



**Муниципальное учреждение «Отдел образования Шалинского муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с. БЕЛГАТОЙ
ШАЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»
(МБОУ «СОШ № 2 с. Белгатой Шалинского муниципального района»)**

**Муниципални учреждени «Шелан муниципални кюштан дешаран дакъа»
Муниципални бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ШЕЛАН МУНИЦИПАЛЬНИ КЮШТАН
БЕЛГАТОЙ-ЭВЛАН № 2 ЙОЛУ ЙУКЪБЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ШКОЛА»
(МБЙУУ «Шелан муниципални кюштан Белгатой-Эвлан № 2 йолу ЙУЙУШ»)**

СОГЛАСОВАНО
с заместителем директора по УВР
_____/А.А.Даудов/

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
_____/ А.С. Муциев/

Рабочая программа кружка «Волейбол»

**Составитель:
Магомадов А.Б**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Дополнительная общеобразовательная программа «Волейбол» относится к программам *физкультурно-спортивной направленности*.

Актуальность

Актуальность программы заключается в минимальности материальных затрат: достаточно иметь спортивный зал, волейбольные мячи и сетку, поэтому занятия волейболом приветствуются администрации образовательных учреждений. Достоинства волейбола заключаются в сравнительной простоте оборудования мест для игры и правил ее ведения, большой зрелищности. Обилие разнообразных тактических комбинаций, эмоциональность борьбы, коллективизм - вот что привлекает в волейболе миллионы людей различных возрастов и профессий. Занятие волейболом - весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. Разнообразие двигательных навыков и действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствует развитию всех физических качеств: силы, быстроты, ловкости, выносливости и т.д. Напряженность спортивного поединка, стремление к преодолению трудностей в борьбе за победу способствует развитию таких ценных психологических качеств, как смелость, настойчивость, решительность, самоотверженность, инициативность, дисциплинированность.

Адресат программы:

Данная программа является общеразвивающей и предназначена для работы с обучающимися на ступенях основного общего образования.

Программа адресована учащимся 13-17 лет.

Цель программы: гармоничное физическое развитие, удовлетворение потребности в двигательной активности, самореализации детей и подростков посредством обучения основам общей и специальной физической подготовки при освоении техники волейбола.

Задачи:

обучающие:

- овладение основными двигательными навыками при игре в волейбол;
- овладение техникой выполнения элементов волейбола;
- формирование правильной осанки;
- расширение представления обучающихся о здоровом образе жизни.

развивающие:

- развитие координации движений, гибкости, силы, быстроты;
- развитие общей физической выносливости и прыгучести;
- развитие внимательности;
- развитие наблюдательности.

воспитательные:

- формирование интереса и привычки к регулярным физкультурно-оздоровительным занятиям;
- воспитание коммуникативных качеств личности ребенка;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание целеустремленности и настойчивости для достижения цели.
- содействовать воспитанию дружеских взаимоотношений в игре, уважения к сопернику и судьям, строгого соблюдения спортивной этики;

Условия реализации программы.

Условия набора в объединение. Принимаются все желающие без предварительного отбора.

Наполняемость в группах 20 человек:

Продолжительность реализации программы - 140 часов в год

Режим занятий. Занятия проводятся: 2 раза в неделю по 2 часа

Кадровое обеспечение. Занятия проводит педагог дополнительного образования.

Материально - техническое обеспечение:

- мяч волейбольный большой
- набивной мяч
- скакалки
- обручи
- гимнастические маты
- гимнастическая стенка
- Волейбольная сетка

Особенности организации образовательного процесса
(формы организации занятий):

- Практическое занятие
- Участие в турнирах и соревнованиях
- Открытое занятие.

Планируемые результаты, соответствующие поставленным задачам (личностные, метапредметные и предметные):

Личностные

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом,
- регулярном участии в спортивных соревнованиях,
- стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях; - спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;

-стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, одноклассников и т.д.)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (140 часов)

№ п/п	Содержание	Кол-во часов всего	Теория	практика	Контроль
1.	Вводное занятие. Правила игры. Инструктаж по ОТ и ТБ	2	1	1	показатели уровня фактической обученности по итогам предыдущего учебного года в виде знаний, навыков и умений ранее изученных действий; показатели общей физической подготовки
2.	Правила игры	4	2	2	Опрос по знаниям правил игры, ТБ и ОТ
3.	Общая и специальная физическая подготовки	32	4	28	Контрольные испытания
4.	Техника игры	56	4	52	Педагогическое наблюдение
5.	Тактика игры	16	2	14	Педагогическое наблюдение, опрос
6.	Упражнения общей и специальной физической подготовки	10	1	9	Контрольные испытания
7.	Инструктаж и судейская практика	10	1	9	Опрос по знаниям правил игры, действиям игроков, жестам судей и т.д. Зачёт по судейству и организации соревнований
8.	Игры и соревнования	8	1	7	Анализ результатов игр
9.	Итоговые и контрольные занятия	2	2	0	Анализ результатов. Обсуждение.
	Итого	140	18	122	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	04 сентября	25 мая	35 недель	140 часа в год	Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по игре волейбол относится к программам **физкультурно-спортивной направленности**.

Характеристика (отличительные особенности) данного года обучения

Группы детей со средними способностями. В объединении занимаются как девочки, так и мальчики.

Особенности организации образовательного процесса

Срок реализации программы-1 год обучения

Продолжительность реализации программы-140 часов

Режим занятий - 2 раза в неделю по 2 часа

Адресат программы

Данная программа предназначена для работы с обучающимися на ступенях начального общего образования .

Программа адресована детям - 13-17 лет. В группах дети разного возраста.

Задачи 1 года обучения:

обучающие:

- овладение основными двигательными навыками при игре в волейбол;
- овладение техникой выполнения элементов волейбола;
- формирование правильной осанки;
- расширение представления обучающихся о здоровом образе жизни.

развивающие:

- развитие координации движений, гибкости, силы, быстроты;
- развитие общей физической выносливости и прыгучести;
- развитие внимательности;
- развитие наблюдательности.

воспитательные:

- формирование интереса и привычки к регулярным физкультурно-оздоровительным занятиям;
- воспитание коммуникативных качеств личности ребенка;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание целеустремленности и настойчивости для достижения цели.
- содействовать воспитанию дружеских взаимоотношений в игре, уважения к сопернику и судьям, строгого соблюдения спортивной этики;

Планируемые результаты, соответствующие поставленным задачам (личностные, метапредметные и предметные):

Личностные

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом,
- регулярном участии в спортивных соревнованиях,
- стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, одноклассников и т.д.)

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие (2 часа). Теория. История возникновения волейбола. Развитие волейбола.

Правила игры (4 часа). Теория. Правила игры в пионербол, пионербол с элементами волейбола, волейбол.

Практика. Игра пионербол.

Общая и специальная физическая подготовки (32 часа).

Теория. Значение, польза и техника упражнений.

Практика. Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, броски, ловля; в парах держась за мяч - упражнения в сопротивлении. Упражнения для мышц шеи и туловища. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы). Упражнения с набивными мячами – лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах. Упражнения для мышц ног и таза.

Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами – приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с

гантелями – бег, прыжки, приседания. Упражнения на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка). Упражнения со скакалкой. Прыжки в высоту с прямого разбега (с мостика), согнув ноги через планку (веревочку). Высоко- далекие прыжки с разбега через препятствия без мостика и с мостиком.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 20 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. Повторный бег 3*20м, 3*30м. Бег 60 м с низкого старта(100м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег 100м. Бег в чередовании с ходьбой (до 300м). Бег или кросс (до1000м).

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень».

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5,10, 15 м из исходных положений: стойки волейболиста (лицом, боком, спиной к стартовой линии) – сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.

Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег на 5 и 10 м (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно - спиной и т.д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же с набивными мячами в руках (массой от 1 до 2 кг), с поясом – отягощением или куртке с весом. Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки.

Подвижные игры: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салки». Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Техника игры (56 часов). Теория. Техника выполнения приемов, передач, подач, нападающих ударов.

Практика. *Овладение техникой передвижений и стоек.* Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещений.

Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте и после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером- с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передача мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

Овладение техникой подачи: нижняя прямая; подача мяча в стенку; через сетку, через сетку с расстояния 6 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Тактика игры (16 часов). *Теория:* Индивидуальные действия, групповые действия, командные действия, тактика защиты.

Практика. Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней прямой подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

Групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Упражнения общей и специальной физической подготовки (10 часов). Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами – со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами⁴ в положении сидя, лежа – поднимание ног с мячом.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты.

Инструктаж и судейская практика (10 часов). *Теория.* Правила судейства, правила игр.

Практика: Организация и проведение судейства внутришкольных соревнований и подвижных игр во время тренировок.

Игры и соревнования (8 часов). *Теория.* Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Практика: Принять участие в соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола. Соревнования по мини-волейболу.

Итоговое занятие (2 часа). *Теория.* Подведение итогов года, рефлексия.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема учебного занятия	Элементы содержания	Всего часов	Дата План	Дата Факт
1	Введение. История возникновения волейбола. Правила игры. Игровое поле и инвентарь.	Характеристика волейбола как средство физического воспитания молодежи. Правила игры. Игровое поле и инвентарь.	2		
2	Техническая подготовка.	Волейбольные стойки. (Высокая, средняя, низкая)	2		
3	Тактические действие.	Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	2		
4	Специальная физическая подготовка.	Пас предплечьями: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	2		
5	Техническая подготовка.	Волейбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая)	2		
6	Контрольные игры и испытания.	Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	2		
7	Техническая подготовка.	Пас предплечьями в движении.	2		
8	Общая физическая подготовка.	Челночный бег. Прыжки через скакалку. Бег в течении 6-ти минут.	2		
9	Техническая подготовка.	Волейбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая)	2		
10	Техническая подготовка.	Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	2		
11	Специальная физическая подготовка.	Упражнения с предметами; со скакалками и мячами.	2		
12	Техническая подготовка.	Пас предплечьями в движении.	2		
13	Общая физическая подготовка.	Пас предплечьями на точность.	2		
14	Тактическая подготовка.	Прыжковые упражнения: имитация нападающего удара, блокирования.	2		
15	Тактические действие.	Боковая подача.	2		
16	Общая физическая подготовка.	Подвижные игры и эстафета.	2		
17	Тактические действие.	Подача и пас предплечьями.	2		
18	Тактические действие.	Подача и пас предплечьями.	2		
19	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища.	2		
20	Тактика защиты.	Прием подачи в правой и левой задних зонах.	2		
21	Техническая	Нацеленная подача	2		

	подготовка.				
22	Техническая подготовка.	Упражнения для мышц плечевого пояса .Развитие координационных способностей.	2		
23	Техническая подготовка.	Умение взаимодействию с другими игроками.	2		
24	Специальная физическая подготовка.	Передача сверху.	2		
25	Техническая подготовка.	Передача сверху.	2		
26	Техническая подготовка.	Пас-отскок мяча-пас.	2		
27	Общая физическая подготовка.	Упражнения для мышц плечевого пояса .Развитие координационных способностей.	2		
28	Тактическая подготовка.	Короткий пас , пас назад, длинный пас.	2		
29	Тактическая подготовка.	Передача –перемещение-передача.	2		
30	Техника нападения.	Подвижные игры с использованием волейбольных мячей.	2		
31	Техника нападения.	Передача безадресного мяча.	2		
32	Техника защиты.	Короткий пас , пас назад, длинный пас.	2		
33	Техника защиты.	Круг за кругом.	2		
34	Техника нападения.	Высокая прострельная передача.	2		
35	Техника нападения.	Пас из неудобного положения.	2		
36	Техника нападения.	Пас из неудобного положения.	2		
37	Техника защиты.	Высокая прострельная передача.	2		
38	Техническая подготовка.	Короткий пас , пас назад, длинный пас.	2		
39	Техническая подготовка.	Подача, пас предплечьями и второй пас.	2		
40	Общая физическая подготовка.	Игра “Кому принимать подачу?”	2		
41	Специальная физическая подготовка.	Нижняя подача.	2		
42	Техническая подготовка .	Нижняя подача.	2		
43	Тактическая подготовка.	Игра “Круг за кругом”.	2		
44	Специальная физическая подготовка.	Пас предплечьями на точность.	2		
45	Техническая подготовка.	Пас предплечьями на точность.	2		
46	Техническая подготовка.	Пас из неудобного положения.	2		

47	Тактическая подготовка.	Упражнения с набивными и теннисными мячами.	2		
48	Техника нападения.	Волейбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая)	2		
49	Техника Защиты.	Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	2		
50	Специальная физическая подготовка.	Передача –перемещение-передача.	2		
51	Общая физическая подготовка.	Верхняя подача.	2		
52	Тактика защиты.	Пас предплечьями: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	2		
53	Тактика защиты.	Пас из неудобного положения.	2		
54	Общая физическая подготовка.	Техника атакующего удара.	2		
55	Общая физическая подготовка.	Упражнения для мышц ног и таза.	2		
56	Общая физическая подготовка.	Пас из неудобного положения.	2		
57	Специальная физическая подготовка.	Пас из неудобного положения.	2		
58	Тактика защиты.	Игра пионербол.	2		
59	Тактика нападения	Игра “Подай и попади”	2		
60	Техническая подготовка.	Общеразвивающие упражнения.	2		
61	Тактика нападения	Игра “Сумей передать и подать”	2		
62	Тактика защиты.	Игра”Кому принимать подачу”	2		
63	Техническая подготовка.	Короткий пас , пас назад, длинный пас.	2		
64	Техническая подготовка.	Пас в движении.	2		
65	Общая физическая подготовка.	Подача с лицевой линии.	2		
66	Техническая подготовка.	Игра “Берем игру на себя”	2		
67	Общая физическая подготовка.	Передача сверху (Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.)	2		
68	Тактическая подготовка.	Передача сверху (Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.)	2		
69	Тактическая подготовка.	Подвижные игры и эстафета.	2		
70	Тактика защиты.	Пас в движении.			
ИТОГО:					140

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы обучения.

Наглядные методы: показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, кинофильмы). Рассматривая их, дети уточняют свои зрительные представления о физических упражнениях, правильнее выполняют их на физкультурных занятиях.

Словесные методы: название упражнения, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа. Словесные методы активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

К практическим методам относят повторение упражнений без изменения и с изменениями, а также проведение их в игровой и соревновательной формах. Применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

Учебно – методический комплекс педагога дополнительного образования

1. Учебные и методические пособия:

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.
<http://school-collection.edu.ru>
2. Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта: <http://sportlaws.infosport.ru>
3. Сообщество педагогов на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com
4. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс» <http://www.openclass.ru>
5. Журнал «Теория и практика физической культуры».
<http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index>.
6. Воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования, Российской Государственной Академии Физической Культуры. <http://www.infosport.ru/press/fkvot>
7. Методика преподавания по игровым видам спорта (волейбол)
 - <http://www.o-volley.ru> ,
 - <http://www.samvolley.ru>,
 - <http://www.VolleyMos.ru>,
 - <http://www.fizkultura-na5.ru> **volejbol/volejbol**
8. Ю.Д. Железняк Ю.П. Портнова «Спортивные игры техника, тактика, методика обучения». Изд. АСДЕМА 2002 г.
9. В.И. Лях А.А. Зданевич «Физическая культура 8-9 класс»
Изд. Просвещение Москва 2005 г.
10. В.И. Лях А.А. Зданевич «Физическая культура 10-11 класс»
Изд. Просвещение Москва 2007 г.
11. Официальные волейбольные правила 2007 г.
Изд. Олимпия Человек Москва 2007 г.

2. Материалы по индивидуальному сопровождению учащихся:

1. Фестиваль пед.идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/>,
<https://ds04.infourok.ru>
2. Газета "Здоровье детей" <http://zdd.1september.ru/>
3. Журнал «Культура здоровой жизни» <http://kzg.narod.ru/>

4. Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала. <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index/>
5. Рефераты на спортивную тематику. <http://www.sportreferats.narod.ru/>
6. Ю. Д. Железняк В.А. Кудянский «Волейбол у истоков мастерства» Изд. ГРАНД Москва 1998 г.
7. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
8. Клещев Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный волейболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.
9. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств:

Контрольные испытания.

Общефизическая подготовка.

Бег 30 м бх5 м. На расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Техническая подготовка.

Испытания на точность передачи. В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи – рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3 – 3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки – не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытания на точность передачи через сетку. На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо послать мяч: в зоне 4 – размером 2х1 м, в зоне 1 и в зоне 6 – размером 3х3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на точность подачи. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4 – 5 (1 – 2), площадь у боковых линий в зонах 5 – 4 и 1 – 2 (размером 6х2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3х3 м. Каждый учащийся исполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах – 5 попыток).

Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4, 2.

Испытания в защитных действиях («защита зоны»). Испытуемый находится в зоне G в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, учащийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Учащийся должен применить все изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки – первый год обучения – 5; второй год – обучения 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения -15, второй год обучения - 20.

Тактическая подготовка. Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с 14 – 16 лет -15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

Нормативно-правовой блок:

№ п/п	Образовательная программа	№ п/п	Нормативные документы по специализации (инструкции по охране труда и технике безопасности)
1	«Волейбол»	1	Инструкция № 8 по охране труда
		2	Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012
		3	Концепция развития дополнительного образования детей //распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
		4	Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России № 03-296 от 12 мая 2011 г. об организации внеурочной деятельности
		5	Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2013 № 30468).
		6	Конвенция о правах ребёнка (Генеральная Ассамблея ООН 05.12.1989, ратифицирована Верховным Советом СССР)
		7	СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41);

БЛОК КОНТРОЛЯ

Система контроля результативности с описанием форм выявления, фиксации и предъявления результатов и их периодичности

Формы контроля	Текущий	Промежуточный	Итоговый
Периодичность	постоянно	1(2) раз(а) в полугодие	По окончании программы
Формы выявления результата	Педагогическое наблюдение, беседа, устный (фронтальный) опрос и т.д.	Анализ педагогических наблюдений	Итоговое тестирование, экзаменование, Итоговые контрольные испытания, соревнованиях,
Формы фиксации результата	Оценочные ведомости, Дневники педагогических наблюдений, Матрицы (таблицы) учета успеваемости и т.д. Учет участия в массовых мероприятиях (журнал уч. группы)	Матрица субъективного показателя (декабрь, май) Матрица «Творческий показатель» (май) Программы конкурсов, мероприятий, соревнований Учет участия в массовых мероприятиях	Карта самооценки учащимся и оценки педагогом компетентности учащегося
Формы предъявления результата	наличие дипломов, грамот, кубков, медалей	открытые занятия, праздники в школе, первенство объединения, школы	открытые занятия, праздники в гимназии №628, первенство объединения, школы