

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 86 г. Челябинска»

Принята на заседании  
методического объединения  
педагогов ДО  
Протокол 2 от 26.08.2021 г.



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

**«ВОЛЕЙБОЛ»**

Срок реализации: 3 года  
Возрастной состав: 12-17 лет

Сабитова Гульнара Эдуардовна,  
учитель физической культуры

Челябинск, 2021

Содержание:

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Учебный план
- 2.3. Условия реализации программы
- 2.4. Формы аттестации
- 2.5. Оценочные материалы
- 2.6. Методические материалы
- 2.7. Список литературы

## **Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Программа составлена на основе примерной программы спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва (авторы – составители: Ю.Д. Железняк, доктор пед. наук; А.В. Чачин, кандидат пед. наук; Ю.П. Сыромятников, доктор мед.наук), в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирован 29.11.2018г. № 52831).

В последние годы выявляется ухудшение здоровья воспитанников общеобразовательной школы. Факты говорят, что многие болезни «молодеют». Например, если раньше повышенное артериальное давление встречалось преимущественно у пожилых людей, то сейчас этим заболеванием страдает все большее количество школьников старшего, среднего и даже младшего возраста. Все больше фиксируется нарушений в опорно-двигательном аппарате (нарушение осанки и плоскостопие), увеличение простудных заболеваний. Эти и другие отклонения в состоянии здоровья являются следствием многих причин, в том числе и снижения двигательной активности на фоне учебных перегрузок школьников. Количество уроков физической культуры не в состоянии удовлетворить «двигательный голод» детей и подростков.

В поисках выхода из этой ситуации логично введение третьего урока физической культуры. Однако в этом вопросе педагоги складываются с существенными затруднениями. Как правило, нагрузка на спортивные залы не совпадает с их пропускной мощностью при трехчасовых обязательных

занятиях. Есть и много других подводных камней, которые, однако, являются в этом вопросе второстепенными, хотя и важными.

Среди большого количества разнообразных средств физического воспитания широко используются подвижные игры.

Игровая деятельность имеет особо важное значение в период наиболее активного формирования характера – в детские и юношеские годы. Играя, дети усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умение, в них вырабатываются смелость и воля, сообразительность. В этот период игровой метод имеет ведущее место, приобретает характер универсального метода физического воспитания.

Волейбол – очень популярная игра в нашей стране, его ценность в доступности и несложности оборудования. Данная спортивная игра представляет собой прекрасное средство для развития физических качеств, таких как ловкость, выносливость, координация движений и т.п., развития двигательной активности, укрепления здоровья детей.

Новизна данной программы заключается в использовании авторских дидактических материалов.

Программа предназначена для детей в возрасте 12 – 17 лет. Рассчитана на три года обучения **-210 часов (форма обучения – очная)** с использованием различных образовательных технологий, в том числе дистанционных образовательных технологий с включением периодов временных ограничений, связанных с эпидемиологической ситуацией:

- первый год – 70 часов; занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа (с обязательным 10 – 15-минутным перерывом);
- второй год обучения – 70 часов; занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа (с обязательным 10 – 15-минутным перерывом);
- третий год обучения – 70 часов; занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа (с обязательным 10 – 15-минутным перерывом);

Содержание программы включает в себя изучение правил игры в волейбол, общую физическую и специальную подготовку, изучение

технических и тактических приемов игры в волейбол, а также психологическую подготовку учащихся к соревнованиям, правил судейства, оказания первой помощи при травме, технику безопасности.

**Тип занятия:** тренировочный.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, занятие-игра, тренировки, и других в том и электронные методы обучения с использованием дистанционных образовательных технологий:

- образовательных технологий (мастер-классы, развивающие занятия, консультации, тренировки, и другие активности, проводимые в режиме реального времени при помощи телекоммуникационных систем);
- возможностей электронного обучения (формирование подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайнтренажеров, представленных на сайте Министерства просвещения Российской Федерации по адресу <https://edu.gov.ru/distance> для самостоятельного использования обучающимися);
- бесплатных интернет-ресурсов, сайтов учреждений культуры и спорта, открывших трансляции мастер-классов, а также организаций, предоставивших доступ к архивным фондам;
- ресурсов средств массовой информации (образовательные и научнопопулярные передачи, фильмы и интервью на радио и телевидении, в том числе эфиры образовательного телеканала «Моя школа в online»);
- образовательных и развивающих материалов на печатной основе (сборники предметных и междисциплинарных задач, открытые материалы международных исследований качества образования, демонстрационные варианты олимпиадных и диагностических заданий, печатные учебные издания).

Трехлетний период программы позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Минимальное количество обучающихся в группе 10-15 человек.

Состав – постоянный. Особенности набора обучающихся в коллектив – по желанию и по заключению врача. Занятия – групповые. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей – инвалидов, реализуются образовательный процесс с учетом особенностей психофизического развития обучающегося.

## **1.2. Цели и задачи**

Целью программы «Волейбол» является формирование физической культуры воспитанников средствами спортивной игры волейбол.

Достижение цели обеспечивается решением следующих *задач*:

- формирование необходимых знаний о данном виде спорта;
- освоение техники и тактики игры в волейбол;
- развитие двигательных способностей и физических качеств воспитанников;
- формирование потребности в систематических занятиях спортом и физической культурой;
- воспитание волевых качеств.

## **1.3. Содержание программы**

### **Содержание первого года обучения**

**Тема 1. Вводное занятие.** *Цель:* познакомить со спецификой спортивной игры волейбол, с инвентарем, с техникой безопасности; дать понятие о возможностях травматизма и врачебном контроле.

*Ключевые понятия:* волейбол – спортивная игра.

*Теоретические сведения.* Зарождение игры. Оборудование, инвентарь. Техника безопасности на занятиях. Возможности травматизма. Врачебный контроль, самоконтроль.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны знать об истоках зарождения игры, инвентарь, технику безопасности, о возможностях травматизма.

**Тема 2. Правила игры в волейбол.** *Цель:* дать понятия о правилах игры, судейства, ведения протокола.

*Ключевые понятия:* правила игры, судейство, протокол.

*Теоретические сведения:* Основные правила игры в волейбол. Обязанности судьи в игре. Ведение протокола игры.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* формирование интереса к волейболу.

*Ожидаемые результаты:* должны знать правила игры, обязанности судьи, правила ведения протокола.

*Форма контроля по итогам раздела:* Игра «Крестики нолики».

**Тема 3. Основные техники и тактики в волейболе.** *Цель:* познакомить с основными техническими и тактическими приемами игры.

*Ключевые понятия:* техника, тактика.

*Теоретические сведения.* Разнообразие технических и тактических приемов, их использование. Начальные понятия комбинационной игры (расстановка по зонам, обязанности игроков на площадке во время розыгрыша).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны знать о приемах игры в волейбол.

*Форма контроля по итогам раздела:* Викторина «Вопрос – ответ».

**Тема 4. Общая физическая подготовка.** *Цель:* развить физические качества воспитанников, двигательную активность.

*Ключевые понятия:* бег, прыжки.

*Практическая работа:* Беговые упражнения: челночный бег 4 × 9 м; кроссовая подготовка – бег в среднем темпе 15 мин.; бег по пересеченной местности 5, 7 мин.; подвижные игры с элементами волейбола; ускорения из различных положений (сидя, лежа, низкий старт). Упражнения на

подтягивание, приседание (на одной ноге  $2 \times 10$  раз). Упражнения на развитие прыгучести: прыжки на скакалке, доставание подвешенного мяча, выпрыгивание из полного приседа  $2 \times 15$  раз, прыжки в длину с места (в т.ч. на одной ноге)  $2 \times 15$  м, прыжки на двух ногах с отягощением (гантели). Упражнения на развитие выносливости: бег 1 км на время.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* формирование мотивации к здоровому образу жизни.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь выполнять физические упражнения.

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 5. Специальная физическая подготовка.** *Цель:* развить специальные навыки для игры в волейбол.

*Ключевые понятия:* подача, передача.

*Практическая работа:* Имитация передач (верхней, нижней) набивным мячом  $4 \times 20$  раз. Подбрасывание набивного мяча от груди над головой  $2 \times 10$  раз. Подбрасывание набивного мяча от колен вверх прямыми руками  $2 \times 10$  раз. Упражнения с резиновым амортизатором (передачи верхняя, нижняя). Прямая подача с сопротивлением амортизатором правой, левой руками  $2 \times 30$  раз. Упражнения на развитие координации: вращение мяча вокруг туловища вправо-влево, жонглирование двумя мячами (подкинув мяч над собой, принять упор присев, встав поймать мяч).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь выполнять физические упражнения.

**Тема 6. Техническая подготовка.** *Цель:* научить основным принципам техники подач, передач.

*Ключевые понятия:* подача, передача.

*Теоретические сведения:* Основные технические приемы подач, передач.

*Практическая работа:* Стойки: средняя – для приема мяча, высокая для атакующего удара, низкая для страховки. Передвижения шагом: приставным, двойным, скрестным, скачок, падения. Передача верхняя двумя руками в опоре, в прыжке: по длине (длинная через зону, короткая – из зоны в зону, укороченная – в одной зоне); по высоте (высокие – 2м и более, средние – до 2м, низкие – до 1м); передачи выполняются в парах или у стены с отскоком. Подача нижняя прямая (подбросить мяч на высоту 30 – 40 см, осуществляется встречным движением), верхняя прямая подача (подбросить мяч на 1м над головой, выполнить замах вверх-назад, нанести удар несколько впереди игрока). Прямой атакующий удар: разбег прыжок, удар по мячу, приземление.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны знать основные приемы подач, передач; должны уметь выполнять все основные приемы при игре.

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 7. Тактическая подготовка.** *Цель:* познакомить с тактикой игры в волейбол.

*Ключевые понятия:* защита, нападение.

*Теоретические сведения:* приемы защиты, элементы страховки во время игры; приемы нападения: основные действия.

*Практическая работа:* Тактика защиты: позиции каждого игрока во время атаки соперника, страховка. Тактика нападения: групповые тактические действия, нападения со второй передачи.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* воспитание духа соперничества.

*Ожидаемые результаты:* должны знать основные приемы защиты и нападения; должны уметь выполнять основные элементы защиты, нападения.

*Форма контроля по итогам раздела:* Подвижная игра с вопросами.

**Итоговое занятие.** *Цель:* подвести итог первого года обучения, выполнить контрольные нормативы.

*Теоретические сведения:* подведение итогов первого учебного года.

*Практическая работа:* Сдача контрольных нормативов: прыжок с места в высоту, челночный бег  $4 \times 9$  на время; верхняя передача над головой на высоте 1,5 – 2 м; нижняя передача на высоте 1,5 – 2 м; нижняя подача (из пяти попыток – три попадания – на отлично).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны выполнить контрольные нормативы.

*Форма контроля по итогам раздела:* Товарищеский матч.

## **Содержание второго года обучения**

**Тема 1. Вводное занятие.** *Цель:* научить оказывать первую помощь при травме.

*Теоретические сведения:* техника безопасности, оказание первой помощи при травме.

*Ожидаемые результаты:* должны знать приемы оказания первой помощи, правила техники безопасности.

**Тема 2. Судейство в волейболе.** *Цель:* познакомить с судейскими правилами игры.

*Теоретические сведения:* изменения в судействе, изучение правил игры.

*Ожидаемые результаты:* должны знать правила игры, судейства.

**Тема 3. Общая физическая подготовка.** *Цель:* развивать двигательную активность, физические качества воспитанников.

*Ключевые понятия:* бег, прыжки.

*Практическая работа:* Беговые упражнения: ускорения с изменением направления, старт из различных положений, кроссовая подготовка (бег 15, 20 мин), бег на время  $4 \times 9$  м, 1500 м. Прыжковые упражнения: прыжки вверх из упора присев (5 – 8 прыжков, 3 серии), прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой (15 прыжков, высота 30 - 40 см, три серии), прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх до высоты

50 см (10 прыжков), скачки на одной ноге, прыжки через скакалку, натянутую на высоте 40 см (10 прыжков, 3 серии), прыжки спиной вперед, боком. Упражнения на развитие физических качеств: гибкости (наклоны из положения стоя, сидя на полу), силы (упражнения на тренажерах с отягощением).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* формирование мотивации к здоровому образу жизни.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь: выполнять физические упражнения.

*Форма контроля по итогам раздела:* Игра «Крестики нолики».

**Тема 4. Специальная физическая подготовка.** *Цель:* развивать специальные навыки в волейболе.

*Ключевые понятия:* передача, атакующий удар.

*Практическая работа:* Упражнения на развитие координации: передача мяча в стену поочередно, ведение двух мячей на месте и в движении (подбросить мяч над собой, принять упор лежа, встать, поймать мяч). Упражнения на специальных тренажерах: имитация атакующего удара теннисным мячом, упражнения с амортизатором, выпрыгивания у сетки, имитация передач (нижней, верхней) набивным мячом, нападающий удар по мячу, привязанному на шесте.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь выполнять передачу, ведение мяча, выполнять упражнения на специальных тренажерах.

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 5. Техническая подготовка.** *Цель:* научить технике игры в волейбол.

*Ключевые понятия:* подача, блокирование, удары, страховка.

*Практическая работа:* Упражнения в парах (один выполняет передачу сверху, другой – снизу, прием мяча снизу с последующим перекатом через

спину, прием снизу мяча, посланного не точно, с последующим перекатом). Верхняя прямая подача: многократное подбрасывание мяча одной рукой вверх, замах другой для удара, подача в парах, верхняя прямая подача в сетку с расстояния 7 – 9 м, подача через сетку на точность. Блокирование: упражнения выполняются в парах через сетку, касание ладонями через сетку во время прыжка (один прыгает с мячом над сеткой, другой с противоположной стороны накрывает мяч ладонями, не касаясь сетки, один подбрасывает мяч под сеткой, другой отталкивает мяч в противоположную сторону). Нападающий удар: имитация нападающего удара с поворотом туловища вправо-влево, нападающие удары из зон 2, 4, нападающие удары против одиночных блоков, нападающие удары с собственного подбрасывания мяча. Страховка: подбор мяча после неудачного приема, после отскока от блока, после обманного удара.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны владеть техническими приемами игры в волейбол.

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 6. Тактическая подготовка.** *Цель:* научить тактике игры в волейбол.

*Ключевые понятия:* расстановка игроков, действия в команде.

*Теоретические сведения:* расстановка игроков – часть командных действий; обязанности каждого игрока на площадке; групповые действия игроков.

*Практическая работа:* Расстановка игроков уступом вперед ил назад, при собственной подаче игроки зон 4, 3, 2 стоят возле сетки для выполнения блока в случае нападающего удара. При подаче соперника игроки занимают позицию от сетки для последующей атаки с линии нападения. Групповые действия: передача мяча после приема подачи в зону 2, затем передача в зону 3 или 4 для атакующего удара, страховка игрока 6 зоны, передача связующего игрока из зоны 1, 6, 5. Командные действия в защите –

блокирование, страховка, взаимодействие игроков в передней и задней линии.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* воспитание духа соперничества.

*Ожидаемые результаты:* должны знать правила расстановки при игре; должны уметь организовывать свои действия и расстановку при подаче и передаче.

*Форма контроля по итогам раздела:* Викторина «Вопрос – ответ».

**Итоговое занятие.** *Цель:* подвести итог второго года обучения.

*Теоретические сведения:* подведение итогов.

*Практическая работа:* Сдача контрольных нормативов: верхняя передача в парах через обруч на высоте 3 м, нижняя передача в стену. Нападающий удар из зон 3, 4, передача связующего из зоны 2. Ускорение с изменением направления (на время). Прыжок с места на высоту (на результат).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны выполнить нормативы.

*Форма контроля по итогам раздела:* Товарищеский матч.

### **Содержание третьего года обучения**

**Тема 1. Вводное занятие.** *Цель:* начать подготавливать воспитанников к соревновательному периоду.

*Теоретические сведения:* подготовка к выступлениям, соревнованиям различного уровня; техника безопасности на занятиях, выездных соревнованиях; режим питания спортсмена.

*Ожидаемые результаты:* должны знать технику безопасности, режим питания спортсменов.

**Тема 2. Психологическая подготовка к соревновательному периоду.** *Цель:* психологически подготовить воспитанников к участию в соревнованиях.

*Ключевые понятия:* психическая саморегуляция.

*Теоретические сведения:* основы психической саморегуляции; психофизическая тренировка (аутотренинг).

*Воспитательный аспект:* воспитание духа товарищества.

*Ожидаемые результаты:* должны знать основы психической саморегуляции.

**Тема 3. Общая физическая подготовка.** *Цель:* развить физические качества воспитанников.

*Ключевые понятия:* бег, прыжки, кросс.

*Практическая работа:* Упражнения на развитие основных физических качеств: бег, прыжки, силовые упражнения, упражнения на гибкость. Занятия в тренажерных залах. Кроссовая подготовка – бег по пересеченной местности

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Воспитательный аспект:* формирование мотивации к здоровому образу жизни.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь: выполнять физические упражнения.

*Форма контроля по итогам раздела:* Игра «Крестики нолики».

**Тема 4. Специальная физическая подготовка.** *Цель:* развивать специальные навыки игры в волейбол.

*Ключевые понятия:* передача, подача.

*Практическая работа:* Ускорения с изменением направления и длины дистанций (3 по 2 серии), старты из различных положений: сидя, упор присев, упор лежа (дистанции 15 м × 2 раза из каждого положения, имитация прыжка для нападения, блока (4 по 2 серии). Упражнения на развитие координации: передача верхняя над головой в движении, жонглирование двумя мячами, броски поочередно в стенку над собой. Имитация передач набивным мячом (нижней, верхней – 2 подхода по 2 мин), имитация подачи верхней, атакующего удара с амортизатором.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны уметь выполнять специальные упражнения, входящие в раздел «Специальная физическая подготовка».

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 5. Техническая подготовка.** *Цель:* научить воспитанников в совершенстве владеть техническими приемами.

*Ключевые понятия:* подача, передача, блокирование.

*Практическая работа:* Совершенствование верхней, нижней передач с перекатом через спину, передачи в движении, в прыжке, подбор мяча после обманного удара (страховка). Совершенствование блокирования (одиночного, двойного блока), работа рук, кистей в момент удара. Передача верхняя связующего игрока из зон 1, 5, 6 в зоны 2, 3, 4. Верхняя прямая подача в прыжке – отталкивание нападающего игрока вверх, вперед.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия

*Ожидаемые результаты:* должны владеть техническими приемами игры.

*Форма контроля по итогам раздела:* Сдача нормативов.

**Тема 6. Тактическая подготовка.** *Цель:* научить тактическим приемам игры в волейбол.

*Теоретические сведения:* Комбинационная игра; элементы работы тренера.

*Практическая работа:* Комбинационная игра в нападении: отработка схем нападения. Перестановка после подачи, нападение с линии защиты, укороченные передачи связующего игрока. Индивидуальные задачи в нападении и в защите во время розыгрыша мяча – ложные замахи, обманные удары. Замена игроков нападения или игрока, подающего мяч во время игры (работа тренера).

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны знать правила комбинационной игры, элементы работы тренера, должны уметь играть в волейбол.

*Форма контроля по итогам раздела:* Викторина «Вопрос – ответ».

**Итоговое занятие.** *Цель:* подведение итогов, сдача контрольных нормативов.

*Теоретические сведения:* анализ выступления на соревнованиях.

*Практическая работа:* Сдача контрольных нормативов: Бег 1000 м, 100 м на время, подтягивания, прыжки с места в длину. Оценка технико-тактической подготовки. Подача на точность в зоны 5, 6, 1, нападающий удар с различных подач связующего (низкой, средней, дальней). Учебная игра с подготовленной комбинацией.

*УМК:* спортивный инвентарь, наглядные пособия.

*Ожидаемые результаты:* должны выполнить нормативы.

*Форма контроля по итогам раздела:* Товарищеский матч.

#### **1.4. Планируемые результаты**

1. По окончании первого года обучения воспитанники *должны знать:*

- технику безопасности;
- спортивный инвентарь;
- правила игры в волейбол;
- основы техники и тактики игры;
- основы общей физической и специальной подготовки;

*должны уметь:*

- выполнять основные упражнения общей физической и специальной подготовки;
- выполнять приемы техники и тактики игры в волейбол.

2. По окончании второго года обучения воспитанники *должны знать:*

- правила оказания первой помощи при травме;
- правила судейства в волейболе;
- основные упражнения общей физической и специальной подготовки;
- приемы техники и тактики игры;

*должны уметь:*

- оказать первую помощь при травме;
- выполнять упражнения общей физической и специальной подготовки;

- владеть приемами техники и тактики игры.

3. По окончании третьего года обучения воспитанники *должны знать:*

- режим питания спортсмена;
- основы психической саморегуляции;
- технику безопасности на занятиях, выездных соревнованиях;
- упражнения общей физической и специальной подготовки;
- приемы техники и тактики игры;

*должны уметь:*

- выполнять аутотренинги для психической саморегуляции;
- выполнять упражнения общей физической и специальной подготовки;
- владеть приемами техники и тактики игры.

## Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1.Календарный учебный график

№		2019-2020 уч.г.	2020-2021 уч.г.	2021-2022 уч.г.
1	Продолжительность освоения программы	35 недель	35 недель	35 недель
2	Начало освоения программы	01.09.2019г.	01.09.2020г.	01.09.2019г.
3	Окончание освоения программы	30.05.2020г.	30.05.2021г.	31.05.2020г.
2	Регламентированные образовательного процесса	По расписанию работы объединения дополнительного образования. Продолжительность занятия – 40 минут.	По расписанию работы объединения дополнительного образования. Продолжительность занятия – 40 минут.	По расписанию работы объединения дополнительного образования. Продолжительность занятия – 40 минут.
3	Выходные и праздничные дни	Выходной – воскресенье. Праздничные дни, установленные Правительством РФ.	Выходной – воскресенье. Праздничные дни, установленные Правительством РФ.	Выходной – воскресенье. Праздничные дни, установленные Правительством РФ.
4	Каникулы	Осенние каникулы с 25 октября по 31 октября. Зимние каникулы с 01 января по 9 января Весенние каникулы с 21 марта по 27 марта. Летние каникулы с 01 июня по 31 августа	Осенние каникулы с 25 октября по 31 октября. Зимние каникулы с 01 января по 9 января Весенние каникулы с 21 марта по 27 марта. Летние каникулы с 01 июня по 31 августа	Осенние каникулы с 25 октября по 31 октября. Зимние каникулы с 01 января по 9 января Весенние каникулы с 21 марта по 27 марта. Летние каникулы с 01 июня по 31 августа
5	Входное обследование уровня подготовленности	01.09.2019-30.09.2020	01.09.2020-30.09.2021	01.09.2021-30.09.2022
6	Текущий контроль освоения программы	В течение всего периода освоения программы.	В течение всего периода освоения программы.	В течение всего периода освоения программы.
7	Сроки промежуточной аттестации освоения программного	май 2020	май 2021	апрель -май 2022

	материала			
8	Сроки итоговой аттестации освоения программы	-	-	май 2022

## 2.2. Учебный план

### Первый год обучения

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Правила игры в волейбол	4	4	-	Игра «Крестики нолики»
3	Основные техники и тактики игры в волейбол	16	6	10	Викторина «Вопрос – ответ»
4	Общая физическая подготовка	8	-	8	Сдача нормативов
5	Специальная физическая подготовка	8	-	8	
6	Техническая подготовка	16	-	16	Сдача нормативов
7	Тактическая подготовка	12	-	12	Подвижная игра с вопросами
8	Товарищеские и учебные игры. Итоговое задание	4	2	2	Товарищеский матч
9	Промежуточная аттестация /устное собеседование				Устное собеседование
	Итого:	<b>70</b>	14	56	

Второй год обучения

<b>№</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации/ контроля</b>
1	Вводное занятие	Всего	2	-	
2	Психологическая подготовка к соревновательному периоду	2	6	-	
3	Общая физическая подготовка	6	-	12	Игра «Крестики нолики»
4	Специальная физическая подготовка	10	4	8	Сдача нормативов
5	Техническая подготовка	14	-	10	Сдача нормативов
6	Тактическая подготовка	10	8	8	Викторина «Вопрос – ответ»
7	Товарищеские и учебные игры. Итоговое занятие	16		12	Товарищеский матч
8	Промежуточная аттестация /устное собеседование	12			Устное собеседование
	Итого	70	20	50	

Третий год обучения

<b>№</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации/ контроля</b>
<b>1</b>	Вводное занятие	2	2	-	
<b>2</b>	Психологическая подготовка к соревновательному периоду	6	6	-	
<b>3</b>	Общая физическая подготовка	12	-	12	Игра «Крестики нолики»
<b>4</b>	Специальная физическая подготовка	12	2	10	Сдача нормативов
<b>5</b>	Техническая подготовка	10	-	10	Сдача нормативов
<b>6</b>	Тактическая подготовка	16	8	8	Викторина «Вопрос – ответ»
<b>7</b>	Товарищеские и учебные игры. Итоговое занятие	11	1	10	Товарищеский матч
<b>8</b>	Промежуточная аттестация /устное собеседование	1			Устное собеседование
<b>9</b>	Итоговая аттестация (социально значимое дело - Товарищеский матч)				
	Итого:	70	20	50	

### 2.3. Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с волейбольной разметкой площадки, а также наличие волейбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, баскетбольных мячей.

#### Кадровое обеспечение

Реализация программы осуществляется специалистами, квалификация которых соответствует требованиям к должности «Педагог дополнительного образования».

### 2.4. Формы аттестации

В ходе реализации программы оценка ее эффективности осуществляется в рамках текущего, промежуточного, итогового контроля.

Для определения **вводного обследования** уровня подготовленности обучающихся вполне достаточно заполнить диагностическую карту (сентябрь) на основе наблюдений (составленную по методике Н.В.Кленовой и Л.Н. Буйловой).

Для определения **текущей оценки** учитель, ведущий программу заполняет, диагностическую карту освоения общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования исходя из выбранных форм контроля по программе.

**Промежуточная аттестация** осуществляется по окончании учебного года в форме устного собеседования с педагогом объединения, по результатам которого оценивается освоение программы (освоил, не освоил) и заполняется протокол.

**Итоговый контроль** осуществляется по окончании прохождения всей программы в форме социально значимого дела – товарищеский матч, по

результатам которого оценивается освоение программы (освоил, не освоил) и заполняется протокол.

Обучающимся объединения засчитываются результаты итогового контроля при наличии документов, подтверждающих призовые места муниципальных, региональных, всероссийских и международных конкурсов, соревнований.

*В период временных ограничений, связанных с эпидемиологической ситуацией и обучением с использованием дистанционных образовательных технологий - итоговый контроль обучающихся проводится по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации. Итоговый контроль оценивается по системе освоил, не освоил.*

## **2.5. Оценочные материалы**

### **Игра «Крестики нолики»**

У учащихся карточки «Х» и «О». На правильное утверждение учащиеся поднимают «Х», на неправильно – «О».

1. Старт - начало пути к финишу (X)
2. Инструмент спортивного судьи - балалайка. (O)
3. Боксерский корт - ринг. (X)
4. Раунд – боксёрская трехминутка. (X)
5. Спортивный снаряд для перетягивания – шнурок. (O)
6. Мяч вне игры - аут. (X)
7. Передача мяча в игре - гол. (O)
8. Регби - игра с мячом-дыней (X)
9. Лапта русская народная игра в бейсбол. (X)
10. Бейсбольная ударница - ложка. (O)
11. Танцор на льду - волейболист. (O)

### **Подвижная игра с вопросами «Тактика игры в волейбол»**

1. Размеры волейбольной площадки (м):

- а)  $26 \times 14$ ; б)  $18 \times 9$ ; в)  $30 \times 16$ .
2. Ширина линий разметки волейбольной площадки (см):  
а) 5; б) 6; в) 8.
3. Высота волейбольной сетки (см):  
а) 243-муж, 224-жен; б) 305-муж, 295-жен; в) 300 у всех.
4. Вес мяча (г):  
а) 300 – 400; б) 260 – 280; в) 200 - 250.
5. Во время игры на площадке с одной стороны может находиться (игроков):  
а) 4; б) 5; в) 6.
6. Кто придумал волейбол как игру:  
а) Д.Формен; б) Д.Фрейзер; в) У.Д. Морган.
7. Встреча в волейболе состоит из:  
а) трех партий до 23 очков;  
б) четырех партий до 18 очков;  
в) от трех до четырех партий до 25 очков.
8. Победителем встречи является команда:  
а) выигравшая три партии;  
б) выигравшая вторую половину встречи;  
в) набравшая хотя бы на одно очко больше соперника.
9. Если команда без уважительных причин вовремя не выходит на площадку, то:  
а) ей засчитывается поражение со счетом 0:3 по 0:25 в каждой партии;  
б) необходимо подождать 15 минут;  
в) игра переносится на другой день.
10. Как начинается игра?  
а) вводом мяча при помощи подачи согласно жребию; б) вводом мяча из-за боковой линии; в) спорным броском.
11. Запасными игроками считаются те, которые:  
а) сидят на скамейке запасных;  
б) выходят на замену;

- в) не включены в начальную расстановку на данную игру.
12. Какое количество замен разрешается делать во время одной партии?  
а) максимум 6; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.
13. Сколько времени дается на ввод мяча в игру?  
а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.
14. Длительность тайм-аутов (с):  
а) 30; б) 45; в) 60.
15. Что происходит при нарушении расстановки?  
а) Автоматически игрок выбывает из игры;  
б) игра продолжается;  
в) мяч отдается сопернику.
16. Что происходит с командой если сделано более трех касаний мяча?  
а) мяч отдается соперникам;  
б) продолжает играть;  
в) засчитывается очко соперникам.
17. Что происходит при счете в пятой партии после пятнадцати очков?  
а) Игра продолжается до разницы в два мяча;  
б) назначается дополнительный период в пять минут;  
в) матч переигрывается на следующий день.
18. Смена площадок происходит:  
а) после каждой партии;  
б) не происходит;  
в) после второй партии.
19. Кто из русских спортсменов стал олимпийским чемпионом по волейболу?  
а) Сергей Тетюхин; б) Александр Медведь; в) Иван Едешко.
20. Сколько касаний мяча может сделать команда перед атакой противника?:  
а) 4; б) 5; в) 3.
21. В чем может участвовать игрок либеро?  
а) подача;  
б) блок;

- в) прием мяча
22. Какое расстояние от линии атаки до сетки (м)?  
а) 6; б) 3; в) 4,5.
23. Окружность волейбольного мяча (см):  
а) 65; б) 45; в) 50.
24. Может ли начаться игра, если в одной из команд нет 6 игроков?  
а) Может; б) не может; в) по согласию соперника.
25. Команде засчитывается поражение из-за нехватки игроков, если во время игры игроков этой команды на площадке оказывается:  
а) один; б) два; в) три.
26. Какой частью тела можно принимать мяч:  
а) рукой и плечом;  
б) только руками и ногами;  
в) любой.
27. Сколько человек может участвовать в блоке:  
а) только один;  
б) только два;  
в) от одного до трех.
28. Какая команда начинает с подачи в пятой партии:  
а) команда, которая забила последний мяч в четвертой;  
б) команда, чья очередь с начала матча;  
в) проводится новая жеребьевка.

**Викторина «Вопрос – ответ «Правила игры и судейства».**

1. Движением руки показано направление:  
а) разрешение на подачу;  
б) переход на другую сторону площадки;  
в) нарушение.
2. Вытянутая рука в направлении команды. Этот жест судьи означает:  
а) подающая команда;  
б) нарушение команды;

в) нарушение правил трех касаний.

3. Поднято оба предплечья: одно перед грудью, другое за спиной, затем меняется позиция рук:

а) смена сторон площадки;

б) минутный перерыв;

в) замену игрока.

4. Две открытые ладони, образующие букву «Т». Этот жест судьи означает:

а) технический фол;

б) минутный перерыв;

в) неправильную игру руками.

5. Вращение кулаками. Этот жест судьи означает:

а) нарушение игрока;

б) замену игрока;

в) прокат мяча.

6. Скрещенные предплечья с вытянутыми кистями перед грудью. Этот жест судьи означает:

а) конец партии или игры;

б) нарушение в нападении;

в) замену игрока.

7. Поднимает вытянутую руку с ладонью, обращенную вверх. Этот жест означает:

а) мяч не подброшен при ударе;

б) замена;

в) дисквалификация.

8. Круговое движение указательным пальцем. Этот жест означает:

а) мяч в поле;

б) замену игрока;

в) ошибка в расстановке при переходе.

## **Описание контрольных упражнений**

### **Физическая подготовка:**

#### **Прыжок в длину с места**

Исходное положение: встать около черты, ноги слегка расставить, примерно на ширину плеч, стопы держать параллельно, а руки — вдоль туловища. Перед толчком нужно поднять руки вверх и встать на носки ног, затем присесть, согнув ноги в коленях, и, опираясь на всю ступню, туловище наклонить слегка вперед, руки опустить вперед-вниз-назад. Толчок вверх выполняется двумя ногами и должен быть сильным и резким.

#### **Бег 20 метров**

Исходное положение: встать около черты. По сигналу тренера сделать максимальное ускорение 20 метров. Дается две попытки. Лучшее время фиксируется.

#### **Бег 600 метров**

Исходное положение: встать около черты. По сигналу тренера стартовать со средней скоростью, сохраняя силы для рывка на финальной прямой. Дистанция - 600 метров. Дается две попытки. Лучшее время фиксируется.

#### **Челночный бег (40с на 28 м)**

Исходное положение: встать около черты. По сигналу тренера сделать максимальное ускорение и на полной скорости бежать 40 секунд. Дистанция – баскетбольная площадка. Дается две попытки. Лучшее время фиксируется.

### **Техническая подготовка:**

#### **Упражнение – Верхняя прямая подача.**

Игрок стоит лицом к сетке, распределив вес тела равномерно на обе ноги. Мяч подбрасывается вверх левой рукой. Правая согнута в локте. Перед ударом сгибать опорную ногу, отклоняя туловище назад. В момент удара

разгибается опорная нога, выпрямляются рука и туловище. Удар внутренней частью ладони.

### **Игровое упражнение – Приемы-передачи**

Игроки поделены на команды по три человека в каждой и находятся за лицевой. Тренер по очереди вводит мяч на половину поля одной из команд, при этом варьируя удары – сильные атакующие, скидки, броски в аут и т.д. Один игрок должен принять мяч, другой отдать передачу, третий произвести атакующий удар в первую линию (3-х метровую зону). Команды играют на счет.

### **Упражнение - Передача мяча вдоль сетки.**

Шесть игроков с обеих сторон сетки располагаются группами по три человека в 1-й и 5-й зонах. Игроки из 5-й зоны выходят, делают передачу вдоль сетки, затем «нырнув» под сетку, перемещаясь, занимают позицию в конце противоположной колонны игроков, а игроки из 1-й зоны перемещаются аналогично навстречу

## **2.6.Методические материалы**

Реализация программы не предполагает использование учебников и учебных пособий.

### **Формы и методы, используемые в ходе реализации программы**

Основной формой организации учебно-воспитательного процесса является тренировочное занятие. Эффективность занятия во многом зависит от того, какие методы организации деятельности учащихся будут применяться. На занятиях по спортивным играм, ОФП, различным методам борьбы широко используются фронтальный, групповой, поточный методы, метод индивидуальных заданий и круговой тренировки.

Фронтальный метод наиболее эффективен, так как упражнения выполняются учащимися одновременно, с минимальными паузами. Он может применяться во всех частях занятия при совершенствовании и повторении пройденного материала, при обучении новым движениям и при воспитании двигательных качеств. Перерывы, необходимые для отдыха,

отводятся для объяснения и показа, уточнения исходных и конечных положений движения.

Групповой метод применяется при совершенствовании техники или при выполнении различных заданий на воспитание двигательных качеств. Разбивка на группы и выполнение различных заданий требуют подготовки инструктора и актива учеников. Групповой метод позволяет контролировать занимающихся и вносить необходимые коррективы, направлять внимание на группу, выполняющую более сложные задания, либо на менее подготовленную группу.

Применение группового метода целесообразно при ограниченном месте занятий, когда одна или несколько групп выполняют игровые упражнения или двусторонние игры, а другие группы учеников занимаются воспитанием физических качеств за пределами игровой площадки.

Поточный метод предусматривает поочередное выполнение учащимися упражнений. Применение этого метода в сочетании с разделением на группы позволит повысить плотность занятий и их интенсивность.

Метод индивидуальных занятий заключается в том, что занимающиеся получают задания и самостоятельно выполняют их. Он может сочетаться с другими методами, дополнять их.

Круговая тренировка может применяться при совершенствовании техники и комплексном воспитании двигательных качеств. Метод требует дифференцированного определения заданий. Группы, примерно равные по подготовленности, выполняют определенные задания последовательно и в определенных местах, называемых станциями. Станции имеют порядковый номер, название и таблицу с описанием упражнений. После опробования упражнений и изучения порядка смены станции приступают к выполнению упражнений. Продолжительность выполнения упражнений на одной станции, численный состав группы и паузы при смене станций определяют опытным путем, исходя из образовательных задач и подготовленности учащихся. При круговой тренировке нагрузка дифференцируется для девочек и мальчиков.

Темп и количество повторений определяются и изменяются в зависимости от исходных и достигнутых результатов.

Помимо тренировочного занятия в ходе образовательного процесса также применяются такие формы организации деятельности учащихся как экскурсии, различные виды соревнований.

В учебно-тренировочном процессе широко используются три основные группы методов обучения: словесные, наглядные и практические. Первые две группы создают предпосылки, а реализации осуществляется при непосредственном использовании практического действия – упражнения. Все методы взаимообусловлены и применяются в комплексе.

*Словесные методы:* рассказ, объяснение, беседа, разговор, задание, указание, распоряжение.

*Наглядные методы:* показ упражнений, демонстрация наглядных пособий (схем, таблиц, кинокольцовок, кинограмм и т.д.), просмотр учебных игр или официальных соревнований.

*Практические методы* основываются на активной двигательной деятельности занимающихся: метод упражнения, игровой метод, соревновательный метод.

**Методы работы.** Методы, применяемые в процессе обучения игры, удобнее рассматривать поэтапно:

- Первый этап – ознакомление с приемами игры: используются словесные и наглядные методы (рассказ, объяснение, демонстрация).
- Второй этап – изучение приемов в упрощенных условиях, разделение сложных упражнений (атакующий удар) на составные части: используются практические методы (практическая работа, упражнения), методы управления (команды, распоряжения).
- Третий этап – изучение приемов в усложненных условиях: используются игровой и соревновательный методы, что позволяет одновременно решать задачи по совершенствованию техники, развитию специальных физических качеств, а также технико-тактической подготовки.

- Четвертый этап – закрепление изученных приемов игры: используется метод анализа, игровой и соревновательный метод.

Основной формой учебно-воспитательного процесса являются практические занятия – тренировки.

**Воспитательный аспект:**

1. Формирование здорового образа жизни:

- «Влияние закаливания и режима питания на физическую подготовку спортсмена» (беседа);
- «Мифы и реальность о наркотиках» (беседа);
- «Умение сказать нет» (профилактика вредных привычек), (тренинг);
- встреча с ведущими спортсменами города.

2. Формирование нравственных ценностей:

- «Этика поведения спортсмена» (беседа);
- «Пять подходов к решению конфликта» (беседа, тренинг);
- «Как не стать жертвой преступления, формы ответственности за себя» (беседа, тренинг).

Методика определения вводного обследования  
уровня подготовленности обучающихся

Мониторинг проводится по методике Н.В.Кленовой и Л.Н. Буйловой (сентябрь) по диагностической карте «Входной (вводный) мониторинг (входное обследование уровня подготовленности обучающихся).

Показатели (оцениваемые параметры)	критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	баллы	Методы диагностики
<b><u>Теоретические знания ребенка по темам:</u></b>				
Теоретические знания ребенка по темам:	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень: ребенок овладел менее чем ½ объема знаний	1	В соответствии с выбранными формами контроля по программе
		Средний уровень: объем усвоенных знаний составляет более ½	5	

		Максимальный уровень: ребенок освоил весь объем знаний предусмотренный программой за конкретный период	10	
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	Минимальный уровень: ребенок, как правило, избегает употреблять специальную терминологию	1	
		Средний уровень: ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой	5	
		Максимальный уровень: специальные термины употребляются в полном соответствии с их содержанием	10	

**Практическая подготовка ребенка:**

Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень: ребенок овладел менее чем ½ навыками	1	В соответствии с выбранными формами контроля по программе  Выполнение работ ( упражнений)
		Средний уровень: объем умений и навыков составляет более ½ .	5	
		Максимальный уровень: ребенок освоил весь объем умений и навыков предусмотренный программой за конкретный период	10	
Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) – ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания	1	

		педагога		
		Репродуктивный – выполняет в основном задания на основе образца	5	
		Творческий – выполняет практические задания с элементами творчества	10	
<b>Обще – учебные умения и навыки</b>				
Умение организовать рабочее место	Способность самостоятельно готовить свое рабочее место и убирать его за собой	Минимальный: испытывает серьезные затруднения нуждается в постоянной помощи и контроле педагогов.	1	Наблюдение
		Средний: работает с помощью педагога	5	
		Максимальный – работает самостоятельно не испытывает особых трудностей	10	
Навыки соблюдения в процессе деятельности безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень: ребенок овладел менее чем ½ объема навыков	1	Наблюдение
		Средний уровень: объем навыков составляет более ½ .	5	
		Максимальный уровень: ребенок освоил весь объем навыков предусмотренный программой за конкретный период	10	

### **Форма «Устное собеседование»**

Говорение – это одна из форм речевой деятельности. Это форма устного общения, с помощью которой происходит обмен информацией (высказывание своих мыслей). Говорение обладает многими признаками

деятельности, т.е. имеет свой предмет и результат. (Предмет – мысль, результат – устное высказывание). Процесс высказывания сопровождается слуховым контролем. Эти действия находятся на уровне сознательной деятельности.

### Спецификация устного собеседования

Устное собеседование предназначено, для проведения оценки качества освоения содержания Программы ДО, определяющим планируемые результаты.

Собеседования включает 1 задание – участие в диалоге.

Участие в диалоге. В диалоге собеседники имеют свои персональные роли (экзаменатор – экзаменуемый), и эти ролевые амплуа определяют заданную вопросно-ответную форму коммуникации, где оценивается не только содержательная сторона ответа, но и его оформление. Но эта оценка может иметь диагностический смысл тогда, когда диалог не превращается в допрос, а воспроизводит естественную и привычную форму речевого взаимодействия, предполагающую свободное самовыражение. Вопросы сформулированы заранее и зафиксированы в карточке собеседника. Вопросы подобраны таким образом, что понять степень удовлетворенности индивидуальных потребностей обучающихся и их свободного времени.

Устное собеседование включает 3 вопроса. Объектами оценивания выступают планируемые результаты освоения Программы ДО.

В таблице представлен план устного собеседования.

### План устного собеседования

№ вопроса	Время выполнения	Максимальный балл
1	3 мин	1 балл
2	3 мин	1 балл
3	4 мин	1 балл
ВСЕГО	10 минут	3 балла

### Инструкция по оценке устного собеседования

Оценка работы определяется по соотношению балла, полученного учеником за выполнение работы и максимального балла за работу.

Ученик справился с работой, если он набрал 37% от максимального балла. Если ученик набрал 3 - 100% –справился; если ниже 37%– не справился. Максимальный балл за работу составляет 3, следовательно:

2-3 балла – освоил Программу ДО;

1 и менее баллов - не освоил Программу ДО.

Выставление баллов за задания производится с помощью таблицы.

№ вопроса	Вопросы ( <i>уточняющие вопросы</i> )	Критерии оценивания / Максимальный балл	Объект оценивания (умения)
-----------	---------------------------------------	---	----------------------------

1	Почему ты выбрал это объединение? Как ты узнал о нашем объединении? Что особенно тебя привлекает тебя в объединении?	1 балл – даны ответы на все вопросы в диалоге 0 баллов – ответы на вопросы не даны или даны односложные ответы	Обучающийся удовлетворен своим выбором.
2	Какие темы тебе понравилось изучать больше всего? Назови новые термины, которые ты освоил. Что ты нового узнал на занятиях?	1 балл – даны ответы на все вопросы в диалоге (термины употребляются в полном соответствии с их содержанием) 0 баллов – ответы на вопросы не даны или даны односложные ответы (ребенок, как правило, избегает употреблять специальную терминологию)	Объем знаний предусмотренный программой за конкретный период.
3	Как ты думаешь, полученные навыки по программе тебя пригодятся в будущем? Какие полученные навыки (знания) ты смог применить вне кружка?	1 балл – даны ответы на все вопросы в диалоге (самостоятельно не испытывает особых трудностей) 0 баллов – ответы на вопросы не даны или даны односложные ответы (испытывает серьезные затруднения нуждается в помощи и контроле педагогов)	Способность самостоятельно делать выбор, осознанно участвует в деятельности объединения.

### Инструкция для учителя.

Время на собеседование составляет 10 минут.

Педагог - собеседник ведущий собеседование по Программе ДО: ведет диалог, контролирует время ответа.

Обратим внимание на некоторые сложные моменты в организации диалога с учащимся.

Диалог, как и в обычной речи, должен создавать впечатление спонтанности, непосредственной реакции слушающего на высказывание ученика. У педагога-собеседника есть подготовленные вопросы для проведения диалога, но в зависимости от содержания монологического

высказывания учащегося он вправе менять их последовательность, уточнять и дополнять информацию.

Педагогу не следует зачитывать вопрос по бумажке, необходимо создавать ситуацию естественного общения.

Во-вторых, цель педагога-собеседника – эмоционально расположить обучающегося к беседе, стимулировать его речевую деятельность.

Если учащийся отказывается отвечать на вопросы (произносит фразы типа: «Я не знаю», «У меня нет никаких интересов», «Мне нечего рассказать» и т.п.), необходимо задать ряд стимулирующих высказывание вопросов, попытаться «разговорить» ученика.

То же речевое поведение педагога-собеседника рекомендовано и в ситуации односложных ответов учащихся.

После проведения устного собеседования педагог заполняет протокол.

#### ПРОТОКОЛ

№	ФИО	Устное собеседование				Результат освоения программы
		Вопрос № 1	Вопрос № 1	Вопрос № 1	Всего баллов	

#### Форма «Социально – значимое дело»

Социально значимое дело – организованное мероприятие человеческой активности, направленное на удовлетворение какой – либо социально значимой активности (является важным средством воспитания и социализации учащихся, в котором проявляются практические навыки и умения, социальные установки и ценности).

#### Инструкция по оценке социально значимого дела

Оценка работы определяется по соотношению балла, полученного учеником за выполнение работы и максимального балла за работу.

Ученик справился, если он набрал 37% от максимального балла. Если ученик набрал 6 - 100% –справился; если ниже 37%– не справился.

Максимальный балл за работу составляет 3, следовательно:

2-6 балла – освоил Программу ДО;

1 и менее баллов - не освоил Программу ДО.

Выставление баллов за задания производится с помощью таблицы.

№	Объект оценивания (умения)	Критерии оценивания / Максимальный балл
1	Активность участия	2 балла – выполнял роль организатор; 1 балл - выполнял роль участника; 0 баллов – не участвовал.
2	Удовлетворенность результатами деятельности	2 балла – удовлетворен результатом деятельности; 1 балл - частично удовлетворен результатом деятельности; 0 баллов – не удовлетворен результатом

		деятельности.
3	Демонстрация приобретенного навыка	2 балла – демонстрировал приобретенные навыки в полном объеме; 1 балл – смог продемонстрировать приобретенные навыки частично; 0 баллов – не смог продемонстрировать приобретенные навыки.

### Инструкция для учителя

Время социального значимого дела составляет 1 занятие.

Обратим внимание на некоторые сложные моменты в организации социально значимого дела.

Педагогу не следует помнить, чтобы все прошло успешно деятельность надо обязательно спланировать.

После проведения дела педагог заполняет протокол.

### ПРОТОКОЛ

№	ФИО	социально значимое дело				Результат освоения программы
		Активность участия	Удовлетворенность результатами деятельности	Демонстрация приобретенного навыка	Всего баллов в	

## 2.7.Список литературы

### Литература для педагога

*Ашмарин, Б.А.* Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А. Ашмарин. М.: Физкультура и спорт, 1998

*Беляев, А.В.* Волейбол на уроке физической культуры. 2-е изд. / А.В. Беляев, М.: Физкультура и спорт, 2005

*Беляев, А.В.* Волейбол: учебник для ин-тов и акад. физ. культуры / А.В. Беляев, М.В. Савин. М.: СпортАкадем–Пресс, 2002

*Железняк, Ю.Д.* 120 уроков по волейболу / Ю.Д. Железняк. М.: ФиС, 1970

*Железняк, Ю.Д.* К мастерству в волейболе / Ю.Д. Железняк. М.: ФиС, 1978

*Железняк, Ю.Д.* Волейбол в школе / Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский. М.: Просвещение, 1989

*Козырева, Л.В.* Волейбол / Л.В. Козырева. М.: Физкультура и спорт, 2003

*Лях, В.И.* Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов общеобразовательной школы / В.И. Лях, Л.Б. Кофман, Г.Б. Мейксон. М.: Просвещение, 2006

Официальные правила волейбола 2001-2004 гг. М.: ВФВ, Terra-Спорт, 2001

*Тюрин, В.А.* Методика обучения и совершенствования передвижениям и приему мяча снизу в волейболе / В.А. Тюрин. М.: ВФВ, 1994

*Фомин, Е.В.* Скоростно-силовая подготовка юных волейболистов / Е.В. Фомин. М.: ВФВ, 1994

*Чехов, О.С.* Основы волейбола / О.С. Чехов. М.: ФиС, 1979.

#### **Литература для детей и родителей**

Твой олимпийский учебник: Учеб. Пособие для учреждений образования России. -15 –е издан. В.С. Родиченко и др. –М., ФиС 2005, 144с.

*Клещев Ю.Н.* Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.

*Фурманов А.Г.* Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 1982

