

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 50
ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНОВ КРАСНОЙ ЗВЕЗДЫ И СЛАВЫ III СТЕПЕНИ
ЛУКИ МИХАЙЛОВИЧА ХОЛОДНОГО
ХУТОРА ВЕРХНЕГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ ООШ № 50
от 30 августа 2022 года
Протокол № 01 от «30» августа 2022 года

Утверждаю
Директор МБОУ ООШ № 50
м/п хутора Верхнего
_____ Е.Н. Чернявская
приказ № 165/10 от «01» сентября 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ВОЛЕЙБОЛ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 3 года (516 часов)

Возрастная категория: 11-16 лет

Состав группы: до 30 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 14471

Автор-составитель:
Селецкая Алла Игоревна,
педагог дополнительного образования

хутор Верхний
Славянский район
2022 год

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты	3
	Пояснительная записка	3
	Цели и задачи программы	7
	Содержание программы	8
	Планируемые результаты	19
II.	Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	20
	Календарный учебный график	20
	Условия реализации программы	45
	Формы аттестации	45
	Оценочные материалы	46
	Методические материалы	49
	Список литературы	52

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения.

Появился волейбол в США в 1895 году. Основателем этой игры был пастор Уильям Морган – преподаватель колледжа, предложивший назвать игру «волейбол», что в переводе с английского «летающий мяч» (от «volley» – отбивать на лету и «ball» – мяч). В 1900 году появились первые правила волейбола. В 1947 году была создана Международная федерация волейбола (ФИВБ). Развитие волейбола пошло ускоренными темпами. Стали проводиться первенства Европы и мира, разыгрываться Кубок европейских чемпионов. В 1964 году волейбол включен в программу Олимпийских игр. В настоящее время членами ФИВБ являются более 110 стран. Весомый вклад в становление мирового волейбола внесли советские и российские спортсмены.

Волейбол – один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Программа является модифицированной. При разработке программы за основу была принята программа «Волейбол» С.А.Ларина 2015 года.

Нормативно-правовые основания для разработки Программы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11.

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.

6. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее – Приказ № 196).

7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность».

9. Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

11. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года.

12. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

13. Приложения к письму Министерства образования и науки Краснодарского края от 06.07.2015 г. № 13-1843/15-10 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и программ электронного обучения».

14. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Рыбалёвой И.А., канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой дополнительного образования ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края от 2020 г.

15. Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы № 50 имени кавалера орденов Красной Звезды и Славы III степени Луки Михайловича Холодного хутора Верхнего муниципального образования Славянский район.

Направленность программы физкультурно-спортивная, так как программа нацелена на:

- обеспечение разносторонней подготовленности обучающихся, их физическое развитие и укрепление здоровья;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- укрепление опорно-двигательного аппарата обучающихся;
- оптимальное выполнение контрольных и контрольно-переводных нормативов;
- обеспечение эмоционального благополучия обучающихся;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству.

Новизна программы заключается в том, что она 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 школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Актуальности педагогическая целесообразность программы состоит в том, что она обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных волейболистов, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармоничного развития юных спортсменов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техническими приемами в волейболе, развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Отличительной особенностью программы от уже существующих является то, что программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных навыков и расширенное освоение более глубоких приёмов избранного вида спорта в течение 3 лет. Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. создание условий для развития личности юных волейболистов;
2. укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля;

3. воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных волейболистов;
4. формирование знаний, умений и навыков по волейболу;
5. привитие любви к систематическим занятиям спортом;
6. достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных волейболистов.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» рассчитана на детей в возрасте 11 - 16 лет.

Объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта. Количество учащихся в группах до 30 человек. Максимальный состав спортивно-оздоровительных групп не должен превышать двух минимальных составов с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях. Перевод занимающихся осуществляется по итогам сдачи контрольно-переводных нормативов и показанных спортивных результатов. Обучающиеся, не выполнившие переводные требования, могут быть оставлены повторно в группе того же года обучения.

Имеется ряд требований к уровню подготовки обучающихся, которые должны

знать:

- технику приема и передачи мяча в волейболе;
- технику нападающего удара в волейболе;
- технику подачи мяча в волейболе.

уметь:

- играть по упрощенным правилам волейбола.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Программа реализуется на базовом уровне.

Сроки реализации программы: 3 года (516 часов).

Форма обучения - очная.

Режим занятий: общее количество часов в год – 172 часа, 4 часа в неделю;

занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа, где учебный час для детей от 11 до 16 лет – 40 минут, продолжительность перемены – 10 минут.

Особенности организации образовательного процесса

Программа служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки резервов, квалифицированных волейболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей в возрасте с 11 до 16 лет. Для всех этапов программный материал для практических занятий по физической подготовке не

дифференцирован по годам многолетней подготовки; по технической и тактической подготовке он представлен по каждому году отдельно, даны примеры объединения упражнений в тренировочные задания, занятия и микроциклы по принципу их преимущественной направленности на развитие как отдельных физических качеств, так и комплекса качеств на обучение технике и тактике, совершенствование спортивно-технического и тактического мастерства. В отдельных случаях изложение программного материала для практических занятий носит характер последовательного описания перечня основных средств подготовки для решения задач соответствующего года подготовки.

Основные формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая, подгрупповая, индивидуальная, фронтальная, которые определяются целевыми задачами учебно-тренировочного занятия: развитием выносливости, силы, гибкости, координации движений и т.д.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- теоретические и групповые практические занятия;
- тренировки по индивидуальным планам;
- календарные соревнования;
- учебные и товарищеские игры;
- занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов;
- воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в группе

Большее внимание в программе уделяется **СФП**, направленной на техническую и тактическую подготовку игры в защите, т.к. при обучении волейболистов защитным действиям главное внимание сосредоточивается на умении перемещаться, правильно выбирать место и принимать мяч в различных игровых ситуациях.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель 1-ого года обучения – формирование у учащихся устойчивых потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Цель 2-ого года обучения – физическое и духовное совершенствование учащихся через занятия волейболом и общение с коллективом, получение новых знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков в конкретном виде спорта.

Цель 3-его года обучения – совершенствование двигательных умений и навыков в процессе занятий волейболом для достижения более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств.

Задачи 1-ого года обучения:

1. умение принимать и передавать мяч сверху и снизу двумя руками;
2. выполнение подачи мяча через сетку;
3. применение полученных навыков в учебной игре;
4. развитие специальных физических способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры в волейбол;
5. прочное овладение основами техники и тактики волейбола;

6. приучение к соревновательным условиям;
7. определение каждому занимающемуся игровой функции в команде и с учетом этого индивидуализация видов подготовки;
8. обучение навыкам ведения дневника, системам записи игр и анализу полученных данных;
9. знакомство с инструкторской и судейской подготовкой по волейболу;
10. подготовка физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов, воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем;
11. содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся.

Задачи 2-ого года обучения:

1. выполнение передачи мяча сверху и снизу двумя руками партнёру через сетку;
2. владение навыками приёма мяча после отскока от сетки;
3. совершенствование навыков нападающего удара;
4. совершенствование полученных навыков в учебной игре;
5. выполнение подачи мяча через сетку сверху;
6. освоение навыков одиночного блокирования;
7. умение выполнять передачи мяча по зонам, во время игры применять одиночное блокирование и нападающий удар.

Задачи 3-его года обучения:

1. владение в совершенстве приёмом мяча после подачи и нападающего удара;
2. умение подавать мяч через сетку сверху;
3. выполнение нападающего и обманного удара по зонам;
4. владение в совершенстве групповым блокированием;
5. умение выполнять технико-тактические действия во время учебно-тренировочной игры.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план 2022 год

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	Основные направления
		Всего	Теория	Практика		
1.	Теория	4	3	1	Тестирование, беседа	1,2,3,4,5,6,7
2.	Общая физическая подготовка	32	2	30	Учебная игра, промежуточный тест, педагогическое наблюдение.	
3.	Специальная и технико-тактическая подготовка	120	2	118	Педагогическое наблюдение, учебная игра,	

					промежуточный тест.	
4.	Интегральная подготовка	14	1	13	Педагогическое наблюдение, учебная игра.	
5.	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговый зачет	
	Итого	172	8	164		

Содержание учебного плана (1-ый год обучения)

1. Теория – 4 часа

Теория. Инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом.

История развитие волейбола. Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире. Правила игры в волейбол.

Практика. Тестирование по изученному материалу.

Форма контроля: тестирование, беседа.

2. Общая физическая подготовка – 32 часа

Теория. Разминка волейболиста. Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

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. 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.

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: перекаты, кувырки, стойки.

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 скачки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Форма контроля: учебная игра, промежуточный тест, педагогическое наблюдение.

3. Специальная и технико-тактическая подготовка – 120 часов

Технико-тактическая подготовка

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. Перемещения.

Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку и передача в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар через низкую сетку. Одиночное блокирование.

Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Обучение занимающихся 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.

Специальная физическая подготовка

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 скачки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, учебная игра, промежуточный тест.

4. Интегральная подготовка – 14 часов

Теория. Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

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.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, учебная игра.

5. Итоговое занятие – 2 часа

Практика. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол. Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, нападающий удар.

Форма контроля: итоговый зачет.

Учебный план 2023 год

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	Основные направления
		Всего	Теория	Практика		
1.	Теория	4	3	1	Тестирование, беседа	1,2,3,4,5,6,7
2.	Общая физическая подготовка	32	2	30	Учебная игра, педагогическое наблюдение, промежуточный тест	
3.	Специальная и технико-тактическая подготовка	134	3	131	Педагогическое наблюдение, учебная игра, промежуточный	

					тест.	
4.	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговый зачет	
	Итого	172	8	164		

Содержание учебного плана (2-й год обучения)

1. Теория – 4 часа

Теория. Инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. История развитие волейбола. Закрепление изученного ранее.

Практика. Тестирование по изученному материалу.

Форма контроля: тестирование, беседа.

2. Общая физическая подготовка – 32 часа

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 с мячами, гимнастическими палками, типа зарядки и в движении.

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

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. Эстафеты, подвижные игры.

Форма контроля: учебная игра, педагогическое наблюдение, промежуточный тест.

3. Специальная и технико - тактическая подготовка – 134 часа

Технико-тактическая подготовка

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. Нападающий удар в прыжке, нападающий удар в прыжке с разбега. Нападающий удар с переводом. Прием мяча сверху двумя руками с падением и перекутом на спину. Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед. Нижняя прямая подача мяча. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прием мяча отраженного от сетки. Групповое блокирование (двойной блок).

Рациональное использование приемов игры, метод организации

соревновательной деятельности спортсменов для победы над соперником.

Обучение занимающихся 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. Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Специальная физическая подготовка

Теория. Упражнения для развития скоростно-силовых 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. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, учебная игра, промежуточный тест.

4. Итоговое занятие – 2 часа

Практика. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по основам технической подготовки в волейболе. Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, передача мяча в парах без потерь.

Форма контроля: итоговый зачет.

Учебный план 2024 год

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/кон	Основные направления
		Всего	Теория	Практ		

				ика	троля	воспитательной деятельности
1.	Теория	4	3	1	Тестирование, беседа.	1,2,3,4,5,6,7
2.	Общая физическая подготовка	32	2	30	Учебная игра, педагогическое наблюдение, промежуточный тест	
3.	Специальная и технико-тактическая подготовка	134	3	131	Педагогическое наблюдение, учебная игра, промежуточный тест	1,2,3,4,5,6,7
4.	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговый зачет	
	Итого	172	8	164		

Содержание программы (3-й год обучения)

1. Теория– 4 часа

Теория. Инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом.

История развитие волейбола. Закрепление изученного ранее.

Практика. Тестирование по изученному материалу.

Форма контроля: тестирование, беседа.

2. Общая физическая подготовка – 32 часа

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

Упражнения для развития скоростно-силовых 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.

Строевые упражнения.

Команды для управления строем. Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления движения строя. Остановка. Шаг на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных положениях – наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа – поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнение для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением.

Упражнения в парах – повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, переноска партнёра на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами.

Упражнения с набивными мячами (медицинболами) – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча.

Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении.

Упражнения в парах и в группах с передачами, бросками и ловлей мяча.

Упражнения с гантелями, штангой: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседание.

Упражнения со скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами, прыжки в полуприседе и в приседе.

Акробатические упражнения. Кувырки вперёд в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метание в цель. Бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 400, 500, 800 метров. Кроссы от 1000 до 3000 метров (в зависимости от возраста), 6-минутный и 12-минутный бег. Метание мяча на дальность и в цель.

Спортивные игры: мини-футбол, баскетбол.

Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа, лежа, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «день и

ночь», «вызов», «вызов номеров», «рывок за мячом» и т.д. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход с обычного бега на бег спиной вперед и т.п.) Бег с изменением направления (до 180 градусов). Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том или другом направлении и т.д. «Челночный бег» (туда и обратно): 2 по 10 м, 4 по 10 м, 4 по 5 м, 2 по 15 м и т.п. «Челночный бег», но отрезок вначале пробегается лицом вперед, обратно - спиной вперед и т.п. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления). То же, но с ведением мяча.

Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (трое против трех, трое против двух и т.д.). Двухсторонние тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом по мячам, подвешенным на разной высоте.

Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, равновесие при катании на коньках. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой; ведение мяча головой. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Подвижные игры типа «живая мишень», «салки мячом», «ловля парами» и другие. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четыре баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера.

Упражнения на гимнастической стенке.

Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания.

Упражнения с набивными мячами (медицинболами).

Упражнения на тренажерах.

Форма контроля: учебная игра, педагогическое наблюдение, промежуточный тест.

3. Специальная и технико-тактическая подготовка – 134 часа

Технико-тактическая подготовка

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. Нападающий удар в прыжке, нападающий удар в прыжке с разбега. Нападающий удар с переводом. Прием мяча сверху двумя руками с падением и перекатом на спину. Техника передач снизу: подводящие упражнения с набивными мячами (медицинболами); имитационные упражнения с волейбольными мячами; специальные упражнения: индивидуально у стены, в группах через сетку; упражнения для обучения передаче одной рукой снизу. Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед. Нижняя прямая подача мяча. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Техника передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки); подводящие упражнения: с набивными мячами, с баскетбольными мячами; специальные упражнения в парах на месте; специальные упражнения в парах с перемещением; специальные упражнения в тройках; специальные упражнения у сетки.

Передача мяча двумя руками назад. Прием мяча отраженного от сетки. Групповое блокирование (двойной блок).

Рациональное использование приемов игры, метод организации соревновательной деятельности спортсменов для победы над соперником.

Обучение занимающихся 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.

Специальная физическая подготовка

Теория. Упражнения для развития скоростно-силовых 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.

Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа, лежа, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «день и ночь», «вызов», «вызов номеров», «рывок за мячом» и т.д. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход с обычного бега на бег спиной вперед и т.п.) Бег с изменением направления (до 180градусов). Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том или другом направлении и т.д. «Челночный бег» (туда и обратно): 2 по10 м., 4 по10 м., 4 по 5 м., 2 по15 м. и т.п. «Челночный бег», но отрезок вначале пробегается лицом вперед, обратно - спиной вперед и т.п. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления). То же, но с ведением мяча. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (трое против трех, трое против двух и т.д.). Двухсторонние тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом по мячам, подвешенным на разной высоте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, равновесие при катании на коньках. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой; ведение мяча головой. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Подвижные игры типа «живая мишень», «салки мячом», «ловля парами» и другие. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской

нескольких предметов одновременно (четырёх баскетбольных мячей), ловлей и метанием мячей.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера.

Упражнения на гимнастической стенке.

Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания.

Упражнения с набивными мячами.

Упражнения на тренажерах.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, учебная игра, промежуточный тест.

4. Итоговое занятие – 2 часа

Практика. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по основам технической подготовки в волейболе. Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, передача мяча в парах без потерь.

Форма контроля: итоговый зачет.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу первого года обучения по данной программе учащиеся должны:

1. уметь принимать и передавать мяч сверху и снизу двумя руками;
2. выполнять подачу мяча через сетку;
3. применять полученные навыки в учебной игре;
4. развить специальные физические способности, необходимые при совершенствовании техники и тактики игры в волейбол;
5. владеть основами техники и тактики волейбола;
6. быть приучены к соревновательным условиям;
7. уметь вести дневник, запись игр и анализировать полученные данные;
8. ознакомиться с инструкторской и судейской подготовкой по волейболу.

К концу второго года обучения по данной программе учащиеся должны:

1. выполнять передачу мяча сверху и снизу двумя руками партнёру через сетку;
2. владеть навыками приёма мяча после отскока от сетки;
3. усовершенствовать навыки нападающего удара;
4. усовершенствовать полученные навыки в учебной игре;
5. выполнять подачу мяча через сетку сверху;
6. освоить навыки одиночного блокирования;
7. уметь выполнять передачи мяча по зонам, во время игры применять одиночное блокирование и нападающий удар.

К концу третьего года обучения учащиеся должны:

1. владеть в совершенстве приёмом мяча после подачи и нападающего удара;
2. уметь подавать мяч через сетку сверху;
3. выполнять нападающий и обманный удар по зонам;
4. владеть в совершенстве групповым блокированием;
5. уметь выполнять технико-тактические действия во время учебно-тренировочной игры.

**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ
АТТЕСТАЦИИ
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (2022 год)**

№	Дата		Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Время проведения	Форма контроля
	план	Факт						
Теория				4				
1.	02.09		ТБ№ 3 Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях секции волейбола.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Тестирование
2.	03.09		ТБ № 3 Правила и судейство игр по волейболу. Двухсторонняя учебная игра.	2	Опрос	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Беседа
Общая физическая подготовка				32				
3.	09.09		ТБ№ 3 Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
4.	10.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
5.	16.09		ТБ№ 3 Стойки игрока(исходные положения)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
6.	17.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
7.	23.09		ТБ№ 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
8.	24.09		ТБ № 3 Двухсторонняя	2	Традиционно	Спортивный	15.30-17.00	Учебная игра

			учебная игра.		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		
9.	30.09		ТБ№ 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
10.	01.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
11.	07.10		ТБ№ 3 очетание способов перемещений (бег, остановки, повороты).	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
12.	08.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
13.	14.10		ТБ№ 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
14.	15.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
15.	21.10		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
16.	22.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
17.	28.10		ТБ№ 3 Совершенствование техники передачи мяча сверху	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
18.	29.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра

Специальная и технико-тактическая подготовка				120				
19.	04.11		ТБ№ 3 Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
20.	05.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
21.	11.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
22.	12.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
23.	18.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
24.	19.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
25.	25.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
26.	26.11		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
27.	02.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками над собой	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
28.	03.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
29.	09.12		ТБ№ 3 Передача мяча снизу двумя руками .	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

30.	10.12		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
31.	16.12		ТБ№ 3Передача мяча снизу двумя руками в парах	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
32.	17.12		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
33.	23.12		ТБ№ 3Нижняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
34.	24.12		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
35.	30.12		ТБ№ 3Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
36.	31.12		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
37.	06.01		ТБ№ 3Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
38.	07.01		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
39.	13.01		ТБ№ 3Подача в прыжке	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
40.	14.01		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
41.	20.01		ТБ№ 3 Прямой нападающий	2	Традиционно	Спортивный	15.05-16.35	Промежуточный

			удар (по ходу)		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		тест
42.	21.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
43.	27.01		ТБ № 3 Нападающий удар с переводом вправо (влево)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
44.	28.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
45.	03.02		ТБ № 3 Прием мяча снизу двумя руками	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-15.35	Педагогическое наблюдение
46.	04.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
47.	10.02		ТБ № 3 Прием мяча сверху двумя руками	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
48.	11.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
49.	17.02		ТБ № 3 Прием мяча, отраженного сеткой	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Педагогическое наблюдение
50.	18.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Учебная игра
51.	24.02		ТБ № 3 Совершенствование техники приема мяча.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
52.	25.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ	15.30-17.00	Учебная игра

						ООШ № 50		
53.	02.03		ТБ№ 3 Одиночное блокирование	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
54.	03.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
55.	09.03		ТБ№ 3 Одиночное блокирование	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
56.	10.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
57.	16.03		ТБ№ 3 Групповое блокирование (вдвоем)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
58.	17.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
59.	23.03		ТБ№ 3 Групповое блокирование (втроем)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
60.	24.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
61.	30.03		ТБ№ 3 Страховка при блокировании	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
62.	31.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
63.	06.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

64.	07.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
65.	13.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
66.	14.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
67.	20.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
68.	21.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
69.	27.04		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
70.	28.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
71.	04.05		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении, защите	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
72.	05.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
73.	11.05		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
74.	12.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
75.	18.05		ТБ№ 3 Командные	2	Традиционно	Спортивный	15.05-16.35	Педагогическое

			тактические действия в нападении.		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		наблюдение
76.	19.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра		Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
77.	06.07		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении, защите		Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
78.	07.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра		Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
Интегральная подготовка				14				
79.	13.07		ТБ№ 3 Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
80.	14.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
81.	20.07		ТБ№ 3 Игры развивающие физические способности. Судейство учебной игры в волейбол	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
82.	21.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
83.	27.07		ТБ№ 3 Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.30	Педагогическое наблюдение
84.	28.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра

85.	24.08		ТБ№ 3 Развитие выносливости, гибкости	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
Итоговое занятие				2				
86.	25.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Контрольное занятие		15.30-17.00	Итоговый тест
ИТОГО				172				

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (2023 год)

№	Дата		Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Время проведения	Форма контроля
	план	факт						
Теория				4				
1.	01.09		ТБ№ 3 Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях секции волейбола.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Тестирование
2.	03.09		ТБ № 3 Правила и судейство игр по волейболу. Двухсторонняя учебная игра.	2	Опрос	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Беседа
Общая физическая подготовка				32				
3.	08.09		ТБ№ 3 Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
4.	14.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
5.	15.09		ТБ№ 3 Стойки игрока(исходные положения)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
6.	21.09		ТБ № 3 Двухсторонняя	2	Традиционно	Спортивный	15.30-17.00	Учебная игра

			учебная игра.		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		
7.	22.09		ТБ№ 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
8.	28.09		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
9.	29.09		ТБ№ 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
10.	05.10		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
11.	06.10		ТБ№ 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты).	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
12.	12.10		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
13.	13.10		ТБ№ 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
14.	19.10		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
15.	20.10		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
16.	26.10		ТБ № 3Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ	15.30-17.00	Учебная игра

						ООШ № 50		
17.	27.10		ТБ№ 3 Совершенствование техники передачи мяча сверху	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
18.	02.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
Специальная и технико-тактическая подготовка				134				
19.	03.11		ТБ№ 3 Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
20.	09.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
21.	10.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
22.	16.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
23.	17.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
24.	23.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
25.	24.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
26.	30.11		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
27.	01.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками над собой	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

						ООШ № 50		
28.	07.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
29.	08.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
30.	14.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
31.	15.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками в парах	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
32.	21.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
33.	22.12		ТБ № 3 Нижняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
34.	28.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
35.	29.12		ТБ № 3 Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
36.	11.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
37.	12.01		ТБ № 3 Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
38.	18.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра

39.	19.01		ТБ № 3 Подача в прыжке	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
40.	25.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
41.	26.01		ТБ № 3 Прямой нападающий удар (по ходу)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
42.	01.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
43.	02.02		ТБ № 3 Нападающий удар с переводом вправо (влево)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
44.	08.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
45.	09.02		ТБ № 3 Прием мяча снизу двумя руками	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
46.	15.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
47.	16.02		ТБ № 3 Прием мяча сверху двумя руками	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
48.	22.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
49.	23.02		ТБ № 3 Прием мяча, отраженного сеткой	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
50.	01.03		ТБ № 3 Двухсторонняя	2	Традиционно	Спортивный	15.30-17.00	Учебная игра

			учебная игра.		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		
51.	02.03		ТБ№ 3 Совершенствование техники приема мяча.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
52.	08.03		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
53.	09.03		ТБ№ 3 Одиночное блокирование	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
54.	15.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
55.	16.03		ТБ№ 3 Одиночное блокирование	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
56.	22.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
57.	23.03		ТБ № 3 Групповое блокирование (вдвоем)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
58.	29.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
59.	30.03		ТБ№ 3 Групповое блокирование (втроем)	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
60.	05.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
61.	06.04		ТБ№ 3 Страховка при блокировании	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

						ООШ № 50		
62.	12.04		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
63.	13.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
64.	19.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
65.	20.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
66.	26.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
67.	27.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
68.	03.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
69.	04.05		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
70.	10.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
71.	11.05		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении, защите	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
72.	17.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра

73.	18.05		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
74.	19.07		ТБ № 3 Двусторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
75.	20.07		ТБ № 3 Командные тактические действия в нападении.	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
76.	26.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
77.	27.07		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении, защите	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
78.	02.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
79.	03.08		ТБ№ 3 Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
80.	09.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
81.	10.08		ТБ№ 3 Игры развивающие физические способности. Судейство учебной игры в волейбол	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
82.	16.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
83.	17.08		ТБ№ 3 Развитие	2	Традиционно	Спортивный	15.05-16.35	Педагогическое

			скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.		е занятие	зал МБОУ ООШ № 50		наблюдение
84.	23.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
85.	24.08		ТБ№ 3 Развитие выносливости, гибкости	2	Традиционно е занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
Итоговое занятие				2				
86.	30.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Контрольное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Итоговый тест
Итого:				172				

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (2024 год)

№	Дата		Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Время проведения	Форма контроля
	план	факт						
Теория				4				
1.	02.09		ТБ№ 3 Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях секции волейбола.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Тестирование
2.	03.09		ТБ № 3 Правила и судейство игр по волейболу. Двухсторонняя учебная игра.	2	Опрос	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Беседа
Общая физическая подготовка				32				
3.	09.09		ТБ№ 3 Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

4.	10.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
5.	16.09		ТБ № 3 Стойки игрока(исходные положения)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
6.	17.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
7.	23.09		ТБ № 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
8.	24.09		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
9.	30.09		ТБ № 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
10.	01.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
11.	07.10		ТБ № 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
12.	08.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
13.	14.10		ТБ № 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
14.	15.10		ТБ № 3 Двухсторонняя	2	Традиционное	Спортивный	15.30-17.00	Учебная игра

			учебная игра.		занятие	зал МБОУ ООШ № 50		
15.	21.10		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
16.	22.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
17.	28.10		ТБ№ 3 Совершенствование техники передачи мяча сверху	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
18.	29.10		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
Специальная и технико-тактическая подготовка				134				
19.	04.11		ТБ№ 3 Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
20.	05.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
21.	11.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
22.	12.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
23.	18.11		ТБ№ 3 Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
24.	19.11		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
25.	25.11		ТБ№ 3 Передача сверху	2	Традиционное	Спортивный	15.05-16.35	Педагогическое

			двумя руками, стоя спиной в направлении передачи		занятие	зал МБОУ ООШ № 50		наблюдение
26.	26.11		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
27.	02.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками над собой	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
28.	03.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
29.	09.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
30.	10.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
31.	16.12		ТБ № 3 Передача мяча снизу двумя руками в парах	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
32.	17.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
33.	23.12		ТБ № 3 Нижняя прямая подача мяча	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
34.	24.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
35.	30.12		ТБ № 3 Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
36.	31.12		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ	15.30-17.00	Учебная игра

						ООШ № 50		
37.	06.01		ТБ № 3 Верхняя прямая подача мяча	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
38.	07.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
39.	13.01		ТБ № 3 Подача в прыжке	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
40.	14.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
41.	20.01		ТБ № 3 Прямой нападающий удар (по ходу)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
42.	21.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
43.	27.01		ТБ № 3 Нападающий удар с переводом вправо (влево)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
44.	28.01		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
45.	03.02		ТБ № 3 Прием мяча снизу двумя руками	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
46.	04.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
47.	10.02		ТБ № 3 Прием мяча сверху двумя руками	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение

48.	11.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
49.	17.02		ТБ № 3 Прием мяча, отраженного сеткой	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
50.	18.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
51.	24.02		ТБ № 3 Совершенствование техники приема мяча.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
52.	25.02		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
53.	02.03		ТБ № 3 Одиночное блокирование	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
54.	03.03		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Промежуточный тест
55.	09.03		ТБ № 3 Одиночное блокирование	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
56.	10.03		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
57.	16.03		ТБ № 3 Групповое блокирование (вдвоем)	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
58.	17.03		ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
59.	23.03		ТБ № 3 Групповое	2	Традиционное	Спортивный	15.05-16.35	Педагогическое

			блокирование (втроем)		занятие	зал МБОУ ООШ № 50		наблюдение
60.	24.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
61.	30.03		ТБ№ 3 Страховка при блокировании	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
62.	31.03		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
63.	06.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
64.	07.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
65.	13.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
66.	14.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
67.	20.04		ТБ№ 3 Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
68.	21.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
69.	27.04		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
70.	28.04		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ	15.30-17.00	Промежуточный тест

						ООШ № 50		
71.	04.05		ТБ№ 3 Групповые тактические действия в нападении, защите	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
72.	05.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
73.	11.05		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
74.	12.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
75.	18.05		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
76.	19.05		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
77.	06.07		ТБ№ 3 Командные тактические действия в нападении, защите	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
78.	07.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
79.	13.07		ТБ№ 3 Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
80.	14.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
81.	20.07		ТБ№ 3 Игры развивающие	2	Традиционное	Спортивный	15.05-16.35	Педагогическое

			физические способности. Судейство учебной игры в волейбол		занятие	зал МБОУ ООШ № 50		наблюдение
82.	21.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
83.	27.07		ТБ№ 3 Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
84.	28.07		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Учебная игра
85.	24.08		ТБ№ 3 Развитие выносливости, гибкости	2	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.05-16.35	Педагогическое наблюдение
Итоговое занятие				2				
86.	25.08		ТБ№ 3 Двухсторонняя учебная игра	2	Контрольное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 50	15.30-17.00	Итоговый тест
Итого:				172				

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение: спортзал, соответствующий требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (температура 18-21 градус Цельсия; влажность воздуха в пределах 40-60 %).

Перечень оборудования, инструментов, материалов, необходимых для реализации программы:

1. Сетка волейбольная – 2 шт.
2. Стойки волейбольный – 2 шт.
3. Гимнастические скамейки – 3 - 4 шт.
4. Гимнастические маты – 3 шт.
5. Скакалки – 10 шт.
6. Мячи волейбольные – 6 шт.
7. Рулетка – 1 шт.
8. Фишки (кегли) – 6 шт.

Информационное обеспечение:

1. Свиридов, В.Л. Волейбол. Энциклопедия [Электронный ресурс]: энцикл. – Электрон. дан. – Москва: 2016. – 592 с. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/97504>. — Загл. с экрана

2. Эйнгорн А.Н. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007г.

3. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002г.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, соответствующее профилю деятельности.

Селецкая Алла Игоревна – стаж работы в должности педагога дополнительного образования – 2 года, высшее педагогическое образование, магистратура по профилю деятельности.

Педагогические условия:

– учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «Волейбол»;

– соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;

– создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

– наличие необходимой документации;

– программы деятельности спортивной секции;

– тематическое планирование секции спортивных игр: волейбол.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся и своевременного выявления пробелов в их подготовке целесообразно регулярно проводить комплексное тестирование юных спортсменов.

Два раза в год (декабрь и май) в учебно-тренировочных группах проводятся контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Оценка физического развития производится на общепринятой методике биометрических измерений. Уровень подготовленности обучающихся выражается в количественно-качественных показателях по технической, тактической, физической, теоретической подготовленности.

Одним из методов контроля эффективности занятий в секции является участие в учебных, контрольных и календарных играх. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Календарные игры проводятся согласно плану игр районного и республиканского уровня.

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся учитываются результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, дальность метания набивных мячей и точность попаданий теннисным мячом, а также подтягивание из виса. Для определения уровня технической подготовленности используется упражнения на точность попадания мячом при передачах, подачах, нападающих ударов.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как проходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе при проведении текущего контроля являются:

- журнал посещаемости;
- работа детей на занятиях;
- отзывы родителей.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов программы при проведении промежуточного контроля являются:

- выполнение технических элементов;
- участие в соревнованиях различного уровня;
- индивидуальные качества ребёнка.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов программы при проведении итогового контроля являются:

- итоговая аттестация.

Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов программы являются фото- и видеозаписи занятий и тренировок.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольно-оценочная деятельность в рамках промежуточной и итоговой аттестации.

Целью промежуточной аттестации является:

– проверка соответствия общей физической подготовки обучающихся требованиям настоящей программы;

– диагностика уровня освоения образовательной программы обучающимися.

Основными критериями оценки являются: регулярность посещения занятий, положительная динамика развития физических качеств занимающихся, уровень освоения теоретических и умений по основам физической подготовки. Сдача контрольных нормативов проводится во время учебно-тренировочного занятия, полностью посвященного определению уровня физической подготовленности.

Оценка уровня знаний по теоретической подготовке.

Контроль уровня знаний по теоретической подготовке проводится в форме устного опроса одновременно со всей группой. Учащимся задаются вопросы, на которые они должны дать краткий однозначный ответ. Оценивание происходит по системе: «зачет» или «не зачет».

Тестовые задания для оценки уровня физической подготовки.

Уровень физической подготовки оценивается по показателям быстроты передвижения, динамической силы и прыгучести.

1. *Быстрота передвижения* оценивается по времени пробегания «елочкой» к 6 фишкам, расположенным на волейбольной площадке. Местом старта служит фишка «А», расположенный за серединой лицевой линии. В исходном положении высокого старта ступни ног за линией по команде «Марш!» учащийся касается рукой стартовой фишки и начинает движение к фишке 1. Коснувшись рукой фишки, он возвращается к фишке «А» и после касания его направляется к фишке 2 и т. д. *Учитывается лучший результат из двух попыток.*

2. Для оценки *прыгучести* на стене в определенном месте зала делают метрическую разметку высотой 250-270 см для определения высоты поднятой руки, а к баскетбольному щиту прикрепляют маркированный лист картона, на котором отмерено расстояние от пола. *Учитывается лучший результат из трех попыток.*

Контрольные нормативы по общефизической и специальной физической подготовке

№ п/п	Виды испытаний	мальчики	девочки
1.	Бег 30 м	6,1 - 5,5	6,3 - 5,7
2.	Челночный бег 3х10 м	9,3 - 8,8	9,7 - 9,3
3.	Прыжки в длину с места, см	160 - 180	150 - 175
4.	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5.	Наклон вперед из положения сидя, см	6 - 8	8 - 10
6.	Подтягивание на высокой перекладине из виса	4 - 5	10 - 14

	(мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки)		
7.	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин)	100-110	110-120
8.	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9.	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40

Контрольные нормативы по технико-тактической подготовке

№ п/ п	Виды испытаний	мальчики	девочки
1.	Нижняя прямая подача с расстояния 6 м от сетки (кол-во удачных попыток из 10)	7-9	6-8
2.	Жонглирование мячом над собой верхней передачей (кол-во раз)	8-10	5-7
3.	Жонглирование мячом над собой нижней передачей (кол-во раз)	5-7	4-6
4.	Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)	3	2

Тестовые задания для оценки уровня технико-тактической подготовки

1. *Испытания на точность подачи.* Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенном направлении – в определенный участок площадки. Эти участки следующие: правая (левая) половина площадки, зона 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 (1-2) размером 6х2 м., в зоне 6 у лицевой линии размером 3х3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

2. *Испытания на точность первой передачи (прием мяча).* Испытания преследуют цель определить степень владения навыками приема подачи. Выполняется подача, нацеленная на зону, где расположен испытуемый. Если мяч выйдет за пределы указанной зоны или заденет сетку, то такая попытка не засчитывается. Каждому учащемуся дается 5 попыток. Поддачи нижние. Учитываются количество попаданий и качество выполнения.

3. *Командные действия в защите.* Основные требования – командные действия при построении защитных действий по системе «углом вперед» и «углом назад». Нападающая команда чередует действия в нападении: удары из различных зон и в разных направлениях, обманные удары и «скидки». Даются 10 попыток в двух расстановках, после 5 попыток игроки передней и задней линий меняются местами. Учитываются количество правильно выполненных действий и ошибки.

Вопросы по теоретической подготовке:

1. Размеры волейбольной площадки.
2. Типы соревнований.
3. Какие физические качества помогает развить игра в волейбол.
4. Терминология в волейболе.
5. Волейбол – это олимпийский вид спорта?
6. Какие есть разряды и спортивные звания по волейболу?

7. Какой спортивный инвентарь используется для тренировок по волейболу.
8. Каких известных российских волейболистов и тренеров вы знаете?
9. Режим дня учащегося занимающегося спортом.
10. Вредные привычки и их профилактика.
11. Правила поведения в спортивном зале.
12. Достижения российских волейболистов на международной арене.
13. Понятие «физическая культура».
14. Состав команды в волейболе.
15. Права и обязанности игроков в волейболе.
16. В какой стране волейбол получил наибольшее распространение.
17. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнования.
18. Какая самая распространенная травма в волейболе.
19. Как переводится слово «волейбол».
20. Какую игру называют «младшим братом» волейбола.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе базового уровня «Волейбол» основано на следующих принципах:

- гуманизации образования (необходимость бережного отношения к каждому ребенку как личности);
- от простого к сложному (взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов программы);
- единства индивидуального и коллективного (развитие индивидуальных черт и способностей личности в процессе коллективной деятельности, обеспечивающий слияние в одно целое различных индивидуальностей с полным сохранением свободы личности в процессе коллективных занятий);
- психологической комфортности (создание на занятии доброжелательной атмосферы);
- индивидуальности (выбор способов, приемов, темпа обучения с учетом различия детей, уровнем их способностей);
- наглядности (достижение задач при помощи иллюстраций);
- дифференцированного подхода (использование различных методов и приемов обучения, разных упражнений с учетом возраста, способностей детей);
- доступности и посильности (подача учебного материала соответственно развитию способностей и возрастным особенностям учащихся).

При реализации программы используется следующие **методы обучения:**

- словесный (беседа, рассказ, обсуждение, игра);
- наглядный (демонстрация схем, картограмм);
- репродуктивный (воспроизводящий);

- проблемно-поисковый (индивидуальный или коллективный способ решения проблемы, поставленной перед учащимися);
- творческий.

При реализации программы используются следующие **методы воспитания:**

- упражнение (отработка и закрепление полученных компетенций);
- мотивация (создание желания заниматься определенным видом деятельности);
- стимулирование (создание ситуации успеха);
- поощрения.

Основными формами образовательного процесса являются беседы, практические занятия, тренировочные занятия, игры. На всех этапах освоения программы используется индивидуальная, парная и коллективная формы организации процесса обучения.

Для достижения цели и задач программы предусматриваются педагогические технологии разноуровневого, развивающего, компетентностно-ориентированного, индивидуального, группового обучения, коллективной творческой деятельности. Данные технологии учитывают интересы, индивидуальные возрастные и психологические особенности каждого учащегося, уровень стартовых образовательных компетенций.

Основным условием выполнения этих задач является многолетняя и целенаправленная подготовка юных волейболистов, которая предусматривает **следующие направления:**

- содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности, укреплению здоровья обучающихся.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Методы и приемы	Формы подведения итогов
1	Основы знаний	Беседа Рассказ Объяснение материала	Словесный метод (беседа, описание, разъяснение, рассуждение, дискуссия, диалог, рассказ)	Опрос
2	Освоение техники передвижений	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и	Учебно-тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование

			освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	
3	Освоение техники приемов и передач мяча	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно-тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
4	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно-тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
5	Освоение техники прямого нападающего удара и овладение техникой защитных действий	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно-тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
6	Овладение тактикой игры в нападении.	Объяснение материала	Наглядный метод (педагогический показ)	Учебно-тренировочная игра

		Тестирование Соревнование	Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Индивидуальный и групповой показ Тестирование
7	Овладение тактикой игры в защите	Объяснение материала Тестирование Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Учебно – тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ Тестирование
8	Овладение организаторским и способностями	Соревнование	Наглядный метод (педагогический показ) Практический метод (работа под руководством тренера, выполнение упражнений) Репродуктивный метод (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности: отработка технических навыков, физических упражнений)	Тренировочная игра Индивидуальный и групповой показ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебные пособия для педагога:

1. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2012.

2. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. / учебное пособие Е.Ю. Коротаева. – М.; Проспект, 2018.

3. Спорт в школе «Волейбол» Начальное обучение/ Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – М.: изд. «SPORT», 2015.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе/М.В.Видякин.- Волгоград: Учитель, 2006 г.
2. Фидлер М. Волейбол. М., 2002 г.
3. Энциклопедия «Аванта +», 2006 г.

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания МО учителей
№ 1 от 29 августа 2022г.
Руководитель ШМО Л.А. Заплетина

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
А.Д. Шибанова
« 29 » августа 2022г.