнастические упражнения	5	1	4	контрольные упражнения
9-13			Легкоатлетические упражнения	5	1	4	наблюдение, самостоятельная работа
14-18			Подвижные игры	5	1	4	наблюдение
			Специальная физическая подготовка	10	2	8	
19-23			Упражнения для приема и передачи мяча	5	1	4	контрольные упражнения
24-28			Упражнения для развития прыгучести	5	1	4	наблюдение, самостоятельная работа
			Техническая подготовка	40	8	32	

29-38			Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	10	2	8	опрос
39-48			Действия с мячом	10	2	8	контрольные упражнения
49-58			Техника защиты. Действия без мяча.	10	2	8	наблюдение, самостоятельная работа
59-68			Подачи	10	2	8	наблюдение
			Тактическая подготовка	28	4	24	
69-75			Тактика нападения. Индивидуальные действия.	7	1	6	контрольные упражнения
76-82			Групповые действия	7	1	6	наблюдение
83-89			Командные действия	7	1	6	наблюдение, самостоятельная работа
90-96			Тактика защиты	7	1	6	контрольные упражнения
			Контрольные испытания и соревнования	6	1	5	
97-100			Игровая и соревновательная действия	4	1	3	наблюдение
100-102			Итоговое занятие: Соревнование	2	0	2	тестирование, соревнование
				102 часа	20 часов	82 часов	

**Муниципальное казенное учреждение «Управление образования
местной администрации Урванского муниципального района КБР»**

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6» г.п. Нарткала
Урванского муниципального района КБР**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
На 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ВОЛЕЙБОЛ»

Уровень программы: базовый

Адресат: обучающиеся 9-17 лет

Год обучения: 2024-2025

Автор: Шогенов К., педагог дополнительного образования

г. Нарткала, 2024 г.

1. Особенности организуемого воспитательного процесса.

Деятельность объединения «Волейбол» имеет спортивную направленность. Программа ориентирована на реализацию интересов детей.

2. Цель, задачи и ожидаемый результат воспитательной работы

Цель: приобщение учащихся к спорту, выявление индивидуальных способностей детей к занятиям по волейболу.

Задачи:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.

Направленность: данная программа может быть использована в общеобразовательных учреждениях (основной общеобразовательной школе; центре образования).

Формы работы: индивидуальные и групповые.

- выступления на родительских собраниях;
- открытые занятия;
- семинар-практикум;
- памятки.

Планируемые результаты

Формирование следующих умений:

- оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения собственных ощущений (явления, события), в предложенных ситуациях отмечать конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие;
- называть и объяснять свои чувства и ощущения, объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей;
- самостоятельно и творчески реализовывать собственные замыслы
Личностные результаты отражают сформированность, в том числе в части:

1. *Патриотического воспитания*

ценностного отношения к отечественному культурному наследию;

2. Гражданского воспитания и нравственного воспитания детей на основе российских традиционных ценностей

- представления о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе;
- готовности к разнообразной совместной деятельности при выполнении познавательных задач, выполнении экспериментов, создании проектов;
- стремления к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе данной деятельности; готовности оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков.

3. Популяризации научных знаний среди детей (Ценности научного познания).

- представлений об основных закономерностях развития природы, взаимосвязях человека с природной средой;
- познавательных мотивов, направленных на получение новых знаний, необходимых для объяснения наблюдаемых процессов и явлений; познавательной и информационной культуры, в том числе навыков самостоятельной работы со справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интереса к обучению и познанию, любознательности.

4. Физического воспитания и формирования культуры здоровья

- осознания ценности жизни;
- ответственного отношения к своему здоровью, установки на здоровый образ жизни, осознания последствий и неприятия вредных привычек;
- необходимости соблюдения правил безопасности в быту и реальной жизни;

5. Трудового воспитания и профессионального самоопределения:

- коммуникативной компетентности в общественно полезной, исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- интереса к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения знаний⁴
- осознанного выбора индивидуальной траектории продолжения образования с учётом личностных интересов и способности к предмету, общественных интересов и потребностей;

6. Экологического воспитания:

- понимания ценности здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к собственному физическому и психическому здоровью;
- осознания ценности соблюдения правил безопасного поведения при работе с веществами, а также в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- повышения уровня экологической культуры.

3. Работа с коллективом обучающихся:

Воспитание на занятиях осуществляется преимущественно через:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;
- создание традиций, задающих определенные социально значимые формы поведения;
- поддержку школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Досуговые мероприятия во время занятий и в дни школьных каникул внутри детского объединения для каждой группы. Продолжительность мероприятия обычно не превышает учебную нагрузку. Конкурсы, выставки проводятся в течение всего учебного года.

4. Работа с родителями

Формы работы с родителями:

- консультации;
- выступления на родительских собраниях;
- открытые занятия;
- семинар-практикум;
- фотовыставки.

Календарный план воспитательной работы

№	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственный	Планируемый результат	Примечание
1	Здоровьесберегающее направление:	«Техника безопасности при	сентябрь	педагог	Обучающиеся будут знать правила безопасного	

	(физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)	работе с материалом» беседа			пользования инструментами и оборудованием, организовывать рабочее место и соблюдать технику безопасности	
2	Социальное направление: (воспитание трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду в жизни, подготовка к сознательному выбору профессии)	Беседа «Мир профессий»	октябрь	педагог	Воспитание таких нравственных качеств личности, как доброта, уважение, доброжелательное отношение к каждому.	
3	Духовно-нравственное (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	«Живи и процветай, Родина моя!» викторина ко Дню народного единства	ноябрь	педагог	Развитие интереса к истории своей страны; воспитание гордости за свою страну, любви к ней.	
4	Духовно-нравственное (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	Беседа «Мы – Россияне!» (к Дню Конституции РФ)	декабрь	педагог	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма	
5	Общеинтеллектуальное направление: (популяризация научных знаний, проектная деятельность)	Викторина «День детских изобретений»	январь	педагог	Развитие творческих и познавательных способностей	
6	Общеинтеллектуальное направление: (популяризация научных знаний, проектная деятельность)	Беседа «День российской науки»	февраль	педагог	Сформировать представление о науке, о знаменитых русских ученых и их открытиях.	

7	Социальное направление : (воспитание трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду в жизни, подготовка к сознательному выбору профессии)	Беседа «Доброта и милосердие»	Март	педагог	Воспитание таких нравственных качества личности, как доброта, уважение, доброжелательное отношение к каждому.
8	Здоровьесберегающее направление: (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)	Познавательная игра «Мы за здоровый образ жизни!»	апрель	педагог	Формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности
9	Общекультурное (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Участие в мероприятиях ко Дню Победы	Май	педагог	воспитание уважения к истории и людям, участвовавшим в Великой Отечественной войне, любви к Родине, гордости за победу русского народа, патриотических чувств на ярких примерах героизма и жизни своих сверстников в годы войны.
10	Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений	Профилактическая беседа «Терроризм – угроза обществу»	май	педагог	Совершенствование правовой культуры и правосознания обучающихся, привитие осознанного стремления к правомерному поведению

