


ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
Протокол № 1
от «08» сентября 2022 г.
Председатель:  В.Г.Арвеладзе

УТВЕРЖДЕНО
приказом ГБОУПО «СТЭТ»
от «18»  2022 г. № 156 - 020



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Волейбол. Баскетбол»

Направленность – физкультурно-спортивная

Срок реализации – 1 год

Возраст обучающихся – от 15 до 18 лет

Разработчики программы:
преподаватель ГБОУПО «СТЭТ»
Досужая Светлана Анатольевна,
преподаватель ГБОУПО «СТЭТ»
Подзолко Елена Витальевна

г. Севастополь, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	6
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	8
4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....	11
6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	17
7. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ.....	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол. Баскетбол» помогает участникам проявить свою индивидуальность, свой талант, постигая и усвершенствуя спортивные навыки. Через упражнения, движения юный человек вовлекается в спортивно-творческую деятельность. Соединение умений и навыков в единый процесс помогает обучающемуся целостно воспринимать мир, познавать красоту во всем ее многообразии, способствует снятию напряжения, помогает воспитанникам излечиться от утомляемости за счет переключения их на разнообразные виды деятельности в ходе занятия, делает его живым и увлекательным, наполняет интересным содержанием.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол. Баскетбол» направлена на укрепление здоровья и физического развития. При правильной организации занятий волейбол и баскетбол способствует укреплению костно-мышечного аппарата и совершенствованию всех функций организма. Современный волейбол – вид спорта, требующий от обучающихся атлетической подготовки и совершенного овладения технико-тактическими навыками игры.

Актуальность программы

Суть человека, кем бы он ни был: ребенка ли, взрослого ли, – в его творчестве, в проявлении созидательного начала в любой сфере человеческой деятельности. Развитие творческого потенциала дает возможность ребенку почувствовать себя умелым, талантливым, смелым, что подчеркивает актуальность данной программы. ДООП «Волейбол. Баскетбол» открывает необычный, нетрадиционный путь приобщения подростков к спорту, потому что накопление эмоционально-физического опыта подростка происходит через знакомство со спортивной деятельностью на основе интеграции личностей.

Отличительные особенности программы, новизна

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол. Баскетбол» заключается в проведении интегрированных занятий, которые имеют определенные преимущества: они развивают творческое мышление, формируют познавательную установку, тем самым повышая уровень обучения и воспитания обучающихся. Также эти занятия способствуют рассмотрению личности, как спортсмена, с нескольких сторон для последующего воплощения в проявлении спортивных навыков на соревнованиях.

Перечень документов, в соответствии с которыми составлена программа

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» до 2030 года (постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р);

- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Уставом ГБОУПО «СТЭТ», где установлены требования к организации образовательного процесса;
- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в ГБОУПО «СТЭТ».

Цель программы

Формирование активной, творческой личности, обогащение ее духовного и эмоционально-чувственного опыта.

Задачи.

Обучающие:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно-значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.

Развивающие:

- развитие логического мышления и пространственного воображения;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- развитие навыков самостоятельной работы, творческих и интеллектуальных способностей обучающихся.

Воспитательные:

- воспитание, социализация и самоидентификация обучающихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни;
- воспитывать трудолюбие, самостоятельность, умение доводить начатое дело до конца;
- развивать чувство ответственности;
- повышение мотивации и осознанности в достижение цели.

Уровень программы: базовый.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол. Баскетбол» адресована обучающимся 15-18 лет.

Программа разработана с учётом психофизиологических и возрастных особенностей подростков.

Условия набора обучающихся.

Для обучения принимаются подростки основной группы здоровья.

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

Объем и срок реализации, уровень программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, 78 часов.

Особенности организации образовательного процесса

Форма обучения: очная.

Формы реализации образовательной программы: традиционная.

Формы организации образовательной деятельности: индивидуальная, групповая и фронтальная. Программой предусмотрено проведение комбинированных занятий: занятия состоят из теоретической и практической частей.

Занятия проводятся по группам, индивидуально или всем составом.

Состав группы обучающихся – постоянный.

Режим занятий обучающихся: Согласно утверждённому расписанию занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час: 45 минут + 5 минут перерыв).

Планируемые результаты.

К концу обучения обучающиеся должны **знать**:

- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;
- правила, организация и проведение соревнований по волейболу, баскетболу.

К концу обучения обучающиеся должны **уметь**:

- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнений атлетической гимнастики;

- выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации;
- проводить самоконтроль при занятиях физическими упражнениями;
- преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- выполнять приемы страховки и самостраховки;
- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;
- выполнять контрольные нормативы, предусмотренные разделами рабочей программой, при соответствующей тренировке, с учетом состояния здоровья и функциональных возможностей своего организма.

В результате обучения по данной программе будут созданы условия для формирования у обучающихся Soft-компетенций.

Универсальные Soft Skills:

- критическое мышление;
- аналитическое мышление;
- креативное мышление;
- исследовательский опыт;
- внимание;
- работа в команде;
- кооперация;
- концентрация.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Название разделов, тем программы	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Базовый уровень, объём программы 78 часов			
Раздел №1 «Прием. Передача. Поддача мяча»			
Тема 1.1. Инструктаж по технике безопасности. Правила работы в кабинете. Входной контроль.	2	2	-
Тема 1.2 Вводное занятие. Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу.	4	2	2
Тема 1.3 Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	4	2	2
Тема 1.4 Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.	4	-	4
Тема 1.5 Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	4	-	4
Тема 1.6 Тренировочная игра в волейбол.	4	-	4
Итого раздел 1:	22	6	16
Раздел №2 «Ведение. Передача. Поддача. Ловля мяча»			
Тема 2.1 Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Передвижение бегом. Приставные шаги.	2	2	-

Название разделов, тем программы	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Тема 2.2 Остановка прыжком в два шага. Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости..	2	-	2
Тема 2.3 Передача мяча снизу одной рукой на месте. Передача мяча одной рукой от плеча по высокой траектории на расстоянии 12-16 метров с места, а затем в движении.	2	-	2
Тема 2.4 Передача мяча от груди в тройках, двумя руками в движении по восьмерке, бросок от груди, бросок снизу двумя руками..	2	-	2
Тема 2.5 Ловля высоколетящих мячей в прыжке, на месте, в движении.	2	-	2
Тема 2.6 Ловля и передача мяча двумя руками в движении - используя три шага.	2	-	2
Тема 2.7 Передача мяча на месте с отскоком от пола и ловля мяча.	2	-	2
Тема 2.8 Передача и ловля мяча при встречном движении и с отскоком от пола. Тренировочная игра в баскетбол.	2	-	2
Итого раздел 2:	16	2	14
Раздел №3 «Нападающий удар. Блокирование»			
Тема 3.1 Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке.	4	2	2
Тема 3.2 Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	4	-	4
Тема 3.3 Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование.	4	-	4
Тема 3.4 Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование.	4	-	4
Итого раздел 3:	16	2	14
Раздел №4. «Техника нападения. Техника защиты. Техника овладения мячом»			
Тема 4.1 Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении, с сочетанием способов передвижения.	2	2	-
Тема 4.2 Передвижение переставным шагом, сочетание передвижений, остановок, поворотов.	2	-	2
Тема 4.3 Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.	2	-	2
Тема 4.4 Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.	2	-	2
Тема 4.5 Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения.	2	-	2
Тема 4.6 Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево). Передача мяча одной рукой из-за спины.	2	-	2

Название разделов, тем программы	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Тема 4.7 Действия защитника в обороне, в нападении. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча.	2	-	2
Тема 4.8 Накрытие мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца.	2	-	2
Тема 4.9 Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении.	2	-	2
Тема 4.10 Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего.	2	-	2
Тема 4.11 Обводка противника способом прикрытия мяча корпусом.	2	-	2
Тема 4.12 Тренировочная игра в волейбол и баскетбол	2	-	2
Итого раздел 4:	24	2	22
Итого:	78	12	66

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Режим занятий	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год
9 января	30 декабря	Согласно утверждённому расписанию занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа (академический час: 45 минут + 5 минут перерыв)	2	39	78

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Особенности организации образовательного процесса

Данная группа сформирована из подростков, которые имеют основную группу здоровья.

Через упражнения, движения подростки вовлекаются в спортивно-творческую деятельность. Соединение умений и навыков в единый процесс помогает обучающимся целостно воспринимать мир, познавать красоту во всем ее многообразии, способствует снятию напряжения, помогает воспитанникам излечиться от утомляемости за счет переключения их на разнообразные виды деятельности в ходе занятия, делает его живым и увлекательным, наполняет интересным содержанием.

Содержание обучения

Базовый уровень, объём программы 78 часов

Раздел № 1 «Прием. Передача Подача мяча» (22 часа)

Тема 1.1. Инструктаж по технике безопасности. Правила работы в кабинете. Входной контроль.

Теория: Проведение инструктажа по технике безопасности в объединении, вводного инструктажа по технике безопасности в учреждении. Ознакомление с правилами работы в кабинете. Проведение входного контроля.

Тема 1.2 Вводное занятие. Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу.

Теория: Правила передачи мяча двумя руками сверху на месте, передачи мяча над собой.

Практика: Работа в группах. Отработка передачи мяча руками сверху на месте и над собой.

Тема 1.3 Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.

Теория: Правила осуществления верхней прямой подачи с вращением мяча, мяча с подачи в зону 3, передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи, вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.

Практика: Работа в группах. Отработка передачи мяча.

Тема 1.4 Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.

Практика: Работа в группах. Отработка передачи мяча. Организация учебно-тренировочной игры.

Тема 1.5 Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.

Практика: Работа в группах. Отработка передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.

Тема 1.6 Тренировочная игра в волейбол.

Практика: Организация учебно-тренировочной игры.

Раздел № 2 «Ведение. Передача. Подача. Ловля мяча» (16 часов)

Тема 2.1 Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Передвижение бегом. Приставные шаги.

Теория: Инструктаж по технике безопасности во время работы с мячом. Правила передвижения во время игры.

Практика: Работа в группах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.2 Остановка прыжком в два шага. Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости

Практика: Работа в группах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.3 Передача мяча снизу одной рукой на месте. Передача мяча одной рукой от плеча по высокой траектории на расстоянии 12-16 метров с места, а затем в движении.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.4 Передача мяча от груди в тройках, двумя руками в движении по восьмерке, бросок от груди, бросок снизу двумя руками.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.5 Ловля высоколетающих мячей в прыжке, на месте, в движении.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.6 Ловля и передача мяча двумя руками в движении - используя три шага.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.7 Передача мяча на месте с отскоком от пола и ловля мяча.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 2.8 Передача и ловля мяча при встречном движении и с отскоком от пола.
Тренировочная игра в баскетбол.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Раздел № 3 «Нападающий удар. Блокирование» (16 часа)

Тема 3.1 Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке

Теория: Изучение теоретического материала. Правила игры в волейбол и баскетбол.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 3.2 Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 3.3 Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 3.4 Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Раздел № 4 «Техника нападения. Техника защиты. Техника овладения мячом» (24 часа)

Тема 4.1 Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении, с сочетанием способов передвижения.

Теория: Правила игры с мячом. Правила техники передвижения, основной стойки во время игры с мячом, повороты в движении, с сочетанием способов передвижения.

Тема 4.2 Передвижение переставным шагом, сочетание передвижений, остановок, поворотов.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.3 Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.4 Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.5 Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.6 Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево). Передача мяча одной рукой из-за спины.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.7 Действия защитника в обороне, в нападении. Вырывание мяча. Выбивание мяча.

Перехват мяча.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.8 Накрытие мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца.

Практика: Освоение способов адекватно оценивать информацию во время игры. Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.9 Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.10 Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.11 Обводка противника способом прикрытия мяча корпусом.

Практика: Работа в парах. Отработка физических упражнений.

Тема 4.12 Тренировочная игра в волейбол и баскетбол.

Практика: Итоговое занятие. Соревнования. Рефлексия.

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы, приемы и принципы обучения

Методы и приемы обучения, используемые в работе с детьми, можно условно разделить по способу подачи учебного материала.

Наглядный метод: образный показ педагога, использование наглядных пособий.

Словесный метод: рассказ, объяснение, инструкция, беседа, анализ, проблемное обсуждение, словесный комментарий педагога по ходу выполнения работы.

Практический метод: эвристический метод, подробное описание правил и физических действий во время спортивных игр с мячом.

По характеру деятельности учащихся (М.Н. Скаткин): объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблемные, частично-поисковые.

Кроме того, в работе с подростками очень эффективны и психолого-педагогические методы: наблюдение, индивидуальный и дифференцированный подход к каждому ребенку, прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация).

Программа основана на следующих принципах: доступности, наглядности, системности, последовательности.

Принцип доступности требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала и соблюдение в обучении элементарных дидактических правил: от известного к неизвестному, от лёгкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип системности предусматривает непрерывность процесса формирования технолого-конструкторских навыков, чередования работ и отдыха для поддержания работоспособности и активности обучающихся, определённую последовательность решения заданий.

Индивидуализация и дифференциация процессов работы с обучающимися, добровольность и доступность, творческое содружество и сотворчество детей и педагогов, сочетание индивидуальных, групповых и массовых форм работы, индивидуального и коллективного творчества, а также системный подход к постановке и решению задач образования и воспитания, развития личности и ее самоопределения.

Для выполнения поставленных программой учебно-воспитательных задач предусмотрены следующие **формы занятий**:

- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей (лекция, практикум, соревнования, турниры, конкурс и т.д.);
- по дидактической цели (вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий).

Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Каждое занятие может включать в себя теоретическую и практическую часть.

В процессе занятий педагог использует следующие **педагогические технологии**:

- индивидуального обучения;
- группового обучения;
- коллективного взаимообучения;
- дифференцированного обучения;
- разноуровневого обучения;
- игровой деятельности;
- коллективной творческой деятельности;
- развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности;
- проблемного обучения;
- ИКТ технологии.

В процессе занятий педагог использует следующие **здоровьесберегающие технологии**:

- учёт условий обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация образовательного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Формы занятий и методы организации учебно-познавательной деятельности обучающихся

При организации освоения ДООП «Волейбол. Баскетбол» целесообразно использовать следующие формы и методы занятий:

Практическое занятие

Эта форма организации занятия предполагает выполнение обучающимися заданий тренировочного характера, в том числе решение практических финансовых задач самостоятельно или в группе. Помимо того, целями практического занятия являются овладение приёмами работы с предметными понятиями, формирование умения устанавливать между ними связи.

Решение практических задач – одно из важнейших умений, которое обучающиеся осваивают в ходе освоения программы.

Практические задачи формулируются в виде приближенного к реальности описания жизненной ситуации с указанием конкретных обстоятельств, в которых обучающимся необходимо найти решение, используя полученные знания и умения.

Объектом оценки практической задачи будет письменная работа с представленным алгоритмом решения. Педагог заранее знакомит обучающихся с критериями оценки решения практических задач и описанием, как следует оформлять его письменно. Критерии оценки решения следующие:

- формулирование условий, в которых решается задача;
- определение вариантов решения практической задачи;
- анализ вариантов решения задачи;
- обоснование итогового выбора.

Игра

Игра – это такая форма организации обучения, воспитания и развития личности, которая позволяет смоделировать имитационную ситуацию и обеспечить возможность приобретения реального опыта деятельности. Цели игровых занятий заключаются в развитии практических умений обучающихся.

Игровые формы занятий обеспечивают:

- рост уровня мотивации учебно-познавательной деятельности;
- воссоздание отношений в ситуациях, моделирующих реальные условия жизни, взаимодействия в области семейных и личных финансов;
- приближенность учебного материала к конкретным жизненным ситуациям;
- расширение и углубление процесса творческого самоопределения обучающихся.

Игровые формы занятий требуют соответствующих средств (правила, карточки, описание ситуаций). Каждое игровое занятие проходит по определённым правилам, заранее сообщённым участникам. Правила определяют действия каждого участника игры и их взаимодействие.

Методическое обеспечение

№ п/п	Название раздела / темы	Методическое обеспечение
1.	Раздел №1 «Прием. Передача. Подача мяча»	Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2020г.
2.	Раздел №2 «Ведение. Передача. Подача. Ловля мяча»	Физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2020г.
3.	Раздел №3 «Нападающий удар. Блокирование»	Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. / [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицин, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев].-14-е изд., испр.-М.: Издательский центр «Академия», 2020.-176 с.
4.	Раздел №4 «Техника нападения. Техника защиты. Техника овладения мячом»	Пустошило Павел Викторович, Булькина Лариса Владимировна «Волейбол. Основы подготовки, тренировки, судейства» Москва.

Формы и способы выявления, фиксации и предъявления результатов освоения ДООП

Название раздела / темы	Формы и способы выявления результатов	Формы и способы фиксации результатов	Формы и способы предъявления результативности
Раздел №1 «Прием. Передача. Поддача мяча»	Беседа, наблюдение, физические упражнения	Таблица мониторинга	Спортивные соревнования
Раздел №2 «Ведение. Передача. Поддача. Ловля мяча»	Беседа, наблюдение, физические упражнения	Таблица мониторинга	Спортивные соревнования
Раздел №3 «Нападающий удар. Блокирование»	Беседа, наблюдение, физические упражнения	Таблица мониторинга	Спортивные соревнования
Раздел №4 «Техника нападения. Техника защиты. Техника овладения мячом»	Беседа, наблюдение, физические упражнения	Таблица мониторинга	Спортивные соревнования

Формы контроля освоения ДООП

Время проведения	Цель проведения	Формы проведения
Входной контроль		
В начале изучения программы	Определение уровня развития детей, их физических способностей.	Опрос
Текущий контроль		
В течение изучения программы	Определение степени освоения ДООП. Определение готовности обучающихся к восприятию нового материала.	Педагогическое наблюдение, опрос
Промежуточный контроль		
По окончании изучения раздела/ части программы	Определение степени освоения ДООП. Определение результатов обучения.	Спортивные соревнования
Итоговый контроль		
В конце изучения программы	Определение изменения уровня развития детей, их физических способностей. Определение результатов обучения. Получение сведений для совершенствования образовательной программы.	Практическое задание

Диагностика эффективности образовательного процесса.

Входной контроль – имеет диагностические задачи и осуществляется в начале цикла обучения. Цель предварительной диагностики – зафиксировать начальный уровень физической подготовки обучающихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с

предстоящей деятельностью. Входной контроль может проводиться в следующих формах: творческие работы, самостоятельные работы, вопросы, тестирование и пр.

Промежуточная диагностика проводится на основании оценивания теоретических знаний и практических умений и навыков по итогам освоения разделов. Промежуточная диагностика проводится в следующих формах: презентация решений кейсов, выставочный просмотр, смотр знаний и умений, викторины, конкурс, соревнование, турнир и пр.

Итоговый контроль проводится по окончании обучения по программе.

Критерии оценки результативности обучения:

Общими критериями оценки результативности обучения являются:

– оценка уровня теоретических знаний: широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии;

– оценка уровня практической подготовки обучающихся: соответствие развития уровня практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности;

– оценка уровня развития и воспитанности обучающихся: культура организации самостоятельной деятельности, аккуратность и ответственность при работе, развитость специальных способностей, умение взаимодействовать с членами коллектива.

Возможные уровни теоретической подготовки обучающихся:

– Высокий уровень – ребенок освоил практически весь объем знаний (80-100%), предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.

– Средний уровень – у обучающегося объем освоенных знаний составляет 50-79%; сочетает специальную терминологию с бытовой.

– Низкий уровень – обучающийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Возможные уровни практической подготовки обучающихся:

– Высокий уровень – обучающийся овладел 80-100% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества.

– Средний уровень – у обучающегося объем усвоенных умений и навыков составляет 50-79%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном выполняет задания на основе образца.

– Низкий уровень – обучающийся овладел менее чем 50% умений и навыков, предусмотренных программой; испытывает затруднения при работе с оборудованием; обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

В течение периода обучения для определения уровня освоения программы, осуществляются диагностические срезы:

– Входная диагностика на основе анализа выбранной обучающимися роли в диагностической игре и степени их участия в реализации отдельных ее этапов, где выясняется начальный уровень знаний, умений и навыков обучающихся, а также выявляются их творческие способности.

– Промежуточная диагностика позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень ЗУН обучающихся, в соответствии с пройденным материалом программы. Предлагаются контрольные тесты, выполнение практических заданий.

– Итоговая диагностика проводится в конце учебного курса (выставка и презентация решения кейсов) и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым направлениям. Данный контроль позволяет проанализировать степень усвоения программы.

Результаты контроля фиксируются в протоколе.

Оценка уровней освоения ДООП

Уровни	Параметры	Показатели
Высокий уровень (80-100%)	Теоретические знания	Обучающийся освоил материал в полном объеме. Знает и понимает значение терминов, самостоятельно ориентируется в содержании материала по темам. Обучающийся заинтересован, проявляет устойчивое внимание к выполнению заданий.
	Практические умения и навыки	Способен применять практические умения и навыки во время выполнения самостоятельных заданий. Правильно и по назначению применяет инструменты. Работу аккуратно доводит до конца. Может использовать средства вычислительной техники для реализации идеи. Способен применять современные технологии обработки материалов и создания прототипов. Может оценить результаты выполнения своего задания и дать оценку работы своего товарища.
Средний уровень (50-79%)	Теоретические знания	Обучающийся освоил базовые знания, ориентируется в содержании материала по темам, иногда обращается за помощью к педагогу. Обучающийся заинтересован, но не всегда проявляет устойчивое внимание к выполнению задания.
	Практические умения и навыки	Владеет базовыми навыками и умениями, но не всегда может выполнить самостоятельное задание, затрудняется и просит помощи педагога. В работе допускает небрежность, делает ошибки, но может устранить их после наводящих вопросов или самостоятельно. Может использовать средства вычислительной техники для реализации идеи или выражения отдельных ее сторон. Оценить результаты своей деятельности может с подсказкой педагога.
Низкий уровень (меньше 50%)	Теоретические знания	Владеет минимальными знаниями, ориентируется в содержании материала по темам только с помощью педагога.
	Практические умения и навыки	Владеет минимальными начальными навыками и умениями. Обучающийся способен выполнять каждую операцию только с подсказкой педагога или товарищей. Не всегда правильно применяет необходимый инструмент или не использует вовсе. В работе допускает грубые ошибки, не может их найти даже после указания. Не способен самостоятельно оценить результаты своей работы.

Материалы для проведения входного контроля для базового уровня

Форма проведения: Беседа

Вопросы для проведения беседы:

1. Занимался ли ты раньше в спортивных секциях?
2. Какие виды спортивных игр тебе нравятся?
3. В какую спортивную игру ты играл?

Материал для проведения промежуточного контроля для базового уровня

Форма проведения: спортивные соревнования

Реализуется согласно учебному плану.

Материалы для проведения итогового контроля для базового уровня

Форма проведения: Спортивные соревнования

Участие в спортивных соревнованиях по волейболу и баскетболу.

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение. Освоение дополнительной общеразвивающей программы секции «Волейбол» и «Баскетбол» предполагает наличие спортивного зала. Помещение должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

В спортивном зале должно быть мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по праву, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения дополнительной образовательной программы секции «Волейбол» входят:

Наименование оборудования (инструменты, материалы и приспособления)	Количество
Посадочные места	15
Рабочее место преподавателя	1
Комплект раздаточных материалов по темам занятий	15
Библиотека учебной литературы	1 экземпляр на каждого обучающегося

Перечень технических средств обучения

Наименование технических средств обучения	Количество
Волейбольная сетка	1
Гимнастические стенки	8
Гимнастические скамейки	4
Мячи: волейбольные	15
Жилетки разного цвета	15
Секундомер	1
Скакалки гимнастические	20

Мячи набивные	5
Комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности	1
Баскетбольные фермы со щитами и кольцам	2
Мячи: баскетбольные	15

Информационное обеспечение: предоставлен доступ к информационно-коммуникационным ресурсам, открытым урокам, видео-презентациям в электронном виде, иным информационным ресурсам, посредством доступа к сети «Интернет».

Кадровое обеспечение: занятия проводит педагог дополнительного образования, имеющий необходимое образование, навыки и компетенции.

7. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

Наименование учебно-методических материалов	Количество
Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2020г.	1
Государственная программа Министерства образования и науки РФ	1
Физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2020г.	1
Пустошило Павел Викторович, Булыкина Лариса Владимировна «Волейбол. Основы подготовки, тренировки, судейства» Москва.	1
В.И.Лях «Физическая культура. 10-11 классы». Москва. Просвещение.2021г.	1
Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. / [Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицин, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев].-14-е изд., испр.-М.: Издательский центр «Академия», 2020.-176 с.	1
Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования./А.А. Бишаева.-7-е изд., стер.-М.:Издательский центр «Академия», 2020.-304с.	1
Интернет-ресурсы	1
Официальные правила волейбола. - Режим доступа к библиотеке: http://www.fivb.org	1
Жесты судей. – Режим доступа: https://www.dvorsportinfo.ru	1

ТБ на занятии по спортивным играм (волейбол, баскетбол)

1. Общие требования безопасности.

1.1. К учебно-тренировочным занятиям спортивными играми допускаются лица с 15 лет, имеющие медицинский допуск (справку) и прошедшие инструктаж по охране труда и мерам безопасности.

1.2. Опасные факторы:

- травмы, при выполнении бросков мяча, прыжков без разминки;
 - травмы, при выполнении технических действий защиты и нападения спортсменами разного возраста и физико-технической подготовки;
- 1.3. Спортзал должен быть обеспечен огнетушителем и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

2. Требования безопасности перед началом учебно-тренировочного занятия

2.1. Надеть спортивную форму. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, сережки, браслеты, цепочки и т. д.), волосы должны быть коротко подстрижены.

2.2. Войти в спортзал по разрешению тренера-преподавателя и только с тренером-преподавателем.

2.3. Проверить надежность установки, крепления и целостность оборудования (щитов, ворот, перекладин, стоек и др.).

2.4. Пол должен быть сухим и чистым. Запрещается натирать пол мастикой.

2.5. Все острые и выступающие предметы в зале должны быть закрыты матами или ограждены.

2.6. На отопительных регистрах должна стоять защита.

3. Требования безопасности во время учебно-тренировочного занятия

3.1. Строго соблюдать дисциплину.

3.2. Не выполнять упражнений без заданий тренера-преподавателя.

3.3. Во время тренировочного процесса по свистку тренера-преподавателя все занимающиеся должны прекратить движение.

3.4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) во время разминки и в другие моменты соблюдать достаточные интервалы, во избежание столкновений.

3.5. По окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

3.6. Перемещаясь спиной, смотреть через плечо.

БАСКЕТБОЛ

Ведение мяча

Обучающийся должен:

- выполнять ведение мяча с поднятой головой;
- при изменении направления убедиться, что на пути нет других обучающихся, с которыми может произойти столкновение;
- после выполнения упражнения взять мяч в руки и крепко его держать.

Передача

Обучающийся должен:

- ловить мяч открытыми ладонями, образующими воронку;
- прежде чем выполнить передачу, убедиться, что партнер готов к приему мяча;
- следить за полетом мяча;
- соизмерять силу передачи в зависимости от расстояния до партнера;
- помнить, что нельзя бить мяч ногой, бросать друг в друга.

Бросок

Обучающийся должен:

- выполнять бросок по кольцу способом, указанным тренером-преподавателем;
- при подборе мяча под щитом контролировать отскок мячей других учащихся.

Не рекомендуется:

- толкать учащегося, бросающего мяч в прыжке;
- при броске в движении хвататься за сетки, виснуть на кольцах;
- бить рукой по щиту;
- при попадании в корзину двух и более мячей выбивать их другим мячом;
- бросать мячи в заградительные решетки.

Во время игры обучающийся должен:

- следить за перемещением игроков и мяча на площадке;
- избегать столкновений;
- по свистку прекращать игровые действия.

Нельзя:

- толкать друг друга, ставить подножки, бить по рукам; хватать игроков соперника, задерживать их продвижение;
- широко расставлять ноги и выставлять локти;
- во время броска дразнить соперника, размахивать руками перед его глазами;
- учащемуся, который находится на скамейке запасных, выбегать на площадку.

ВОЛЕЙБОЛ

Передача

Обучающийся должен:

- после подбрасывания мяча над собой отбивать мяч в сторону партнера кончиками пальцев, образуя «сердечко»;
- при приеме следить за полетом мяча, принимать его над головой встречным движением рук на кончики пальцев, а сильно летящий мяч — двумя руками снизу на предплечья;
- не отбивать мяч ладонями;
- во время передач через сетку не трогать ее руками, не толкать друг друга на сетку.

Подача, нападающий удар

Обучающийся должен:

- убедиться, что партнер готов к приему мяча;
- соизмерять силу удара в зависимости от расстояния до партнера;
- выполнять удар по мячу напряженной ладонью;
- не принимать сильно летящий мяч двумя руками сверху.

Во время игры обучающийся должен:

- знать простейшие правила игры и соблюдать их;
- следить за перемещением игроков на своей половине площадки;
- производить замены игроков на площадке, когда игра остановлена и тренер-преподаватель дал разрешение;
- выполнять подачу и прекращать игровые действия по свистку тренера-преподавателя или судьи;
- передавать мяч другой команде передачей под сеткой. При подаче нельзя наступать на линию, а при приеме мяча задерживать его в руках, выполнять передачу захватом.

Нельзя:

- дразнить соперника;
- заходить на его сторону;
- касаться сетки руками и виснуть на ней.

По окончании партии переходите на другую сторону площадки по часовой стрелки, по возможности обходя волейбольные стойки, а проходя под сеткой, не отвлекайтесь, смотрите вперед, наклонив туловище и голову.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При появлении болей, плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить учебно-тренировочное занятие, эвакуировать обучающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить администрации и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании учебно-тренировочного занятия

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

5.2. Вывести обучающихся из зала (тренер-преподаватель выходит последним).

5.3. Принять душ или тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

5.4. Обязательно переодеться в чистую, сухую одежду

ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

Образовательные материалы	
Официальные правила волейбола.	http://www.fivb.org
Жесты судей.	https://www.dvorsportinfo.ru