

Городской округ «Город Калининград»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Калининграда средняя общеобразовательная школа № 10

Согласовано
на заседании Педагогического
совета
Протокол № 1 от 28.08.2023
г.

Утверждаю
Директор MAOY COШ № 10



/ Е.В. Лебедева

«29» августа 2023
приказ № 353/3-2908(Ш)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Волейбол»

возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов – 72

Автор-составитель:
Сорокопудова Анна Васильевна,
учитель по физической культуре

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы

Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Формируя на основе вышперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Отличительные особенности программы

Данная программа является модифицированной, так как она разработана с учетом использования различных материалов и технологий, а также способствует расширению и повышению физкультурно-спортивной культуры детей. Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

Формируя на основе вышперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для обучающихся в возрасте 14-17 лет.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 1 год. На полное освоение программы требуется 72 часа.

Формы обучения

Форма обучения – очная, возможно использование дистанционных технологий.

Особенности организации образовательного процесса

Набор обучающихся в группы по волейболу – свободный, группа формируется из числа обучающихся общеобразовательной организации, реализующей программу. Принцип формирования групп: на усмотрение администрации общеобразовательной организации. Программа по волейболу предусматривает групповые, фронтальные формы работы с обучающимися. Состав 15 – 25 обучающихся.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах –40-45 мин. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание.

Практическая значимость

Значимость программы заключается в приобщении учащихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, в возможности овладевать «играючи» новыми двигательными умениями и навыками, утверждении приоритета между оздоровительно-тренировочной направленностью занятий в секции и направленностью на развитие личности обучающегося.

Ведущие теоретические идеи

Ведущей теоретической идеей, на которой базируется данная программа, является сочетание обучения волейболу с воспитанием гармоничной, всесторонне развитой личности. В основе обучения волейболу лежат дидактические принципы педагогики: сознательность, активность, наглядность, систематичность, постепенность, доступность и прочность освоения знаний, принцип всестороннего развития.

Цель

Цель программы - всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Задачи

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России;
- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;

- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Программа обеспечивает последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства юных спортсменов.

Принципы отбора содержания

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.
- принцип гуманизации образовательного пространства через установление педагогического взаимодействия между учителем, обучающимися и членами их семей как важнейшее условие полноценного развития личного развития личности в плане патриотического воспитания гражданина нашей Родины.

Основные формы и методы

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Формы обучения: индивидуальная, групповая.

Планируемые результаты

Программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

- адаптация обучающихся к условиям детско-взрослой общности;
- удовлетворённость результатом своей деятельности (самореализации);
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- проявление инициативы и любознательности;
- формирование ценностных ориентаций;
- формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
- социальные компетентности (автономность, ответственность);
- личностные качества;
- воспитание навыков здорового образа жизни;
- формирование приёмов самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля.

Механизм оценивания образовательных результатов

При оценивании овладения двигательными умениями и навыками учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний у обучающихся. Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Важным элементом механизма оценивания образовательных результатов является рейтинг активности учащихся в соревнованиях и спортивных мероприятиях различных уровней

Формы подведения итогов реализации программы

Основными формами контроля являются:

- промежуточные зачеты и тестирования по разделам;
- выступления на соревнованиях в учреждении и вне учреждения;
- результаты выступлений на муниципальных, областных, всероссийских, международных соревнованиях и фестивалях;
- дневник достижений учащихся;
- портфолио учащихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п/п | Раздел, тема программы | Количество часов | | |
|-------|--|------------------|--------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| 1. | Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий. История развитие волейбола. Правила игры в волейбол. | 1 | 1 | |
| 2. | Теоретическая подготовка. | 4 | 4 | |
| 3. | Общая физическая подготовка. | 8 | | 8 |
| 4. | Специальная физическая подготовка. | 12 | | 12 |
| 5. | Техническая подготовка. | 16 | | 16 |
| 6. | Тактическая подготовка. | 16 | | 16 |
| 7. | Интегральная подготовка. | 8 | | 8 |
| 8. | Соревнования. | 5 | | 5 |
| 9. | Итоговое занятие. | 2 | | 2 |
| | Итого | 72 | 5 | 67 |

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п\п | Тема |
|-------|--|
| 1 | Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед |
| 2 | Физическая подготовка. Обучение перемещениям волейболиста. Обучение верхней передаче двумя руками. Учебная игра. |
| 3 | Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол. |
| 4 | Развитие быстроты перемещения. Обучение верхней передаче. Обучение нижней прямой подаче. Учебная игра. |
| 5 | Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. Обучению нижней прямой подаче. Учебная игра. |
| 6 | Обучение верхней передаче после перемещений. Обучение нижней прямой подаче. Изучение тактики первых и вторых передач. Учебная игра. |
| 7 | Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча с подачи. Тактика первых и вторых передач |
| 8 | Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча с подачи. Тактика первых и вторых передач |

| | |
|----|--|
| 9 | Обучение приему мяча с подачи. Обучение верхней передаче. Обучение нижней подаче. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол. |
| 10 | Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. Физическая подготовка. |
| 11 | Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча сверху сподачи. Тактика первых: и вторых передач. Учебная игра. |
| 12 | Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху |
| 13 | Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подач |
| 14 | Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подач |
| 15 | Совершенствование навыков перемещения. Совершенствование навыков нижней подачи и приема мяча с подачи. |
| 16 | физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач. Учебная игра |
| 17 | ОФП. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач. Учебная игра. |
| 18 | Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча. |
| 19 | Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча. |
| 20 | Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Ознакомление прямым нападающим ударом. Учебная игра. |
| 21 | Прием и передача сверху. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. |
| 22 | Прием и передача сверху. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Учебная игра. |
| 23 | Совершенствование навыка верхней передачи. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Учебная игра. |
| 24 | Верхние передачи. Обучение прием мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Учебная игра. |
| 25 | Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Подача мяча верхняя прямая. Учебная игра. |
| 26 | Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение верхней прямой подаче. Обучение прямому нападающему. Учебная игра. |
| 27 | Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение верхней прямой подаче. Обучение прямому нападающему удару. Учебная игра. |
| 28 | Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи Совершенствование навыков прямого нападающего удара. Учебная игра. |
| 29 | Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. |
| 30 | Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. Учебная игра. |
| 31 | Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи Совершенствование навыков прямого нападающего удара. Учебная игра. |
| 32 | Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча. Учебная игра. |
| 33 | Обучение верхней передаче мяча назад, за голову Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. |

| | |
|----|--|
| | Учебная игра |
| 34 | Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с последующим падением Совершенствование навыков верхней прямой подачи. Учебная игра. |
| 35 | Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Учебная игра |
| 36 | Совершенствование навыков второй передачи. Обучение защитным действиям. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении. Учебная игра. |
| 37 | Совершенствование навыков второй передачи. Обучение защитным действиям, Изучение индивидуальных тактических действий в нападении |
| 38 | Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. Совершенствование навыков нападающего удара. Учебная игра |
| 39 | Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. Совершенствование навыков нападающего удара. Учебная игра. |
| 40 | Совершенствование навыков второй передачи. Совершенствование навыков приема мяча снизу сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. |
| 41 | Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Учебная игра. |
| 42 | Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра. |
| 43 | Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра в волейбол. |
| 44 | ОФП. Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. Учебная игра. |
| 45 | Совершенствование навыков второй передачи. Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении Учебная игра |
| 46 | Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении |
| 47 | Обучение групповым тактическим действиям в нападении. Учебная игра. |
| 48 | Обучение одиночному блокированию. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении Учебная игра. |
| 49 | ОФП. Обучение одиночному блокированию. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. Учебная игра. |
| 50 | Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении, |
| 51 | Передача мяча двумя руками сверху после перемещений. Передачи сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра в волейбол. |
| 52 | Обучение одиночному блокированию. Тактика первых и вторых передач. |
| 53 | Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча в прыжке. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи. Учебная игра в волейбол. |
| 54 | Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол. |
| 55 | Совершенствование навыков блокирования. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. |

| | |
|----|--|
| 56 | Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении |
| 57 | Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении |
| 58 | Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование навыков нападающего удара, тактика нападающего удара. Индивидуальные тактические действия в защите. |
| 59 | Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении |
| 60 | Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке, Совершенствование навыков подачи мяча. |
| 61 | Совершенствование навыков Нападающего удара. Индивидуальные тактические действия в защите |
| 62 | Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в защите. |
| 63 | Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. |
| 64 | Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину |
| 65 | Обучение групповым тактическим действиям в защите. Совершенствование навыков одиночного блокирования. |
| 66 | Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите. |
| 67 | Обучение групповым тактическим действиям в защите. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину |
| 68 | Совершенствование навыков первых и вторых передач. Обучение командным тактическим действиям и защите. |
| 69 | Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. |
| 70 | Индивидуальные тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно – тренировочная игра в волейбол |
| 71 | Совершенствование навыков приема мяча с подачи. Обучение групповым тактическим действиям. |
| 72 | Соревнования |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности

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

Тема 2. Теоретическая подготовка

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

Тема 3: Общая физическая подготовка

Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

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

отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки.

Тема 4: Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжатие и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Тема 5: Техническая подготовка

Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование. Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

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

Тема 6: Тактическая подготовка

Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником. Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 7: Интегральная подготовка \

Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности. Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 8: Соревнования

Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства. Участие в внутри школьных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в муниципальных и городских соревнованиях.

Тема 9: Итоговое занятие

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

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № | Режим деятельности | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол» |
|----|------------------------------------|--|
| 1. | Начало учебного года | 1 сентября |
| 2. | Продолжительность учебного периода | 36 учебных недель |
| 3. | Продолжительность учебной недели | 5 дней |
| 4. | Периодичность учебных занятий | 2 раза в неделю |
| 5. | Количество часов | 72 часа |
| 6. | Окончание учебного года | 31 мая |
| 7. | Период реализации программы | 01.09. -31.05. |

Организационно-педагогические условия реализации программы

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для обучающихся и их родителей (законных представителей) содержания программы
- целостного развития личности обучающегося и готовность личности к дальнейшему развитию;
- обеспечения эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- способности обучающегося ориентироваться в мире (или в образе мира) и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей;
- организации такой деятельности, в процессе которой обучающиеся сами делают открытия, узнают что-то новое путем решения доступных задач;
- использования в процессе обучения игровых и соревновательных моментов, радость познания и открытия нового формируют у обучающихся познавательную мотивацию, а преодоление возникающих в процессе учения интеллектуальных и личностных трудностей развивает волевую сферу;
- креативности и необходимости переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность обучающихся самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- индивидуальности. Развитие обучающегося проводится с учетом его

индивидуальных особенностей в соответствии с рекомендациями психолога

Кадровое обеспечение реализации программы

Тренеры-преподаватели, обеспечивающие тренировочный процесс, должны иметь соответствующую профессиональную квалификацию, подтвержденную документами, оформленными в установленном порядке, а также регулярно проходить курсы повышения квалификации. Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

Материально-технические средства реализации программы

Занятия волейболом проводятся в спортивном зале. Для успешной реализации и данной программы необходимо следующее оборудование:

- волейбольная сетка и волейбольные стойки;
- мячи волейбольные;
- гимнастические маты;
- гантели;
- скакалки;
- секундомер;
- гимнастические палки;
- конусы;
- набивные мячи;
- аптечка.

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео-медиаотеки, тематической литературы, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется. Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Официальные правила волейбола. Содержание программы строится на приоритетном использовании игровых методов и приемов, обеспечивающих ситуацию успеха для каждого ребенка, что способствует интеллектуальному, эмоциональному и индивидуальному развитию ребенка.

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, метод примера.
2. Наглядные методы: использование подлинных вещей; просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению.
4. Методы создания положительной мотивации обучающихся:
 - эмоциональные: ситуации успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, свободный выбор задания, удовлетворение желания быть значимой личностью;
 - волевые: предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний; информирование о прогнозируемых результатах образования.

Педагогические технологии

В ходе реализации программы «Волейбол» используются следующие педагогические технологии: группового обучения, коллективного обучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающие технологии.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности обучающихся:

- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.
- объяснительно-иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный;
- практический;
- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.п.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, формирования умений и навыков);
- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов- словесный (рассказ, объяснение, беседа, лекция – для формирования сознания);
- стимулирования (соревнования).

Информационное обеспечение реализации программы

Программное обеспечение: операционная система: Windows.

Для работы с интернет-порталом необходим любой из перечисленных браузеров: InternetExplorer, MozillaFirefox, GoogleChrome.

Список литературы:

1. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). Программы для ДЮСШ и СДЮШОР. Москва. 2012.
2. Фомин Е.В., Сингина Н.Ф. Психологическая подготовка в волейболе. Стресс и стрессовые ситуации, контроль эмоций. Физкультура и спорт. Москва. 2013.
3. Булькина Л.В., Фомин Е.В., Суханов А.В. Техничко-тактическая подготовка волейболистов. Методическое пособие. Физкультура и спорт. Москва. 2013.
4. Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям. Учебное пособие. Физкультура и спорт. Москва. 2011.
5. Шляпников С.К., Кривошеин А.А. Комплексная тренировка связующего игрока. Методическое пособие. Физкультура и спорт. Москва. 2011.
6. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры IV-VI классов: Пособие для учителей. 5. - Москва «Просвещение».
7. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. – Ростов-н/Д: «Феникс», 2001 г. 7. Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. – Москва, «Физкультура и спорт».