

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Технологический лицей»**

Рекомендована
Методическим советом
Протокол № 1
от 30 августа 2023 года

Принята
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 30 августа 2023 года

УТВЕРЖДЕНО
Директором
МАОУ «Технологический лицей»
Л.И. Пасынкова



**Дополнительная общеобразовательная программа—
дополнительная общеразвивающая программа
«Волейбол»**

Направленность: спортивно-оздоровительная

Уровень: базовый

Для учащихся 13-18 лет

срок реализации: 1 год

Составитель: Подоров Игорь Константинович,
педагог дополнительного образования

Сыктывкар, 2023

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по волейболу имеет физкультурно-спортивную направленность. По своему функциональному предназначению обеспечивает обучающихся 13-18 лет специальной игровой подготовкой. Форма организации занятий – групповая, время реализации – 1 год.

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» составлена в соответствии с:

- ✓ Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. №1726-р;
- ✓ СанПином 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
- ✓ Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Проекту концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- ✓ Стратегии социально-экономического развития Республики Коми до 2035 года;
- ✓ Стратегии социально-экономического развития города Сыктывкара до 2030 года;
- ✓ Приказом Министерства образования и науки России от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- ✓ Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- ✓ Приложением к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы));
- ✓ Приложением к письму Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27.01.2016 г. №07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- ✓ Уставом МАОУ «Технологический лицей»;
- ✓ Лицензией на осуществление деятельности МАОУ «Технологический лицей».

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение потребностей современных детей и их родителей: решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, укрепление здоровья и повышения работоспособности организма в соответствии социальному заказу общества. *Рабочая программа предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 8–11 классов МАОУ «Технологический лицей» базового уровня, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.*

Педагогическая целесообразность: совершенствовать умения и навыки, и популяризации спортивной игры, для привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и

скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

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

Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений:

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- с использованием технологий личносно - ориентированного подхода в обучении.

Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с сенситивными возрастными периодами.

Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в волейбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам. Программа направлена на пропаганду здорового образа жизни, позитивную профилактику приобщения к употреблению психоактивных веществ (ПАВ), двигательной активности у подростков.

Срок реализации программы: 1 год, 2 занятия в неделю, 68 часов в год.

Методы и технологии обучения и воспитания

Программа курса волейбол рассчитана на 1 год. Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа. Включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в волейбол. В практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры.

Режим занятий

Вид кружка	Наполняемость оптимальная	Наполняемость допустимая	Число занятий	Продолжительность
Волейбол	20	25	1	2 час

Форма реализации программы – очная.

Формы занятий:

- Групповые, теоретические и практические занятия
- Соревнования различного уровня (тренировочные, городские)
- Подвижные игры
- Эстафеты

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Виды занятий: тренировки, соревнования, беседы.

Цель: обучение основам техники и тактики игры волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ осуществление помощи в судействе;
- ✓ применение полученных знаний в самостоятельных занятиях физической культурой;
- ✓ усвоение необходимых теоретических знания в области физической культуры;
- ✓ спорта, гигиены.

Воспитательные:

- ✓ формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- ✓ формирование у учащихся интереса и любви к различным видам спортивной и игровой деятельности;
- ✓ воспитание культуры общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- ✓ способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Развивающие:

- ✓ понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека;
- ✓ формирование умения в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, и дозирования физических нагрузок; содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- ✓ развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).

Отличительные особенности данной программы:

При достаточно ограниченном выборе учащихся тренер-преподаватель зачисляет в группы начальной подготовки всех желающих заниматься волейболом, поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

- 1.Создание условий для развития личности юных волейболистов.
- 2.Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
- 3.Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных волейболистов.
- 4.Формирование знаний, умений и навыков по волейболу.
- 5.Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
- 6.Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных волейболистов.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Развитие волейбола в России (2 ч).

Теория: Федерация волейбола в России. Обзор соревнований по волейболу.

2. Врачебный контроль (1 ч).

Теория: Задачи врачебного контроля. Значение и содержание самоконтроля. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по волейболу и их предупреждение.

3. Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу (1 ч).

Теория: Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судьей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля.

4. Основы профессионального самоопределения (2 ч).

Беседа; просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов, самостоятельное чтение специальной литературы.

5. Самостоятельная работа. Общая и специальная физическая подготовка (34 ч).

Самостоятельная работа. Наставничество. Общеразвивающие упражнения без предметов; упражнения с набивным мячом (1-2 кг); акробатические упражнения; легкоатлетические упражнения; подвижные игры и эстафеты; спортивные игры; специальные упражнения для развития быстроты; специальные упражнения для развития ловкости. - выработать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, и дозирования физических нагрузок; пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся; развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).

6. Практика. Техника игры в волейбол (17 ч).

Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки волейболистов. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности; воспитание культуры общения со сверстниками и формирование навыков сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте 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). Передачи 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.

7. Практика. Тактика игры в волейбол (6 ч).

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

Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие 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.

Тактика нападения.

Практика: Индивидуальные действия. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скречивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тактика защиты - взаимодействие игроков передней линии между собой (блокирование и страховка), игроков задней линии между собой, взаимодействие игроков задней линии и игроков передней линии между собой.

Блокирование - защита от нападающего удара противника. Блокирование может быть одиночным или групповым (двойным, тройным).

Приём мяча с подачи и от нападающего удара: определение направления полета мяча и место его приземления.

Страховка. Постоянная необходимость в страховке возникает при нападающем ударе и блоке.

8. Соревнования по волейболу (2 ч).

Практика: Участие в товарищеских и календарных играх на первенство школ города, осуществлять помощь в судействе.

9. Итоговое занятие. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и технике игры (1 ч).

Практика: Выполнение контрольных упражнений. применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

10. Внеаудиторная работа (2 ч).

Самостоятельная работа **в случае карантина, активированных дней** (ИКТ- средства, платформы, мессенджеры).

Учебный план (68 часов) – 2 ч. в неделю.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I.	Вводное занятие. Развитие волейбола в России.	2	2	0	
II.	Врачебный контроль	1	1	0	
III.	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу.	1	1	0	
IV.	Основы профессионального самоопределения.	2	2	0	
V.	Самостоятельная работа. Общая и специальная физическая подготовка.	34	0	34	
VI.	Практика. Техника игры в волейбол.	17	0	17	
VII.	Практика. Тактика игры в волейбол.	6	0	6	
VIII.	Соревнования по волейболу.	2	0	2	
IX.	Итоговое занятие. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и технике игры.	1	1	0	Промежуточная аттестация учащихся
X.	Внеаудиторная работа (в случае карантина, активированных дней)	2	2	0	Творческий продукт учащихся
Итого		68	9	59	

Планируемые результаты.

Предметные результаты.

В результате реализации программы учащиеся получают возможность:

Узнать об истории игры волейбол, спорта, и олимпийского движения, об их позитивном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; о здоровом образе жизни, его значении для укрепления здоровья и профилактики вредных привычек, роли и месте физической культуры в формировании такого образа жизни.

Формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;

Проводить судейство соревнований по волейболу с использованием информационных жестов.

Подбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы оздоровительной гимнастики и физической подготовки.

Личностные результаты.

✓ определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

✓ в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить;

✓ осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

✓ социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром;

✓ сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

• Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

• Проговаривать последовательность действий.

• Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

• Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

• Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

• Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

• Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

• Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

• Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

• Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.

• Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

• Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: педагог, имеющий высшее специальное образование, имеющий опыт работы с детским коллективом, обладающий знаниями и практическими умениями вида спорта волейбол, стремящийся к профессиональному росту.

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд мирового волейбола, методические разработки в области волейбола. <https://onlinetestpad.com/ru/tests/sport>

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, спортивная площадка с волейбольным оборудованием:

- сетка для волейбола – 1 шт.;
- мячи волейбольные – 10 шт.;
- скакалки гимнастические – 10 шт.;
- свисток — 1 шт.;
- секундомер – 2 шт.;
- сетка для переноски и хранения мячей – 1 шт.;
- насос для накачивания мячей – 1 шт.

Дидактические средства: Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. Волейбол в школе: пособие для учителя — М.: Просвещение, 2010.

Методы и технологии обучения

Методика обучения стойкам и перемещениям

1. ОРУ (освоение техники бегового шага): бег (по прямой, с высоким подниманием бедра, семенящий, прыжками с ноги на ногу, спиной вперед, подвижные игры).

2. Подготовительные упражнения:

на развитие быстроты реакции и быстроты ответных действий;
на развитие скорости передвижения.

(бег из различных И.П., «челнок», «елочка», по сигналу, с изменением направления, в сочетании с др. действиями и т.д.).

3. Подводящие упражнения (приставными, скрестными шагами, двойным шагом, скачком, остановки шагом, сочетания видов с переносом, бросками и ловлей набивных мячей).

4. По технике (при выполнении технических приемов игры).

Методика обучения передачам мяча

1. ОРУ (сжатие и разжимание пальцев рук, мячей в различных И.П., отталкивание от стены, «отжимания», передвижения на руках, ведение и броски мячей, броски мячей по зонам передач).

2. Подготовительные упражнения (толчки набивных мячей из И.П., с изменением расстояния, траектории, по сигналу, за голову, в прыжке, передача толчком в парах).

3. Подводящие упражнения (имитация передачи, расположение кистей и пальцев рук на мяче, ударное движение, передача с набрасывания своего или партнера, в стену).

4. По технике (слитно над собой, в парах, в стену, через сетку, по сигналу, с изменением направления, расстояния, траектории, в сочетании с др. действиями).

Методика обучения приему мяча

1. ОРУ (движения прямыми руками скрестно в горизонтальном и вертикальном направлении, поднимание прямых рук вверх-вперед с сопротивлением партнера, амортизатора).

2. Подготовительные упражнения (броски набивных мячей снизу прямыми руками на месте, в выпаде, после перемещений).

3. Подводящие упражнения (принятие И.П., имитация передачи на месте, после перемещений, прием подвешенного мяча, с набрасывания партнера, в стену).

4. По технике (слитно над собой, в парах, в стену, через сетку, по сигналу, с изменением направления, расстояния, траектории, в сочетании с др. действиями).

Методика обучения подачам мяча

Последовательность обучения: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, верхняя боковая, в прыжке.

1. ОРУ (рывки, вращения прямыми руками, упр. с амортизатором, «Перестрелка».

2. Подготовительные упражнения (броски, толчки набивных мячей 1 кг снизу, сверху в парах, через сетку).

3. Подводящие упражнения (имитация, подбрасывание мяча, подача в стену, на партнера, через сетку с укороченного расстояния).

4. По технике (из-за лицевой линии, в правую, левую часть площадки, по зонам, на силу, с изменением траектории, соревнования на большее число подач, на точность).

Методика обучения нападающему удару

1. ОРУ (без предметов, с набивными мячами, амортизаторами, на снарядах, тренажерах и др.)

2. Подготовительные упражнения (доставание подвешенных предметов в прыжке, прыжки через скамейку, спрыгивания, напрыгивания, выпрыгивания из рзл. И.П., броски набивных (теннисных) мячей в прыжке без и через сетку).

3. Подводящие упражнения (имитация, многократные удары в пол у стены, с набрасывания партнера через сетку и без, с собственного набрасывания).

4. По технике (из зоны 4 с передачи игрока зоны 3, тоже из зон 2 и 3 по ходу, тоже с изменением траектории, тоже с передачи игрока зоны 2, тоже – с переводом, с удаленных от сетки передач, удары против 1 блокирующего, против 2 блокирующих).

Методика обучения блокированию

Последовательность обучения: одиночное, коллективное (на месте, после перемещений, после выполнения других действий).

1. ОРУ (без предметов, с набивными мячами, амортизаторами, на снарядах, тренажерах и др.)

2. Подготовительные упражнения (доставание подвешенных предметов в прыжке, тоже – у сетки, прыжки через скамейку, спрыгивания, напрыгивания, выпрыгивания из рзл. И.П.).

3. Подводящие упражнения (имитация на месте и после перемещений, блокирование подвешенных мячей над сеткой, блокирование на подставке).

4. По технике (блокирование ударов со своего набрасывания, в определенном направлении, после передвижения).

Формы подведения текущего контроля успеваемости

Основными формами контроля являются контрольные нормативы (Приложение 1), а также тестирование в конце года (Приложение 2).

Работа с родителями (Приложение 3):

Цель:

максимальное сближение интересов родителей и педагогов по формированию развитой личности.

Задачи:

- 1) организация и совместное проведение досуга детей и родителей;
- 2) организация психолого-педагогического просвещения родителей через систему родительских собраний, тематических и индивидуальных консультаций, бесед;
- 3) создание условий для благоприятного взаимодействия всех участников учебно-воспитательного процесса - педагогов, детей и родителей.

План воспитательной работы

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;

- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- тематические диспуты и беседы.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у учеников понятия об общечеловеческих ценностях, педагог обращает внимание на этику спортивной борьбы на площадке и вне ее. Перед соревнованиями настраивает игроков на достижение победы и на проявление в поединке морально-волевых качеств.

План воспитательной в ходе реализации дополнительной программы содержит:

- групповую и индивидуальную работу с учащимися; наставничество.
- творческую работу;
- проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно-спортивных мероприятий
- организацию встреч, лекций, бесед, мастер-классов с известными спортсменами, специалистами в области физической культуры и спорта;
- организацию просмотра фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой;

**Контрольные нормативы по волейболу, основы технической подготовки учащихся
лицея**

Наименование теста	Класс	Углублённый уровень		Базовый уровень	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки
Нижняя передача над собой	VIII	7	7	5	5
	IX	9	9	7	7
	X	11	11	2	8
	XI	12	12	9	9
Верхняя передача над собой	VIII	7	7	5	5
	IX	9	9	7	7
	X	11	11	8	8
	XI	12	12	9	9
Верхняя передача в стену	VIII	7	7	5	5
	IX	9	9	7	7
	X	11	11	8	8
	XI	12	12	9	9
Нижняя передача в стену	VIII	7	7	5	5
	IX	9	9	7	7
	X	11	11	8	8
	XI	12	12	9	9
Верхняя передача мяча в парах	VIII	5	5	3	3
	IX	5	5	3	3
	X	5	5	3	3
	XI	6	6	4	4
Прием мяча снизу	VIII	3	3	2	2
	IX	3	3	2	2
	X	3	3	2	2
	XI	3	3	2	2
Верхняя прямая подача	VIII	3	3	2	2
	IX	3	3	2	2
	X	3	3	2	2
	XI	3	3	2	2

Промежуточная аттестация (итоговый тест).

Цель работы: определение уровня сформированности базовых предметных знаний, умений и навыков учащихся по волейболу за учебный год.

Время выполнения работы – 30 минут.

Инструкция для учащихся.

Контрольная работа включает себя 15 задания. Утверждения представлены в:

- закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения;
- в формате вопроса.

При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение или правильный ответ на вопрос из 4 предложенных вариантов. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

Критерии оценивания:

Задания: с 1-15 за каждый правильный ответ участнику дается 1 балл. Всего за работу максимальное количество баллов -15.

<i>Уровень усвоения программы</i>	Высокий	Средний	Удовлетворительный	Программа не усвоена
<i>Первичный балл</i>	15-14	13-12	11-10	9 и меньше

Контрольно-измерительные материалы (итоговый тест).

1. Сколько человек в одной команде могут одновременно находиться на площадке?

- а) 5; б) 6; в) 7; г) 8;

2. Начальный удар в волейболе, вводящий мяч в игру называется?

- а) передача б) прием в) подача г) бросок

3. Какой термин относится к волейболу?

- а) фол б) угловой в) пенальти г) блок

4. В волейболе при блокировании переносить руки на сторону соперника:

- а) можно б) нельзя в) можно при условии, что это не мешает игре соперника

5. Волейбол с английского означает ...

- а) летающий мяч б) через сетку мяч в) рука-мяч г) сетка-мяч

6. Какую роль в волейболе играет либеро?

- а) защитника б) доигровщика в) блокирующий

7. До сколько очков играется волейбольная партия?

- а) 22 б) 25 в) 20 г) 16

8. При подаче мяча, сколько максимум касаний может сделать принимающая мяч команда?

- а) 3 б) 4 в) 5 г) 2

9. Вход на спортивную площадку разрешен ...

- а) после свистка судьи б) по команде тренера в) в любой момент игры

10. Выход занимающихся из спортивного зала после тренировки возможен:

- а) после разрешения тренера б) по окончании комплекса упражнений

11. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру нужно:

а) после свистка судьи б) по желанию любого участника игры в) по необходимости

12. Каких подач не существует в волейболе:

а) верхняя подача б) подача с руки в) боковая подача г) нижняя подача

13. Размер волейбольной площадки:

а) 9x18 б) 8x18 в) 9x16

14. Высота мужской волейбольной сетки:

а) 2,43 б) 2,40 в) 2,50

15. Высота женской волейбольной сетки:

а) 2,24 б) 2,20 в) 2,27

Ответы к заданиям:

1	б
2	в
3	г
4	б
5	а
6	а
7	б
8	а
9	б
10	а
11	а
12	б
13	а
14	а
15	а

Приложение 3.

№	Содержание и формы работы	Ответственный
1	Работа с родительским активом.	педагог
2	Информирование родителей о результатах тренировочной деятельности ребёнка, его психологическом состоянии.	педагог
3	Участие родителей в подготовке и участии в спортивные мероприятия.	педагог
4	Индивидуальные беседы и консультации.	педагог

Приложение 4.

План воспитательной работы

Мероприятия	Содержание	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Освоение духовных и культурных ценностей, уважение к истории и культуре, семейным ценностям			
Выпуск в лицейской газете статьи о жизни и достижениях волейбольной команды	Формирование уважения и развитие интереса к традициям лица, участие обучающихся в спортивной жизни	Сентябрь	Руководитель секции
Знакомство с представителями спорта	Пополнение знаний о выдающихся деятелях спорта прошлого и современности	В течение года	Руководитель секции
Беседы, семинары, спортивные мероприятия	Раскрытие ценностей семьи, популяризация физической культуры и спорта в семейных традициях	В течение года	Руководитель секции
Стимулирование творческой активности и адаптации, социализации обучающихся в обществе			
Семинары, лекции, беседы, посещение соревнований города, региона в качестве участника, болельщика, волонтера	Обучению этикету (поведение в обществе, на соревнованиях)	В течение года	Руководитель секции
Воспитание гражданской ответственности и порядочности			
Лекции, семинары	Пополнение знаний в области нормативно-правовой базы образования и спорта, профилактика	Сентябрь	Руководитель секции

	правонарушений		
Формирование культуры спортивной безопасности			
Тематические занятия, оформление стенда в лицее	Формирование модели поведения (освоение знаний, свода правил). Профилактика и предупреждение асоциального и зависимого поведения в подростково-молодежной среде, повышение уровня физической подготовленности, снижение уровня травматизма	Сентябрь - октябрь	Руководитель секции
Организация общественно значимой деятельности			
Проведение тренировочных занятий, соревнований	Пропаганда физической культуры и спорта	Март - апрель	Руководитель секции
Внимание к личным и коллективным достижениям обучающихся			
Награждения	Поощрение в коллективе спортивных достижений и достижение в образовании обучающихся	В течение года	Руководитель секции
Развитие коммуникативных навыков, приобщение родителей к жизни детей			
Открытые занятия, соревнования с привлечением родителей	Организация совместной деятельности родителей (законных представителей), детей, педагогов в культурно-досуговой и спортивно- массовой работе.	Февраль	Руководитель секции

Список литературы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. №1726-р;
3. СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. №41;
4. Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ Министерства образования и науки России от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы).

Список литературы для педагога

1. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу – М.: Физкультура и спорт, 2006;
2. Железняк Ю.Д., Слупский Л.Н. Волейбол в школе: пособие для учителя — М.: Просвещение, 2010;
3. Марков, К.К. Техника современного волейбола [Текст] : монография / К.К. Марков ; Красноярск: СФУ, 2013.
4. Слупский Л.Н. Волейбол: игра связующего— М.: Физкультура и спорт, 2004.
5. Усольцева, О. Волейбол [Текст] / [отв. Ред. О. Усольцева], М.: Эксмо, 2014.
6. Яковлев, В.П. Волейбол. Основы обучения техническим приемам [Текст] : учебное пособие для студентов бакалавриата по дисциплине «Физическая культура» для всех направлений подготовки / М-во образования и науки Российской Федерации, Ижевск: Изд-во ИжГТУ им. М. Т. Калашникова, 2013

Список литературы для учащихся

1. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист. Учебник – М.: ФиС, 2010.
2. Ладохина Н. От простого – к сложному : Сто упражнений для обучения волейболу / Наталья Ладохина, Марина Порошина // Спорт в школе: прил. к газ. "Первое сентября". – 2011. – 1–15 марта (№ 5). – С. 40–42.