

муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
городского округа Перевозский Нижегородской области
"Детско-юношеский центр г.Перевоза"

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №2
от 30.05.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБОУ ДО "ДЮЦ г.Перевоза"
№ 117-ПД от 30.05.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
"Волейбол"
(ознакомительный уровень)**

**Возраст учащихся: 10-18 лет
Срок реализации: 1 год**

Автор-составитель:
Апаев Александр Николаевич,
педагог дополнительного образования
первой категории

г. Перевоз,
2023 г.

Введение

Волейбол, как средство физического воспитания, нашёл широкое применение в различных звеньях физкультурного движения. Это одна из самых популярных игр, получившая широкое распространение в России.

В зависимости от задач в том или ином звене физкультурного движения основное содержание, направление и методика занятий приобретают свои специфические особенности. Данная программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся на протяжении всего учебного года, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитания личности, способной к самостоятельной творческой деятельности.

Популярность волейбола и широкое его применение в российской системе физического воспитания обуславливается, прежде всего экономической доступностью игры (небольшие средства для приобретения инвентаря и оборудования, возможность самостоятельного строительства площадки и сравнительная простота её содержания), а также высокой эмоциональностью игры и большим зрелищным эффектом.

Главное, что определяет удельный вес волейбола в системе физического воспитания, заключается в его ценности как комплексного средства физического развития и воспитания учащихся.

Наиболее характерными особенностями волейбола являются:

- коллективность действий;
- соревновательный характер;
- комплексный и разносторонний характер воздействия игры на функции организма и на проявление двигательных качеств;
- непрерывность и внезапность изменения условий игры;
- самостоятельность действий;
- высокая эмоциональность;

1. Пояснительная записка

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития целью физического воспитания в объединении является содействие всестороннему развитию личности. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение детьми основами физической культуры. Ее слагаемые – крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа реализуется в сетевой форме с использованием ресурсов образовательных организаций г.о. Перевозский.

При реализации программы могут использоваться дистанционные образовательные технологии.

Программа объединения дополнительного образования «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Нормативные документы

Теоретической базой для разработки программы стали законодательно-правовые документы Российской Федерации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных

программ»;

- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

Цель программы:

Формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основные задачи программы:

– укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

– формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами избранного вида спорта;

– освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

– обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

- популяризация волейбола.

Объединение "Волейбол" является добровольным формированием детей, созданным на основе общих интересов в области спорта.

Программа объединения направлена на развитие спортивной активности учащихся. Она имеет два блока: первый теоретический, второй практический.

Программа составлена на один год обучения.

Организация образовательной деятельности

Образовательная деятельность организуется с учетом расписания занятий и распорядка работы в образовательной организации дополнительного

образования, а также возрастных особенностей учащихся.

Для осуществления образовательной деятельности используются следующие формы работы с детьми:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- самостоятельная работа;
- посещение и просмотр игр команд более высокого уровня подготовки.

Количественный состав одной группы – 10 – 15 человек. Занятия для группы проходят:

- 2 раза в неделю по 2 часа - 1 год обучения (всего 114 часов)

Актуальность программы в том, что она создана на основе курса обучения игры в волейбол. Технические приёмы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Новизна программы: игровая деятельность подчёркивают уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирование умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитание чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, его индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Отличительные особенности: выполнение задач обучения во многом зависит от подбора подводящих упражнений, чёткого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, использования наглядных пособий. В ходе занятий следует постоянно обращать внимание на правильное выполнение всех заданных движений.

В целях успешного решения вопросов физической подготовленности учащихся необходим индивидуальный подход, в частности, требований к выполнению учебных нормативов специальной и общей физической подготовки.

Положительная оценка деятельности ребенка является для него важным стимулом. Можно и необходимо отметить и недостатки, но похвала должна и претворять и завершать оценку.

Условия реализации программы

Для реализации программы созданы все необходимые условия:

Оборудование:

- спортивная форма;
- спортивный инвентарь

Помещение:

- спортивный зал;
- тренажерный зал;
- ТСО;
- дидактические и методические материалы.

Материал программы даётся в пяти разделах:

- основы знаний
- общая физическая подготовка
- специальная физическая подготовка
- подвижная игра
- примерные показатели двигательной подготовленности

Специфика проведения занятий:

Большинство занятий состоит из трёх частей: вводно-подготовительной, основной и заключительной.

Вводно-подготовительная часть включает в себя организационный момент (построение, сдача рапорта, сообщение задач занятия), разминку (ходьба, бег, обще-развивающие упражнения).

Основная часть включает в себя занятия общефизической подготовкой, специальной подготовкой, подвижные, спортивные игры, сдачу учебных нормативов, теоретические сведения.

В заключительной части подводятся итоги занятия, игры (на внимание, на координацию движений, чувство времени и пространства)

Ожидаемые результаты освоения программы

По результатам освоения программы учащийся должен:

Знать:

- работу сердечно - сосудистой системы, понятие о телосложении человека.
- основные линии на площадке. Основные правила игры в волейбол; какие бывают нарушения правил; жесты судей;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями;
- способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Уметь:

- выполнять верхнюю и нижнюю прямую подачу мяча;
- выполнять приём мяча: сверху стоя на месте с низкой траекторией полета мяча; сверху стоя на месте с средней траекторией полета мяча; сверху стоя на месте с высокой траекторией полета мяча; снизу двумя руками стоя на месте; снизу двумя руками в движении; снизу одной рукой (правой-левой) стоя на месте; снизу одной рукой (правой-левой) в движении; снизу-сверху стоя на месте;
- выполнять передачу мяча: вперед по высокой траектории; вперед по средней траектории; вперед по низкой траектории; над собой; из зоны в зону в/б площадки;
- выполнять нападающий удар и блокировку
- применять тактические действия: индивидуальные действия на задней линии; индивидуальные действия в центре площадки; индивидуальные действия у сетки; взаимодействие игроков у сетки; взаимодействие игроков на задней линии;
- применять приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся смогут демонстрировать:

- выполнение второй передачи на точность из зоны 3 в зону 4 (десять попыток)
- выполнять нижнюю прямую подачу на точность (пять попыток)
- выполнять верхнюю прямую подачу на точность (пять попыток)
- выполнять первую передачу мяча (прием) на точность из зоны 6 в зону с расстояния 6 м (пять попыток)
- выполнять нападающий удар (из пяти попыток)

Оценка эффективности программы:

Одним из наиболее важных принципов проведения занятий является создание сплочённости коллектива, приобретения чувства товарищества и взаимовыручки.

Эффективность работы определяется по результатам сдачи специальных и общефизических нормативов, а также участие в соревнованиях.

Текущий контроль по дополнительной общеобразовательной программе проходит в конце изучения каждой темы, раздела в форме наблюдения, опроса, тестовых заданий, итоговых, контрольных работ.

Промежуточная аттестация проходит два раза в год (в декабре, мае), аттестация по итогам реализации дополнительной общеобразовательной программы – при завершении обучения по дополнительной общеобразовательной программе.

Учебный план на 1 год

<i>№</i>	<i>МОДУЛИ ПРОГРАММЫ</i>	<i>Количество часов</i>
1	Основы знаний	6 часов
2	Общая физическая подготовка	30 часов
3	Специальная физическая подготовка	72 часа
4	Показатели физической подготовки	36 часов
Итого		144 часа

Содержание программы 1 года обучения

<i>№</i>	<i>СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ</i>	<i>Количество часов</i>
I	<u>Основы знаний</u> а) беседа б) просмотр видеофильма	6 часов 3 часа 3 часа
II	<u>Общая физическая подготовка</u> Упражнения: а) для развития равновесия; б) для развития силовой выносливости мышц плечевого сустава; в) для развития прыгучести; г) для развития мышц нижних конечностей;	30 часов 10 часов 4 часа 6 часов 5 часов
	д) для развития силовой выносливости;	5 часов
III	<u>Специальная физическая подготовка</u> а) упражнения без мяча(имитация); б) подача мяча; в) приём мяча; г) передача мяча; д)нападающий удар и блокировка; е) тактические действия; ж) игра	72 часа 2 часа 8 часов 6 часов 6 часов 10 часов 10 часов 30 часов
IV	<u>Показатели уровня двигательной подготовки</u> а) прыжки б) подтягивание в) отжимание г) бег д) ведение мяча змейкой е) броски мяча на точность ж) передача мяча на точность.	36 часов
Итого		144 часа

Учебно-тематический план (рабочая программа) на 1 год

№	Дата	Тема занятия	Тип подгото вки	Кол-во часов	Прим еча ния
1.		Правила Т.Б. при занятии волейболом Гигиенические требования к режиму дня при занятиях физическими упражнениями.		1-2	
2.		Основные правила игры в волейбол. Нижняя прямая подача. Отжимание.		3-4	
3.		Нижняя прямая подача. Приём мяча сверху стоя на месте. Подтягивание.		5-6	
4.		Нижняя прямая подача. Приём мяча сверху стоя на месте. Передача мяча над собой. Игра в кругу. Подтягивание.		7-8	
5.		Нижняя прямая подача. Приём мяча сверху стоя на месте. Передача мяча над собой. Игра в кругу. Прыжок в длину с места.		9-10	
6.		Приём мяча сверху стоя на месте с		11-12	

	<p>низкой траекторией полета мяча. Передача мяча вперед по высокой траектории. Игра в кругу. Прыжок в длину с места.</p>			
7.	<p>Приём мяча сверху стоя на месте с низкой траекторией полета мяча. Передача мяча вперед по высокой траектории. Игра в кругу.</p>		13-14	
8.	<p>Приём мяча снизу двумя руками стоя на месте. Передача мяча вперед по высокой траектории. Игра в кругу.</p>		15-16	
9.	<p>Приём мяча снизу двумя руками стоя на месте. Передача мяча вперед со средней траекторией. Учебная игра. Челночный бег 4х9 метров.</p>		17-18	
10.	<p>Нижняя боковая подача мяча. Приём и передача мяча в парах. Учебная игра.</p>		19-20	
11.	<p>Нижняя боковая подача мяча. Приём и передача мяча в парах. Учебная игра.</p>		21-22	
12.	<p>Нижняя боковая подача мяча. Приём и передача мяча в парах. Учебная игра. Челночный бег 4х9 метров.</p>		23-24	
13.	<p>Приём мяча сверху стоя на месте с высокой траекторией полета мяча. Передача мяча вперед со средней траекторией. Учебная игра.</p>		25-26	
14.	<p>Приём мяча сверху стоя на месте с высокой траекторией полета мяча. Передача мяча вперед со средней траекторией. Учебная игра.</p>		27-28	
15.	<p>Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча вперед со</p>		29-30	

	средней траекторией. Учебная игра. Бег 5 минут.			
16.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча вперед по низкой траектории. Учебная игра.		31-32	
17.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча вперед по низкой траектории. Учебная игра.		33-34	
18.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча вперед со средней траекторией. Учебная игра. Бег 6 минут.		35-36	
19.	Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Учебная игра. Бег 6 минут.		37-38	
20.	Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Учебная игра.		39-40	
21.	Правила закаливания с использованием оздоровительных сил природы. Правила Т.Б. Просмотр видеофильма		41-42	
22.	Приём мяча сверху стоя на месте с большой скоростью полета мяча. Передача мяча вперед по высокой траектории. Учебная игра		43-44	
23.	Приём мяча сверху стоя на месте с большой скоростью полета мяча. Передача мяча вперед по высокой траектории. Учебная игра		45-46	
24.	Приём мяча сверху стоя на месте с большой скоростью полета мяча. Передача мяча вперед по высокой траектории. Учебная игра		47-48	
25.	Приём мяча сверху стоя на месте с большой скоростью полета мяча.		49-50	

	Передача мяча вперед по высокой траектории. Учебная игра			
26.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Учебная игра.		51-52	
27.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Учебная игра.		53-54	
28.	Приём мяча снизу двумя руками в движении. Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Учебная игра.		55-56	
29.	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Подтягивание.		57-58	
30.	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Подтягивание.		59-60	
31.	Передача мяча из зоны в зону в/б площадки. Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра.		61-62	
32.	Самостоятельные формы занятий физическими упражнениями. Жестикуляция. Отжимание.		63-64	
33.	Верхняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу одной рукой (правой-левой) стоя на месте. Учебная игра. Подъём и опускание туловища.		65-66	
34.	Верхняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу одной рукой (правой-левой) стоя на месте. Учебная игра.		67-68	
35.	Передача мяча назад по высокой траектории. Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра.		69-70	
36.	Учебная игра. Жестикуляция.		71-72	

37.	Индивидуальные действия на задней линии. Судейство. Подъём и опускание туловища. Учебная игра.	73-74
38.	Индивидуальные действия на задней линии. Судейство. Учебная игра.	75-76
39.	Передача мяча вперед по средней траектории. Приём мяча снизу одной рукой (правой-левой) в движении. Учебная игра.	77-78
40.	Передача мяча вперед по средней траектории. Приём мяча снизу одной рукой (правой-левой) в движении. Учебная игра.	79-80
41.	Передача мяча вперед по средней траектории. Приём мяча снизу одной рукой (правой-левой) в движении. Учебная игра.	81-82
42.	Учебная игра. Индивидуальные действия в центре площадки. Судейство.	83-84
43.	Учебная игра. Индивидуальные действия в центре площадки. Судейство.	85-86
44.	Учебная игра. Судейство. Прыжок в высоту.	87-88
45.	Верхняя прямая подача мяча. Индивидуальные действия в центре площадки. Индивидуальные действия у сетки. Многоскоки	89-90
46.	Верхняя прямая подача мяча. Индивидуальные действия в центре площадки. Индивидуальные действия у сетки. Многоскоки	91-92
47.	Верхняя прямая подача мяча. Индивидуальные действия в центре	93-94

	площадки. Индивидуальные действия у сетки. Многоскоки			
48.	Верхняя прямая подача мяча. Взаимодействие игроков на задней линии. Учебная игра		95-96	
49.	Верхняя прямая подача мяча. Взаимодействие игроков на задней линии. Учебная игра		97-98	
50.	Имитация нападающего удара. Индивидуальные действия у сетки. Учебная игра		99-100	
51.	Имитация нападающего удара. Индивидуальные действия у сетки. Учебная игра		101-102	
52.	Верхняя прямая подача мяча. Учебная игра. Подтягивание		103-104	
53.	Учебная игра. Индивидуальные действия в центре площадки. Судейство.		105-106	
54.	Учебная игра. Судейство. Прыжок в высоту.		107-108	
55.	Имитация нападающего удара. Индивидуальные действия у сетки. Учебная игра		109-110	
56.	Верхняя прямая подача мяча. Взаимодействие игроков на задней линии. Учебная игра		111-112	
57.	Товарищеский матч по волейболу.		113-114	

**Оценка результатов тестирования физической
подготовленности учащихся
10 - 18 лет**

очки	МАЛЬЧИКИ					ДЕВОЧКИ				
	бег 4х9 м (с)	бег 6 мин (м)	пры жок в дли ну	подт ягив ание	гибк ость	бег 4х9м (с)	бег 6 мин (м)	пры жок в дли ну	подтя гиван ие	гибкост ь
20	9.6	1700	240	16	0.51	10.2	1600	188	28	0.5
19	9.7	1650	235	15	0.5	10.3	1550	186	27	0.5
18	9.8	1600	230	14	0.49	10.4	1500	184	26	0.49
17	9.9	1550	225	13	0.48	10.5	1450	182	25	0.49
16	10.0	1530	220	13	0.47	10.6	1400	181	24	0.48
15	10.1	1500	215	12	0.46	10.7	1350	180	23	0.48
14	10.2	1480	210	12	0.45	10.8	1300	179	22	0.47
13	10.3	1450	207	11	0.44	10.9	1280	178	21	0.47
12	10.4	1400	205	11	0.43	11.0	1250	177	20	0.46
11	10.5	1400	203	10	0.42	11.1	1230	176	19	0.46
10	10.6	1380	200	10	0.41	11.2	1200	175	18	0.45
9	10.7	1350	197	9	0.4	11.3	1180	172	17	0.44
8	10.8	1330	195	8	0.39	11.4	1150	170	16	0.43
7	10.9	1300	190	7	0.38	11.5	1130	168	15	0.42
6	11,0	1280	188	6	0.37	11.6	1100	167	14	0.41
5	11.2	1250	185	5	0.36	11.7	1080	166	13	0.40
4	11.3	1230	182	5	0.35	11.8	1050	165	11	0.39
3	11.5	1200	179	4	0.34	11.9	1030	164	9	0.38
2	11.6	1180	175	4	0.33	12.0	1000	162	7	0.37
2	11.7	1150	170	3	0.32	12.1	950	160	6	0.36

О Ц Е Н К А
уровня специальной (технической) подготовки учащихся по разделу
“Волейбол”

№ п/п	Тесты	Класс	отл		хор		удовл	
			М	Д	М	Д	М	Д
1	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4 (десять попыток)	6	5	5	4	4	3	3
		7	5	5	4	4	3	3
2	Вторая передача на точность в зону 2 стоя спиной к полету мяча	8	5	5	4	4	3	3
		9	5	5	4	4	3	3
3	Подача нижняя прямая на точность (пять попыток)	6	5	5	4	4	3	3
		7	5	5	4	4	3	3
4	Подача верхняя прямая на точность (5 попыток)	8	5	5	4	4	3	3
		9	5	5	4	4	3	3
5	Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону с расстояния 6 м (пять попыток)	6	5	5	4	4	3	3
		7	5	5	4	4	3	3
		8	5	5	4	4	3	3
		9	5	5	4	4	3	3
6	Нападающий удар (из пяти попыток)	6	-	-	-	-	-	-
		7	-	-	-	-	-	-
		8	4	4	3	3	2	2
		9	5	5	4	4	3	3

Основы теоретических знаний

1. Педагогические основы развития физкультурных знаний.
2. Деятельность системы кровообращения в процессе и после воздействия физических нагрузок.
3. Возрастные и индивидуальные особенности развития быстроты.
4. Характеристика индивидуального уровня физического развития.
5. Характеристика индивидуального состояния здоровья.
6. Характеристика способов контроля уровня физического развития.
7. Характеристика способов определения состояния здоровья.
8. Гигиенические требования к режиму дня при занятиях физическими упражнениями.

Волейбол (В)

В.1. Подача:

1. верхняя прямая;
2. нижняя прямая;
3. верхняя боковая.

В.2. Прием мяча:

1. сверху стоя на месте;
2. сверху стоя на месте с низкой траекторией полета мяча;
3. сверху стоя на месте с средней траекторией полета мяча;
4. сверху стоя на месте с высокой траекторией полета мяча;
5. сверху стоя на месте с большой скоростью полета мяча;
6. сверху в движении;
7. снизу двумя руками стоя на месте;
8. снизу двумя руками в движении;
9. снизу одной рукой (правой-левой) стоя на месте;
10. снизу одной рукой (правой-левой) в движении;
11. снизу-сверху стоя на месте;
12. снизу-сверху перемещаясь;
13. снизу одной (двумя) руками с падением вперед на руки.

В.3. Передача мяча:

1. вперед по высокой траектории;
2. вперед по средней траектории;
3. вперед по низкой траектории;
4. над собой;
5. назад по высокой траектории;
6. назад по средней траектории;
7. назад по низкой траектории;
8. из зоны в зону в/б площадки;
9. двумя руками сверху в прыжке.

В.4. Нападающий удар и блокировка:

1. имитация удара;
2. имитация блокировки;
3. через сетку с места в прыжке;
4. в движении из 4, 3, 2 зон;
5. через сетку с разбега с передачи из глубины площадки;
6. через сетку с разбега с поворотом из 3 и 4 зон площадки;
7. через сетку из зоны 3 площадки с высоких траекторий передач;
8. через сетку из зоны 3 площадки с средних траекторий передач.
9. Одиночное блокирование;
10. блокирование парами.

В.5. Тактические действия:

1. индивидуальные действия на задней линии;
2. индивидуальные действия в центре площадки;
3. индивидуальные действия у сетки;
4. взаимодействие игроков у сетки;
5. взаимодействие игроков на задней линии;
6. игра со второй подачи игрока передней линии;
7. страховка партнера, выполняющего нападающий удар;

8. страховка партнера (партнеров), выполняющих блокировку нападающего удара;
9. взаимодействие игроков зон 2, 6 при приеме трудных мячей;
10. взаимодействие игроков зон 2, 6 при обманных действиях соперника.

Методическое обеспечение программы.

Раздел	Форма занятия	Приёмы и методы образовательного процесса	Форма подведения итогов
Общезначительная подготовка	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, повторный, попеременный, игровой, дифференцированный методы.	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов.
Специальная физическая подготовка	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой, повторный, попеременный, игровой, дифференцированный методы.	Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг.
Техническая подготовка	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видеоматериала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы. Метод расчленённого разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи, зачёты.
Тактическая подготовка	Лекция, беседа, показ видео материала, участие в соревнованиях.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный методы. Просмотр видеоматериала. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Контрольные тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, просмотр видео материала. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос учащихся, тестирование.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы "Волейбол" на 1 год

Год обучения	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				июль				август				Всего учебных недель/ часов	Всего часов по программе				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		49	50	51	52	лекц.
1 год обучения	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	К	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	38/144	17	127			
	02.09 – 08.09	09.09 – 15.09	16.09 – 22.09	23.09 – 29.09	30.09 – 06.10	07.10 – 13.10	14.10 – 20.10	21.10 – 27.10	28.10 – 03.11	04.11 – 10.11	11.11 – 17.11	18.11 – 24.11	25.11 – 01.12	02.12 – 08.12	09.12 – 15.12	16.12 – 22.12	23.12 – 29.12	30.12 – 05.01	06.01 – 12.01	13.01 – 19.01	20.01 – 26.01	27.01 – 02.02	03.02 – 09.02	10.02 – 16.02	17.02 – 23.02	24.02 – 01.03	02.03 – 08.03	09.03 – 15.03	16.03 – 22.03	23.03 – 29.03	30.04 – 05.04	06.04 – 12.04	13.04 – 19.04	20.04 – 26.04	27.04 – 03.05	04.05 – 10.05	11.05 – 17.05	18.05 – 24.05	25.05 – 31.05	01.06 – 07.06	08.06 – 14.06	15.06 – 21.06	22.06 – 28.06	29.07 – 05.07	06.07 – 12.07	13.07 – 19.07	20.07 – 26.07	27.07 – 02.08	03.08 – 09.08	10.08 – 16.08	17.08 – 23.08	24.08 – 30.08		

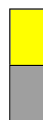
Условные обозначения:



Аттестация



Каникулярный период



Ведение занятий по расписанию



Проведение занятий не предусмотрено расписанием

ОЦЕНКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

(название детского объединения)

№ №	Ф.И. ребенка	Теоретическая подготовка			Практическая подготовка					Общеучебные умения и навыки					Уровень образовательных результатов
		Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы на нач.этапе)	Разнообразие умений и навыков	Владение специальными терминологией	Практические умения и навыки, предусмотренные программой на начальн. этапе	Активность в обучении и интерес к деятельности	Развитие воображения, памяти, речи, внимания	Владение специальным оборудованием и оснащением	Креативность в выполнении практических заданий	Умение пользоваться компьютерными источниками	Умение слушать и слышать педагога	Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Умение аккуратно выполнять работу	

минимальный уровень		средний уровень		максимальный уровень	
количество	%	количество	%	количество	%
		-		-	

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ ВОЗДЕЙСТВИЙ

название детского объединения

№	Ф.И. ребенка	Культура поведения	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		Поведенческие качества		Уровень воспитательных воздействий
		Соблюдение общепринятых норм поведения	Терпение	Воля	Самоконтроль	Самооценка	Интерес к занятиям в д/о	Конфликтность	Отношение детей к общим делам д/о	

минимальный уровень		средний уровень		максимальный уровень	
количество	%	количество	%	количество	%

Используемая литература

1. М.Г. Каменцер «Урок после урока», Москва «Физкультура и спорт», 2005 г.
2. Е.Н. Литвинов «Весёлая физкультура», Москва «Просвещение», 2006 г.
3. С.В. Дадыгин «На пути к вершине», Москва «Просвещение», 2005 г.
4. С.М. Вайцеховский «Книга тренера», Москва «Физкультура и спорт», 2005 г.
5. И.Г. Скачков «Ежедневные занятия физкультурой с учащимися на воздухе», Москва «Просвещение», 2006 г.
6. А.В. Комаров «Физическая культура в школе», Москва «Школа-Пресс», 2007 г.
7. М.В. Видякин «Спортивные праздники и мероприятия в школе», Волгоград «Учитель», 2007 г.
8. Г.В. Бондаренкова «Физкультура», Волгоград «Учитель», 2008 г.
9. В.И. Лях «Мой друг-физкультура», Москва «Просвещение», 2005 г.
10. М.Я. Виленский «Физическая культура», Москва «Просвещение», 2007 г.
11. Н.В. Семашко «Волейбол», Москва «Физкультура и спорт», 2004 г.
12. Л.В. Былеева «Подвижные игры», Москва «Физкультура и спорт», 2006 г.