

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
"Центр детского творчества"
(МАУДО «ЦДТ»)
«Челядьлөн творчество шөрин» содтод тоддом лунсетан муниципальной
асшөрлуна учреждение
("ЧТШ" СТС МАУ)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 3
«30» мая 2023г.


УТВЕРЖДАЮ
Директор
Н.Н. Матухно
«30» мая 2023г.

Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа

«Основы волейбола»

Направленность: физкультурно-спортивная

Базовый уровень

Возраст учащихся: 8-14 лет

Срок реализации: 2 год

Составитель:

педагог дополнительного образования

Мелехова Елена Андреевна

Сыктывкар, 2023

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Основы волейбола» (далее Программа) имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Настоящая программа разработана с учетом:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185;
- Стратегии социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61;
- Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 года N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказа Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);
- Письма Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Устава МАУДО «ЦДТ».

Флагманскими проектами Республики Коми являются «Спорт – норма жизни», «Укрепление общественного здоровья». Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни являются приоритетными направлениями социально-экономического развития РК и г. Сыктывкар. Поэтому программа «Основы волейбола» способствует реализации данной стратегической цели, т.к. занятия по программе являются эффективным средством укрепления здоровья и обучения здоровьесберегающим навыкам, воспитывают потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, сознательном применении их во время тренировки и отдыха.

Актуальность программы. Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время одной из важнейших проблем является сохранение здорового образа жизни нации, поэтому программа направлена на:

- создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и ранней профориентации;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- укрепление психического и физического здоровья детей, в профилактике асоциального поведения и творческой самореализации личности ребенка.

Отличительные особенности Программы.

Программа направлена на раннюю профориентацию. В ходе самостоятельной деятельности учащиеся распределяют амплуа игроков (капитан команды, пасующий, нападающий, либеро и т.д.)

Отличительной особенностью является возможность для деятельности разновозрастных групп учащихся.

Педагогическая целесообразность разработки Программы объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры волейбол для любого возраста;
- возможностью использования физической, специальной и технической базы упражнений данного вида спорта для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств;
- использования игры в волейбол как эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;
- высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Мяч является постоянным источником положительных эмоций, волейбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

Волейбол - командная игра, в процессе занятий учащиеся вовлечены в среду постоянного взаимодействия с партнером, группой, командой. В

процессе освоения Программы у учащихся будут развиваться коммуникативные способности.

Программа имеет **базовый уровень сложности**, так как направлена на формирование устойчивой мотивации к занятиям по волейболу.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте 8-14 лет, желающих приобщиться к занятиям физической культурой и спортом.

Программа рассчитана для учащихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой. К занятиям допускаются дети на основании личного заявления родителей (законных представителей) и справки о допуске к занятиям волейбола.

Объем программы: 432 часа

1 год обучения 216 часов

2 год обучения 216 часов

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 2 года обучения, 18 месяцев, 72 недели.

Форма организации образовательного процесса и виды занятий. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; тестирование; участие в соревнованиях, матчевых встречах.

В период (карантинов, активированных дней) может быть организована очно-заочная форма с использованием дистанционных образовательных технологий. Могут быть использованы Интернет-ресурсы по заданным темам программы. Обучение осуществляется на платформах: ГИС ЭО, социальной сети ВКонтакте.

Режим занятий: Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа или 2 раза в неделю по 3 учебных часа (6 часов в неделю). Исходя, из СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 продолжительность 1 часа занятий для детей возраста 8-14 лет, составляет 40 минут.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: формирование у учащихся устойчивой мотивации к спорту, освоение двигательных умений и навыков через занятия волейболом.

В достижении данной цели программа решает ряд **задач:**

Обучающие:

- формирование базовых знаний о занятии спортом, об общей и специальной физической подготовке, о правилах игры в пионербол, волейбол;

- формирование умений применять различные приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача), упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол;
- создание условий для приобретения опыта и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях.

Развивающие:

- развивать умения соотносить выполненное задание с образцом, предложенным педагогом, оценивать результаты своей работы на занятии;
- развивать умения соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий;
- развивать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Воспитательные:

- способствовать формированию ценностного отношения к своему здоровью;
- способствовать формированию культуры общения и поведения;
- содействовать воспитанию волевых качеств: настойчивости, целеустремлённости, воли к победе.

1 года обучения

Цель: формирование интереса к спорту, общее представление о волейболе, как о виде спорта, развитие физической, технической, тактической подготовки.

Задачи:

Обучающие:

- актуализировать знания о роли спорта в жизни человека, об общей и специальной физической подготовке, о правилах игры в пионербол, волейбол;
- сформировать умение применять приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача), упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол;
- создать условия для получения опыта и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях внутри детского объединения.

Развивающие:

- развивать умения соотносить выполненное задание с образцом, предложенным педагогом, оценивать результаты своей работы на занятии;
- развивать умения соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий.

Воспитательные:

- способствовать формированию ценностного отношения к своему здоровью;
- способствовать формированию культуры общения и поведения.

2 год обучения

Цель: повышение уровня физической, технической, тактической подготовки, повышение соревновательного опыта, спортивных результатов.

Задачи:

Обучающие:

- совершенствовать и углублять знания о роли спорта в жизни человека, об общей и специальной физической подготовке, о правилах игры в пионербол, волейбол;

- развивать и совершенствовать умение применять приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача), упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол;

- создать условия для получения опыта и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях на муниципальном уровне.

Развивающие:

- продолжить развивать умения соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий;

- развивать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Воспитательные:

- продолжить способствовать формированию ценностного отношения к своему здоровью;

- продолжить способствовать формированию культуры общения и поведения;

- содействовать воспитанию волевых качеств: настойчивости, целеустремлённости, воли к победе.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Наименование разделов	Общее кол-во учебных часов	В том числе		Формы аттестации
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2		
2.	Теоретическая подготовка	8	8		
3.	Общая физическая подготовка	48		48	
4.	Специальная физическая подготовка	30		30	
5.	Техническая подготовка	48		48	
6.	Тактическая подготовка	16		16	

7.	Игровая подготовка	24		24	
8.	Педагогический контроль	6		6	Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке
9.	Соревновательная деятельность	4		4	
10.	Воспитательная и досуговая деятельность	12		12	
11.	Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	16		16	
12.	Итоговое занятие	2	1	1	
Всего часов за 36 недель		216	11	205	

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Наименование разделов	Общее кол-во учебных часов	В том числе		Формы аттестации
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2		
2.	Теоретическая подготовка	8	8		
3.	Общая физическая подготовка	36		36	
4.	Специальная физическая подготовка	40		40	
5.	Техническая подготовка	48		48	
6.	Тактическая подготовка	16		16	
7.	Игровая подготовка	24		24	
8.	Педагогический контроль	6		6	Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке
9.	Соревновательная деятельность	6		6	
10.	Воспитательная и досуговая деятельность	12		12	

11.	Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	16		16	
12.	Итоговое занятие	2	1	1	
Всего часов за 36 недель		216	11	205	

1.3.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория: Введение в деятельность. Знакомство детей друг с другом и с педагогом. Содержание образовательной программы, цели и задачи. Знакомство с планом массовых и соревновательных мероприятий на учебный год. Обсуждение правил взаимодействия всех участников образовательного процесса, прав и обязанностей членов детского коллектива. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в спортивном зале. Правила безопасности при занятиях волейболом.

2. Теоретическая подготовка (8 часов)

Теория: Значение теоретической подготовке волейболистов. История возникновения и развития волейбола. Правила игры в волейбол. Основные понятия и терминология в волейболе. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и самоконтроль. Режим дня спортсмена. Значение ОФП в подготовке волейболистов. Жесты судей в волейболе. Волейболисты России. Значение технической и тактической подготовки в волейболе.

3. Общая физическая подготовка (48 часов)

Практика: Упражнения, направленные на развитие физических качеств: силы, быстроты, гибкости, ловкости, выносливости.

Упражнения для развития силы: упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание на перекладине, отжимания в упоре, приседания на одной, двух ногах, переноска и перекладывание груза, лазание по канату, упражнения на гимнастической стенке, упражнения с набивными мячами.

Упражнения для развития быстроты: повторное пробегание отрезков от 10 до 30 м. со старта с максимальной скоростью. Бег с заданием догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) в максимальном темпе

Упражнения для развития гибкости: ОРУ с широкой амплитудой движения, упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой, сложенной вчетверо скакалкой; перешагивания и перепрыгивания. Упражнения на гимнастической стенке, скамейке. Шпагаты: правой, левой; поперечный.

Упражнения для развития ловкости: разнонаправленные движения рук и ног, кувырки назад, вперед, в стороны с места, с разбега, с прыжка;

упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, метание мячей в неподвижную цель, эстафеты типа "полоса препятствий".

Упражнения для развития общей выносливости: равномерный бег до 500 м; кросс до 1; дозированный бег по пересеченной местности от 3 до 10 мин;

4. Специальная физическая подготовка (30 часов)

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

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

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м из различных и.п. (стоя, сидя, лежа) лицом, спиной вперед; бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь; бег за лидером без смены и со сменой направления (с поворотом, зигзагом); бег с остановкой и рывком в любом направлении,

Упражнения для развития прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, на одной ноге на месте и, продвигаясь вперед, в сторону, назад.

Упражнения для развития игровой ловкости: подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырка, рывка, падения, броски мяча в стену, в батут с расстояния до 9 м с последующей ловлей. Ведение мяча с ударом о скамейку. Эстафеты с прыжками и бегом, изменением направления, ловлей, передачей и бросками мяча. Подвижные игры: "салки", "лапта".

Упражнения для развития оптимальной выносливости: многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических действиях с различной интенсивностью и различной продолжительностью (в играх).

5. Техническая подготовка (48 часов)

Практика: Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками и снизу: на месте и после перемещений, передачи над собой и через сетку, передача мяча около стенки, стоя спиной к цели, у сетки, перевод мяча кулаком через сетку. Варианты техники приёмов и передач. Приём мяча, отражённого от сетки. Верхняя подача у стенки, через сетку. Нападающий удар возле стенки и в парах, через сетку.

6. Тактическая подготовка (16 часов)

Практика: Начальные понятия комбинационной игры (расстановка по зонам, обязанности игроков на площадке во время розыгрыша). Индивидуальные действия в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приема – сверху или снизу. Групповые действия в нападении: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3. Групповые действия в защите: взаимодействие игроков зон 1,5 и 6 на приеме подачи. Командные действия в нападении: система игры со второй передачи игроком первой

линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)). Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи.

7. Игровая подготовка (24 часов)

Практика: Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок. Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом. Игры в волейбол по упрощенным правилам.

8. Педагогический контроль (6 часа)

Практика: Входящая диагностика. Сдача нормативов по ОФП. Текущий контроль. Тестирование по ОФП и технической подготовке. Промежуточная аттестация. Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке.

9. Соревновательная деятельность (4 часа)

Практика: Участие в соревнованиях внутри детского объединения.

10. Воспитательная и досуговая деятельность (12 часов)

Практика: Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО ЦДТ. Новогоднее представление ЦДТ. Мероприятия в детском объединении: Новогодние игры, забавы; Конкурсная программа к 23 февраля; Конкурсная программа к 8 марта.

11. Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО) (16 часов)

Практика: Составление расписания дня. Подбор упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий физическими упражнениями в домашних условиях. Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.

12. Итоговое занятие (2 часа)

Практика: Подведение итогов года, самоанализ учащимися своих спортивных результатов. Личные творческие достижения учащихся. Награждение. Составление плана самоподготовки на лето.

2 год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория: Введение в деятельность. Содержание образовательной программы, цели и задачи. Знакомство с планом массовых и соревновательных мероприятий на учебный год. Обсуждение правил взаимодействия всех участников образовательного процесса, прав и обязанностей членов детского коллектива. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в спортивном зале. Правила безопасности при занятиях волейболом.

2. Теоретическая подготовка (8 часов)

Теория: Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире. Значение ОФП в подготовке волейболистов. Жесты судей в волейболе. Волейболисты России. Значение технической и тактической подготовки в волейболе.

3. Общая физическая подготовка (48 часов)

Практика: Упражнения, направленные на развитие физических качеств: силы, быстроты, гибкости, ловкости, выносливости.

Упражнения для развития силы: упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание на перекладине, отжимания в упоре, приседания на одной, двух ногах, переноска и перекладывание груза, лазание по канату, упражнения на гимнастической стенке, упражнения с набивными мячами.

Упражнения для развития быстроты: повторное пробегание отрезков от 10 до 30 м. со старта с максимальной скоростью. Бег с заданием догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений (ОРУ) в максимальном темпе

Упражнения для развития гибкости: ОРУ с широкой амплитудой движения, упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой, сложенной вчетверо скакалкой; перешагивания и перепрыгивания. Упражнения на гимнастической стенке, скамейке. Шпагаты: правой, левой; поперечный.

Упражнения для развития ловкости: разнонаправленные движения рук и ног, кувырки назад, вперед, в стороны с места, с разбега, с прыжка; упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, метание мячей в неподвижную цель, эстафеты типа "полоса препятствий".

Упражнения для развития общей выносливости: равномерный бег до 500 м; кросс до 1; дозированный бег по пересеченной местности от 3 до 10 мин;

4. Специальная физическая подготовка (30 часов)

Практика: Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча, при выполнении подач и нападающих ударов. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму).

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

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 20 м из различных и.п. (стоя, сидя, лежа) лицом, спиной вперед; бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь;

бег за лидером без смены и со сменой направления (с поворотом, зигзагом); бег с остановкой и рывком в любом направлении,

Упражнения для развития прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, на одной ноге на месте и, продвигаясь вперед, в сторону, назад.

Упражнения для развития игровой ловкости: подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырка, рывка, падения, броски мяча в стену, в батут с расстояния до 9 м с последующей ловлей. Ведение мяча с ударом о скамейку. Эстафеты с прыжками и бегом, изменением направления, ловлей, передачей и бросками мяча. Подвижные игры: "салки", "лапта".

Упражнения для развития оптимальной выносливости: многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических действиях с различной интенсивностью и различной продолжительностью (в играх).

5. Техническая подготовка (48 часов)

Практика: Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками и снизу: на месте и после перемещений, передачи над собой и через сетку, передача мяча около стенки, стоя спиной к цели, у сетки, перевод мяча кулаком через сетку. Совершенствование вариантов техник приёмов и передач. Совершенствование верхней подач через сетку. Нападающий удар через сетку и в прыжке. Блокирование нападающего удара.

6. Тактическая подготовка (16 часов)

Практика: Совершенствование индивидуальных действий в защите: выбор места при приеме подачи, выбор способа приема – сверху или снизу. Совершенствование групповых действий в нападении: взаимодействие игроков зон передней и задней линии с игроком зоны 3(2). Совершенствование групповых действия в защите: взаимодействие игроков задней и передней линии на приеме подачи, при нападающем ударе, скидке. Совершенствование командных действий в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)). Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, нападающем ударе, скидке.

7. Игровая подготовка (24 часов)

Практика: Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок. Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом. Игры в волейбол.

8. Педагогический контроль (6 часа)

Практика: Входящая диагностика. Сдача нормативов по ОФП. Текущий контроль. Тестирование по ОФП и технической подготовке. Промежуточная аттестация. Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке.

9. Соревновательная деятельность (4 часа)

Практика: Участие в соревнованиях внутри детского объединения и на

муниципальном уровне.

10. Воспитательная и досуговая деятельность (12 часов)

Практика: Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО ЦДТ. Новогоднее представление ЦДТ. Мероприятия в детском объединении: Новогодние игры, забавы; Конкурсная программа к 23 февраля; Конкурсная программа к 8 марта.

11. Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО) (16 часов)

Практика: Составление расписания дня. Подбор упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий физическими упражнениями в домашних условиях. Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.

12. Итоговое занятие (2 часа)

Теория: Подведение итогов года, самоанализ учащимися своих спортивных результатов.

Практика: Личные творческие достижения учащихся. Награждение. Составление плана самоподготовки на лето.

1.4. Планируемые результаты реализации Программы

В результате изучения данного курса у учащихся будут сформирована следующая группа результатов.

Предметные результаты

Учащиеся приобретут знания:

- о роли спорта в жизни человека;
- общей и специальной физической подготовке,
- о правилах игры в пионербол, волейбол.

Учащийся будет:

- применять различные приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача);
- применять упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол
- иметь опыт и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Учащийся научится:

- соотносить результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом;
- соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий,
- планировать свою деятельность в ходе занятий.

Познавательные УУД:

Учащийся научится:

- самостоятельно анализировать, сравнивать, группировать информацию;
- находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия;
- передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде;
- планировать свою работу по овладению двигательными навыками.

Коммуникативные УУД:

Учащийся научится:

- участвовать в диалоге с другими учащимися, педагогом;
- оформлять свои мысли и высказывать их в доступной для всех форме;
- отвечать на вопросы по теме в выбранном виде деятельности;
- слушать и понимать педагога и других учащихся;
- высказывать аргументированное мнение.

Личностные результаты:

У учащегося:

- будут проявляться волевые качества: настойчивости, целеустремлённости, воли к победе;
- будет сформировано ценностное отношение к своему здоровью;
- будет сформирована культура общения и поведения.

1 год обучения

Предметные результаты

Учащиеся приобретут первичные знания:

- о роли спорта в жизни человека;
- об общей и специальной физической подготовке,
- правилах игры в пионербол, волейбол;

Учащийся будет:

- применять различные приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача);
- применять упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол
- иметь опыт и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях внутри детского объединения.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- соотносить результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом;
- соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий,

Познавательные УУД:

Учащийся научится:

- находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия;

- передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде;

Коммуникативные УУД:

Учащийся научится:

- участвовать в диалоге с другими учащимися, педагогом;
- отвечать на вопросы по теме в выбранном виде деятельности;
- слушать и понимать педагога и других учащихся;

Личностные результаты:

У учащегося:

- будет сформировано ценностное отношение к своему здоровью;
- будет сформирована культура общения и поведения.

2 год обучения

Предметные результаты

Учащиеся углубят знания:

- о роли спорта в жизни человека;
- об общей и специальной физической подготовке,
- о правилах игры в пионербол, волейбол;

Учащийся будет:

- применять различные приёмы и техники владения мячом (верхняя передача, нижняя передача, нападающий удар, подача);
- применять упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в играх пионербол и волейбол
- иметь опыт и достижения стабильности выступления на спортивных соревнованиях внутри детского объединения.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Учащийся научится:

- соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий,
- планировать свою деятельность в ходе занятий.

Познавательные УУД:

Учащийся научится:

- самостоятельно анализировать, сравнивать, группировать информацию;
- находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия;
- передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде;
- планировать свою работу по овладению двигательными навыками.

Коммуникативные УУД:

Учащийся научится:

- оформлять свои мысли и высказывать их в доступной для всех форме;
- высказывать аргументированное мнение.

Личностные результаты:

У учащегося:

- будут проявляться волевые качества: настойчивости, целеустремлённости, воли к победе;
- будет сформировано ценностное отношение к своему здоровью;
- будет сформирована культура общения и поведения.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение.

Занятия по Программе проводятся на базе МАОУ «СОШ № 30» г. Сыктывкара. Занятия организуются в спортивных залах, имеющих разметку для игры в волейбол, соответствующих требованиям СП и техники безопасности.

Необходимым условием учебно-тренировочных занятий с юными волейболистами является использование спортивного оборудования и инвентаря, отвечающего их возрасту и физическому развитию. Это позволяет вести совершенствование приёмов и действий с первых шагов обучения, в режиме, близком к соревновательному.

В спортивных залах имеется спортивное оборудование и инвентарь:

- волейбольный мяч – 6 шт.;
- волейбольная стойка – 1 шт.
- шведская стенка – 1 шт.
- турник – 1 шт.
- баскетбольные кольца – 6 шт.
- гимнастические маты – 4 шт.
- спортивная скамья – 2 шт.

Информационно-методическое обеспечение

Интернет ресурсы:

<https://volley.ru> - Всероссийская федерация волейбола

<http://alvs11.ru> - Федерация волейбола в г. Сыктывкара

2.2. Методы и технологии обучения и воспитания

В учебно-воспитательном процессе используются элементы педагогических технологий: технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающие технологии.

Формы учебной работы: фронтальный, индивидуальный, групповой, в парах. При групповой форме проведения учебных занятий имеются хорошие условия для создания соревновательного микроклимата в процессе занятий, взаимопомощи учащихся при выполнении упражнений. При индивидуальной форме занимающиеся получают задание и выполняют его самостоятельно, при этом сохраняются оптимальные условия для индивидуального дозирования нагрузки, воспитания у учащихся самостоятельности,

творческого подхода к занятиям. При фронтальной форме группа учащихся одновременно выполняет одни и те же упражнения. В этом случае педагог имеет возможность осуществлять общее руководство группой и индивидуальный подход к каждому занимающемуся.

Методы обучения: словесный - устное изложение, беседа; наглядный - демонстрация педагогом действия; наблюдение; практический - тренировочные упражнения.

Структура занятия. Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

Задачи подготовительной части:

1. Организовать группу.
2. Поставить цель и задачи занятия.
3. Активизировать внимание учащихся, создать бодрое и рабочее настроение.
4. Подготовить организм учащихся к выполнению основных упражнений занятия, а также повысить функциональные возможности организма. Количество, дозировка и разнообразие упражнений варьируется в течение учебного года. Так при выполнении различных упражнений в подготовительном периоде главное внимание уделяется точности положений тела, рук, ног, головы, амплитуде движений, умению выполнять упражнения в различном темпе.

Задачи основной части: В этой части занятия решаются ее главные задачи: развитие двигательных качеств; изучение технических элементов и тактических приемов в волейбол. Перечисленные задачи взаимосвязаны и должны решаться на каждом занятии. Средствами основной части занятия являются разнообразные упражнения: бег, прыжки, работа с мячом (индивидуальная, в парах, тройках).

Задачи заключительной части: В заключительной части занятия необходимо постепенно снижать физическую нагрузку, чтобы обеспечить нормальный переход учащихся к иной деятельности или отдыху. Средствами, способствующими решению этих задач, являются упражнения на осанку, на расслабление, дыхательные упражнения. Завершается занятие подведением итогов.

Соревновательная деятельность - одно из главных направлений спортивной подготовки волейболиста, являясь комплексным показателем всей работы спортсмена и его педагога. Поэтому соревновательной деятельности отводится достаточно много времени и процентного соотношения как в классификации средств подготовки волейболиста, так и в общей системе подготовки.

2.3. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Определение уровня освоения Программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации МАУДО «ЦДТ».

Для определения фактического состояния образовательного уровня

проводится промежуточная аттестация.

Цель промежуточной аттестации – выявление уровня развития способностей учащихся и их соответствия с прогнозируемым результатом программы. В целях определения результатов и качества освоения программы необходима система мониторинга, то есть систематического контроля уровня знаний, умений, навыков и компетентностей учащихся.

Система контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения программы и внести своевременно коррективы. Результаты диагностики качества освоения программы вносятся в протоколы промежуточной аттестации.

**Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости
1 год обучения**

Виды аттестации, сроки проведения	Цель	Содержание	Форма проведения	КИМ
Входящая диагностика. Сентябрь	Определить исходный уровень физической подготовленности учащихся	Определение уровня общей физической подготовки	Сдача нормативов по ОФП	Контрольные нормативы
Текущий контроль. Январь-февраль	Определить уровень приобретенных умений и навыков	Определение уровня общей физической подготовки и технической подготовки	Сдача нормативов по ОФП и технической подготовки	Контрольные нормативы
Промежуточная аттестация. Апрель	Определить уровень освоения программы 1 г.о	Определение теоретических знаний и уровня общей физической подготовки и технической подготовки.	Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке	Контрольные нормативы

Описание контрольно-измерительных материалов программы

Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Вид аттестации
Определение исходного уровня подготовки учащихся	Сдача нормативов по ОФП	Оценка общей физической подготовки учащихся	Самостоятельное выполнение общефизических упражнений в соответствии с контрольными нормативами	Высокий Средний Низкий	Входящая диагностика.
Определить уровень приобретенных умений и навыков	Сдача нормативов по ОФП и технической подготовке.	Проверка освоения знания техник выполнения изученных упражнений, умения применять полученные знания при	Выполнение определенных двигательных действий, упражнений общей физической подготовки и технической подготовки.	Высокий Средний Низкий	Текущий контроль

		выполнении упражнений.			
Определение уровня освоения образовательной программы 1 г.о.	Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке	Оценка теоретических знаний, практических умений, уровня физического развития	Знание способов укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни. Знание терминологии, правил волейбола и выполнения базовых упражнений. Выполнение определенных двигательных действий, упражнений ОФП и технической подготовки.	Высокий Средний Низкий	Промежуточная аттестация

**Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости
2 год обучения**

Виды аттестации, сроки проведения	Цель	Содержани	Форма проведения	КИМ
Входящая диагностика. Сентябрь	Определить исходный уровень подготовки учащихся на начало 2 года обучения	Выявление остаточных знаний и умений освоения дополнительной образовательной программы «Основы волейбола» 1-ый год обучения.	Сдача нормативов по ОФП и технической подготовке.	Контрольные нормативы
Текущий контроль. Январь-февраль	Определить динамику развития умений и навыков	Определение уровня общей физической подготовки и технической подготовки	Сдача нормативов по ОФП и технической подготовки	Контрольные нормативы
Промежуточная аттестация. Апрель	Определить уровень освоения программы 2-го года обучения	Определение теоретических знаний и уровня ОФП и технической подготовки.	Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке	Контрольные нормативы

Описание контрольно-измерительных материалов программы

№ п/п	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оцениван ия	Вид аттестации
	Определение исходного уровня подготовки учащихся на начало учебного года	Сдача нормативов по ОФП и СФП	Оценка общей физической подготовки учащихся и технической подготовки.	Самостоятельное выполнение общефизических упражнений в соответствии с контрольными нормативами. Выполнение нормативов по технической подготовке.	Высокий Средний Низкий	Текущий контроль. Входящая диагностика.
2.	Определение уровня освоения образовательной программы 2-го года обучения	Тестирование по теоретической , физической и технической подготовке	Оценка теоретических знаний, практических умений, уровня физического развития	Знание способов укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни. Знание терминологии, правил волейбола и выполнения базовых упражнений. Выполнение определенных двигательных действий, упражнений ОФП и СФП.	Высокий Средний Низкий	Промежуточ ная аттестация

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

3.1. Нормативно – правовые документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Стратегия социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185;
3. Стратегия социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61;
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
6. Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 года N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);
11. Письмо Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
12. Устав МАУДО «ЦДТ».

3.2. Литература для педагогов:

1. Азбука спорта. Л.В. Козырева «Физкультура и спорт», 2003г.
2. Конвенция о правах ребёнка. - М.: КНОРУС, 2011г. - 32с.
3. Костикова Л.В., Подвижные игры, изд-во АСТ, 2002 г., - 130 с.;
4. Марков К.К. Руководство тренер-педагог и психолог. Иркутск, 2009г.
5. Общая педагогика физической культуры и спорта, М.: ИД «Форум», 2007г.

6. Ю.П.Пузырь, А. Н. Тяпин, В.П. Щербаков. Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования. Центр школьная книга М., 2003г.

7. Проект концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года) <https://clck.ru/RE9tR>

3.3. Литература для учащихся:

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С. Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.

2. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.

3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 1982.

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

4.1. Календарно-тематическое планирование 1 год обучения

№	Дата	Раздел	Темы занятий	Всего	Т	П
1-2		Вводное занятие	Тема 1.1 Введение в деятельность	2	2	
3-4		ОФП	Тема 3.1 Упражнения для развития гибкости.	2		2
5-6		ОФП	Тема 3.2 Упражнения для развития быстроты.	2		2
7-8		ОФП	Тема 3.3 Упражнения для развития силы.	2		2
9-10		ОФП	Тема 3.4 Упражнения для развития ловкости.	2		2
11-12		ОФП	Тема 3.5 Упражнения для развития выносливости.	2		2
13-14		ОФП	Тема 3.6 Упражнения для развития различных групп мышц.	2		2
15-16		Педагогический контроль	Тема 8.1 Входящая диагностика. Сдача нормативов по ОФП.	2		2
17-18		Теоретическая подготовка	Тема 2.1 Значение теоретической подготовке волейболистов. История возникновения и развития волейбола. Правила игры в волейбол.	2	2	
19-20		Теоретическая подготовка	Тема 2.2 Основные понятия и терминология в волейболе. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и самоконтроль. Режим дня спортсмена.	2	2	
21-22		СФП	Тема 4.1 Развитие специальной гибкости.	2		2
23-24		СФП	Тема 4.2 Развитие специальной	2		2

			быстроты.			
25-26		СФП	Тема 4.3 Развитие специальной силы.	2		2
27-28		СФП	Тема 4.4 Развитие специальной ловкости.	2		2
29-30		СФП	Тема 4.5 Развитие специальной выносливости.	2		2
31-32		Техническая подготовка	Тема 5.1 Стойки и перемещения игрока.	2		2
33-34		Техническая подготовка	Тема 5.2 Передача мяча двумя руками сверху.	2		2
35-36		Техническая подготовка	Тема 5.3 Прием мяча снизу двумя руками.	2		2
37-38		Техническая подготовка	Тема 5.4 Подача мяча.	2		2
39-40		Техническая подготовка	Тема 5.5 Нападающий удар.	2		2
41-42		Техническая подготовка	Тема 5.6 Защитные действия (блоки, страховки).	2		2
43-44		Теоретическая подготовка	Тема 2.3 Значение ОФП в подготовке волейболистов. Жесты судей в волейболе. Волейболисты России.	2	2	
45-46		Теоретическая подготовка	Тема 2.4 Значение технической и тактической подготовки в волейболе.	2	2	
47-48		ОФП	Тема 3.1 Упражнения для развития гибкости.	2		2
49-50		ОФП	Тема 3.2 Упражнения для развития быстроты.	2		2
51-52		ОФП	Тема 3.3 Упражнения для развития силы.	2		2
53-54		ОФП	Тема 3.4 Упражнения для развития ловкости.	2		2
55-56		ОФП	Тема 3.5 Упражнения для развития выносливости.	2		2
57-58		ОФП	Тема 3.6 Упражнения для развития различных групп мышц.	2		2
59-60		СФП	Тема 4.1 Развитие специальной гибкости.	2		2
61-62		СФП	Тема 4.2 Развитие специальной быстроты.	2		2
63-64		СФП	Тема 4.3 Развитие специальной силы.	2		2
65-66		СФП	Тема 4.4 Развитие специальной ловкости.	2		2

67-68		СФП	Тема 4.5 Развитие специальной выносливости.	2		2
69-70		Техническая подготовка	Тема 5.1 Стойки и перемещения игрока.	2		2
71-72		Техническая подготовка	Тема 5.2 Передача мяча двумя руками сверху.	2		2
73-74		Техническая подготовка	Тема 5.3 Прием мяча снизу двумя руками.	2		2
75-76		Техническая подготовка	Тема 5.4 Подача мяча.	2		2
77-78		Техническая подготовка	Тема 5.5 Нападающий удар.	2		2
79-80		Техническая подготовка	Тема 5.6 Защитные действия (блоки, страховки).	2		2
81-82		Тактическая подготовка	Тема 6.1 Тактика нападения.	2		2
83-84		Тактическая подготовка	Тема 6.2 Тактика защиты.	2		2
85-86		Тактическая подготовка	Тема 6.3 Индивидуальная тактика защиты и нападения.	2		2
87-88		Тактическая подготовка	Тема 6.4 Командная тактика защиты и нападения	2		2
89-90		ОФП	Тема 3.1 Упражнения для развития гибкости.	2		2
91-92		ОФП	Тема 3.2 Упражнения для развития быстроты.	2		2
93-94		ОФП	Тема 3.3 Упражнения для развития силы.	2		2
95-96		ОФП	Тема 3.4 Упражнения для развития ловкости.	2		2
97-98		ОФП	Тема 3.5 Упражнения для развития выносливости.	2		2
99-100		ОФП	Тема 3.6 Упражнения для развития различных групп мышц.	2		2
101-102		Педагогический контроль	Тема 8.2 Текущий контроль. Тестирование по ОФП и технической подготовки.	2		2
103-104		СФП	Тема 4.1 Развитие специальной гибкости.	2		2
105-106		СФП	Тема 4.2 Развитие специальной быстроты.	2		2
107-108		СФП	Тема 4.3 Развитие специальной силы.	2		2
109-110		СФП	Тема 4.4 Развитие специальной ловкости.	2		2
111-		СФП	Тема 4.5 Развитие специальной	2		2

112			выносливости.			
113-114		Техническая подготовка	Тема 5.1 Стойки и перемещения игрока.	2		2
115-116		Техническая подготовка	Тема 5.2 Передача мяча двумя руками сверху.	2		2
117-118		Техническая подготовка	Тема 5.3 Прием мяча снизу двумя руками.	2		2
119-120		Техническая подготовка	Тема 5.4 Подача мяча.	2		2
121-122		Техническая подготовка	Тема 5.5 Нападающий удар.	2		2
123-124		Техническая подготовка	Тема 5.6 Защитные действия (блоки, страховки).	2		2
125-126		Тактическая подготовка	Тема 6.1 Тактика нападения.	2		2
127-128		Тактическая подготовка	Тема 6.2 Тактика защиты.	2		2
129-130		Тактическая подготовка	Тема 6.3 Индивидуальная тактика защиты и нападения.	2		2
131-132		Тактическая подготовка	Тема 6.4 Командная тактика защиты и нападения	2		2
133-134		ОФП	Тема 3.1 Упражнения для развития гибкости.	2		2
135-136		ОФП	Тема 3.2 Упражнения для развития быстроты.	2		2
137-138		ОФП	Тема 3.3 Упражнения для развития силы.	2		2
139-140		ОФП	Тема 3.4 Упражнения для развития ловкости.	2		2
141-142		ОФП	Тема 3.5 Упражнения для развития выносливости.	2		2
143-144		ОФП	Тема 3.6 Упражнения для развития различных групп мышц.	2		2
145-146		Техническая подготовка	Тема 5.1 Стойки и перемещения игрока.	2		2
147-148		Техническая подготовка	Тема 5.2 Передача мяча двумя руками сверху.	2		2
149-150		Техническая подготовка	Тема 5.3 Прием мяча снизу двумя руками.	2		2
151-152		Техническая подготовка	Тема 5.4 Подача мяча.	2		2
153-154		Техническая подготовка	Тема 5.5 Нападающий удар.	2		2
155-156		Техническая подготовка	Тема 5.6 Защитные действия (блоки, страховки).	2		2
157-		Педагогический	Тема 8.3 Промежуточная	2		2

158		контроль	аттестация. Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке.			
159-160		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
161-162		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
163-164		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
165-166		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
167-168		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
169-170		Игровая подготовка	Тема 7.1 Игра в пионербол двумя мячами.	2		2
171-172		Игровая подготовка	Тема 7.2 Игра в пионербол одним мячом.	2		2
173-174		Игровая подготовка	Тема 7.2 Игра в пионербол одним мячом.	2		2
175-176		Игровая подготовка	Тема 7.2 Игра в пионербол одним мячом.	2		2
177-178		Игровая подготовка	Тема 7.2 Игра в пионербол одним мячом.	2		2
179-180		Игровая подготовка	Тема 7.3 Игра в волейбол по упрощенными правилами.	2		2
181-182		Игровая подготовка	Тема 7.3 Игра в волейбол по упрощенными правилами.	2		2
183-184		Соревновательная деятельность	Тема 9.1 Соревновательная этика. Символика РФ и РК (герб, флаг, гимн). Участие в соревнованиях на уровне «ЦДТ».	2		2
185-186		Соревновательная деятельность	Тема 9.1 Соревновательная этика. Символика РФ и РК (герб, флаг, гимн). Участие в соревнованиях на уровне «ЦДТ».	2		2
187-188		Воспитательная и досуговая деятельность	Тема 10.1 Посещение мероприятий ЦДТ. Выход на лыжах.	2		2
189-190		Воспитательная и досуговая деятельность	Тема 10.1 Посещение мероприятий ЦДТ. Выход на лыжах.	2		2
191-192		Воспитательная и досуговая деятельность	Тема 10.1 Посещение мероприятий ЦДТ. Выход на лыжах.	2		2
193-194		Воспитательная и досуговая	Тема 10.2 Посещение тренировок и соревнований с участие	2		2

		деятельность	ведущих волейболистов Сыктывкара и РК.			
195-196		Воспитательная и досуговая деятельность	Тема 10.2 Посещение тренировок и соревнований с участие ведущих волейболистов Сыктывкара и РК.	2		2
197-198		Воспитательная и досуговая деятельность	Тема 10.2 Посещение тренировок и соревнований с участие ведущих волейболистов Сыктывкара и РК.	2		2
199-200		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.1 Выполнение комплекса упражнений №1	2		2
201-202		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.1 Выполнение комплекса упражнений №1	2		2
203-204		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.1 Выполнение комплекса упражнений №1	2		2
205-206		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.2 Выполнение комплекса упражнений №2	2		2
207-208		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.2 Выполнение комплекса упражнений №2	2		2
209-210		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.2 Выполнение комплекса упражнений №2	2		2
221-212		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 11.3 Выполнение комплекса упражнений №3	2		2
213-214		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Тема 10.3 Выполнение комплекса упражнений №3	2		2
215-216		Итоговое занятие	Тема 12.1 Практика. Итоговые соревнования по волейболу. Тема 12.2 Подведение итогов работы за год. Рекомендации по самостоятельной работе в летние	2	1	1

			каникулы. Рекомендации по преемственности в продолжение обучения.			
Всего:				216	11	205

2 год обучения

№	Дата	Раздел	Темы занятий	Всего	Т	П
1		Вводное занятие	Введение в деятельность. Содержание образовательной программы, цели и задачи. Знакомство с планом массовых и соревновательных мероприятий на учебный год.	1	1	
2		Вводное занятие	Обсуждение правил взаимодействия всех участников образовательного процесса, прав и обязанностей членов детского коллектива. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в спортивном зале. Правила безопасности при занятиях волейболом.	1	1	
3-4		Теоретическая подготовка	Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом.	2	2	
5-6		Теоретическая подготовка	Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире. Волейболисты России.	2	2	
7-8		Теоретическая подготовка	Значение ОФП в подготовке волейболистов. Значение технической и тактической подготовки в волейболе.	2	2	
9-10		Теоретическая подготовка	Жесты судей в волейболе.	2	2	
11-12		ОФП	Упражнения для развития силы.	2		2
13-14		ОФП	Упражнения для развития силы.	2		2
15-16		ОФП	Упражнения для развития силы.	2		2
17-18		ОФП	Упражнения для развития быстроты.			
19-20		ОФП	Упражнения для развития быстроты.	2		2
21-22		ОФП	Упражнения для развития быстроты.	2		2
23-24		ОФП	Упражнения для развития	2		2

			гибкости.			
25-26		ОФП	Упражнения для развития гибкости.	2		2
27-28		ОФП	Упражнения для развития гибкости.	2		2
29-30		ОФП	Упражнения для развития гибкости.	2		2
31-32		ОФП	Упражнения для развития ловкости.	2		2
33-34		ОФП	Упражнения для развития ловкости.	2		2
35-36		ОФП	Упражнения для развития ловкости.	2		2
37-38		ОФП	Упражнения для развития ловкости.	2		2
39-40		ОФП	Упражнения для развития общей выносливости.	2		2
41-42		ОФП	Упражнения для развития общей выносливости.	2		2
43-44		ОФП	Упражнения для развития общей выносливости.	2		2
45-46		ОФП	Упражнения для развития общей выносливости.	2		2
47-48		СФП	Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.	2		2
49-50		СФП	Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.	2		2
51-52		СФП	Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые	2		2

			участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.			
53-54		СФП	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча, при выполнении подач и нападающих ударов.	2		2
55-56		СФП	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча, при выполнении подач и нападающих ударов.	2		2
57-58		СФП	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча, при выполнении подач и нападающих ударов.	2		2
59-60		СФП	Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму).	2		2
61-62		СФП	Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму).	2		2
63-64		СФП	Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений,	2		2

			способностей к согласованию движений и ритму).			
65-66		СФП	Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.	2		2
67-68		СФП	Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.	2		2
69-70		СФП	Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.	2		2
71-72		СФП	Упражнения для развития прыгучести.	2		2
73-74		СФП	Упражнения для развития прыгучести.	2		2
75-76		СФП	Упражнения для развития прыгучести.	2		2
77-78		СФП	Упражнения для развития прыгучести.	2		2
79-80		СФП	Упражнения для развития оптимальной выносливости.	2		2
81-82		СФП	Упражнения для развития оптимальной выносливости.	2		2
83-84		СФП	Упражнения для развития оптимальной выносливости.	2		2
85-86		СФП	Упражнения для развития оптимальной выносливости.	2		2
87-88		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками на месте.	2		2
89-90		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками после перемещений.	2		2
91-92		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками над собой.	2		2
93-94		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками через сетку.	2		2
95-96		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками около стенки.	2		2
97-98		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели.	2		2
99-100		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками у сетки.	2		2
101-102		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу на	2		2

			месте.			
103-104		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу после перемещений.	2		2
105-106		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу над собой.	2		2
107-108		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу передачи над собой и через сетку.	2		2
109-110		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу передача мяча около стенки.	2		2
111-112		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу стоя спиной к цели.	2		2
113-114		Техническая подготовка	Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу у сетки.	2		2
115-116		Техническая подготовка	Перевод мяча кулаком через сетку	2		2
117-118		Техническая подготовка	Перевод мяча кулаком через сетку	2		2
119-120		Техническая подготовка	Совершенствование вариантов техник приёмов и передач.	2		2
121-122		Техническая подготовка	Совершенствование вариантов техник приёмов и передач.	2		2
123-124		Техническая подготовка	Совершенствование верхней подач через сетку.	2		2
125-126		Техническая подготовка	Совершенствование верхней подач через сетку.	2		2
127-128		Техническая подготовка	Нападающий удар через сетку и в прыжке.	2		2
129-130		Техническая подготовка	Нападающий удар через сетку и в прыжке.	2		2
131-132		Техническая подготовка	Блокирование нападающего удара.	2		2
133-134		Техническая подготовка	Блокирование нападающего удара.	2		2
135-136		Тактическая подготовка	Совершенствование индивидуальных действий в защите: выбор места при приеме подачи.	2		2
137-138		Тактическая подготовка	Совершенствование индивидуальных действий в защите: выбор способа приема – сверху или снизу.	2		2

139-140		Тактическая подготовка	Совершенствование групповых действий в нападении: взаимодействие игроков зон передней и задней линии с игроком зоны 3(2).	2		2
141-142		Тактическая подготовка	Совершенствование групповых действия в защите: взаимодействие игроков задней и передней линии на приеме подачи, при нападающем ударе, скидке.	2		2
143-144		Тактическая подготовка	Совершенствование командных действий в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)).	2		2
145-146		Тактическая подготовка	Совершенствование командных действий в нападении: система игры со второй передачи игроком первой линии (прием, передача в зону 3 (2), передача в зону 4 (2)).	2		2
147-148		Тактическая подготовка	Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, нападающем ударе, скидке.	2		2
149-150		Тактическая подготовка	Командные действия в защите: расположение игроков на приеме подачи, нападающем ударе, скидке.	2		2
151-152		Игровая подготовка	Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок.	2		2
153-154		Игровая подготовка	Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок.	2		2
155-156		Игровая подготовка	Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок.	2		2
157-158		Игровая подготовка	Закрепление технико-тактических действий, усвоенных в процессе тренировок.	2		2
159-160		Игровая подготовка	Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом.	2		2
161-162		Игровая подготовка	Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом.	2		2

163-164		Игровая подготовка	Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом.	2		2
165-166		Игровая подготовка	Двухсторонние контрольные игры по пионерболу с двумя мячами, с одним мячом.	2		2
167-168		Игровая подготовка	Игры в волейбол.	2		2
169-170		Игровая подготовка	Игры в волейбол.	2		2
171-172		Игровая подготовка	Игры в волейбол.	2		2
173-174		Игровая подготовка	Игры в волейбол.	2		2
175-176		Педагогический контроль	Входящая диагностика. Сдача нормативов по ОФП.	2		2
177-178		Педагогический контроль	Текущий контроль. Тестирование по ОФП и технической подготовке.	2		2
179-180		Педагогический контроль	Промежуточная аттестация. Тестирование по теоретической, физической и технической подготовке.	2		2
181-182		Соревновательная деятельность	Участие в соревнованиях внутри детского объединения и на муниципальном уровне.	2		2
183-184		Соревновательная деятельность	Участие в соревнованиях внутри детского объединения и на муниципальном уровне.	2		2
185-186		Воспитательная и досуговая деятельность	Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО ЦДТ.	2		2
187-188		Воспитательная и досуговая деятельность	Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО ЦДТ.	2		2
189-190		Воспитательная и досуговая деятельность	Новогоднее представление ЦДТ.	2		2
191-192		Воспитательная и досуговая деятельность	Мероприятия в детском объединении: Новогодние игры, забавы.	2		2
193-194		Воспитательная и досуговая	Мероприятия в детском объединении: конкурсная	2		2

		деятельность	программа к 23 февраля.			
195-196		Воспитательная и досуговая деятельность	Мероприятия в детском объединении: конкурсная программа к 8 марта.	2		2
197-198		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Составление распорядка дня.	2		2
199-200		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Составление распорядка дня.	2		2
201-202		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Подбор упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий физическими упражнениями в домашних условиях.	2		2
203-204		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Подбор упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий физическими упражнениями в домашних условиях.	2		2
205-206		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.	2		2
207-208		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.	2		2
209-210		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.	2		2
221-212		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.	2		2
213-214		Самостоятельная работа (с применением ДОТ и ЭО)	Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств.	2		2
215		Итоговое занятие	Подведение итогов года, самоанализ учащимися своих спортивных результатов.	1	1	
216		Итоговое занятие	Личные творческие достижения учащихся.	1		1

			Награждение. Составление плана самоподготовки на лето.			
Всего:				216	11	205

4.2. Контрольно-измерительные материалы к дополнительной общеобразовательной – дополнительной общеразвивающей программе «основы волейбола»

Приложение 1

Входящая диагностика

Входящая диагностика проводится с целью определения уровня развития учащегося. Форма проведения - сдача нормативов по ОФП

Результаты учащихся фиксируются для сравнительного анализа по итогам текущего контроля и промежуточной аттестации в конце учебного года.

возраст	баллы	ОФП					
		Челночный бег 3*10 м		Отжимания	Подтягивание в висе лежа	Прыжок в длину с места	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
8	3балла	6.2	6.9	17	10	155	130
	2балла	6.3	7.0	12	6	145	120
	1балл	6.4	7.2	7	2	135	110
9	3балла	6.1	6.7	21	12	160	135
	2балла	6.2	6.8	16	8	150	125
	1балл	6.3	7.0	11	4	140	115
10	3балла	6.0	6.5	23	14	165	145
	2балла	6.1	6.7	18	10	155	135
	1балл	6.2	6.9	13	6	145	125
11	3балла	5.9	6.3	25	16	170	155
	2балла	6.0	6.4	20	12	160	145
	1балл	6.1	6.7	15	8	150	135
12	3балла	5.8	6.1	28	18	175	165
	2балла	5.9	6.3	23	14	165	155
	1балл	6.0	6.5	18	10	155	145
13	3балла	5.7	5.9	32	20	180	175
	2балла	5.8	6.1	27	16	170	165
	1балл	5.9	6.3	22	12	160	155
14	3балла	5.6	5.8	37	22	190	185
	2балла	5.7	5.9	32	18	180	175
	1балл	5.8	6.1	27	14	170	165

8-9 баллов – высокий уровень

5-7 баллов – средний уровень

0-4 баллов – низкий уровень

Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация учащихся проходит в **форме тестирования по теоретической, физической и технической подготовке**: выполнение тестовых заданий по теоретической подготовке и сдачи нормативов (демонстрация технических навыков).

возраст	уровень	Техническая подготовка									
		Передача мяча сверху над собой		Передача мяча снизу над собой		Подача мяча в площадку из 10 подач		Передача мяча сверху 1 метр от стены		Передача мяча в парах (5-6 м) без потерь	Передача мяча через сетку на точность из 10 попыток
		1 год	2 год	1 год	2 год	1 год	2 год	1 год	2 год	2 год	2 год
8	3 балла	14	16	10	12	3	4	6	7	12	4
	2 балла	9	11	6	8	2	3	3	4	7	2
	1 балл	4	6	2	4	1	2	1	2	4	1
9	3 балла	16	18	12	14	4	5	8	9	14	5
	2 балла	11	13	8	10	3	4	5	6	9	3
	1 балл	6	8	4	6	2	3	2	3	5	1
10	3 балла	18	20	14	16	5	6	10	11	16	6
	2 балла	13	15	10	12	3	4	7	8	10	4
	1 балл	8	10	6	8	2	3	3	4	6	2
11	3 балла	20	22	16	18	6	7	12	13	18	7
	2 балла	15	17	12	14	4	5	9	10	11	5
	1 балл	10	12	8	10	3	4	4	5	7	3
12	3 балла	22	24	18	20	7	8	14	15	20	8
	2 балла	17	19	14	16	5	6	11	12	13	6
	1 балл	12	14	10	12	3	4	6	7	8	4
13	3 балла	24	26	20	22	8	8	16	17	22	9
	2 балла	19	21	16	18	6	7	13	14	14	7
	1 балл	14	16	12	14	4	5	8	9	9	5
14	3 балла	26	28	22	24	9	10	18	19	24	10
	2 балла	21	23	18	20	7	8	15	16	16	8
	1 балл	16	18	14	16	5	6	10	11	10	6

1 год обучения:

9-12 баллов – высокий уровень

5-8 баллов – средний уровень

0-4 баллов – низкий уровень

2 год обучения:

13-18 баллов – высокий уровень

7-12 баллов – средний уровень

0-6 баллов – низкий уровень

Теоретические вопросы (1 год обучения)

1. Размеры волейбольной площадки:

- а) 10 м x 20 м; б) 9 м x 18 м; в) 12 м x 24 м; г) 24 м x 24 м.

2. Количество игроков одной команды на площадке во время игры в волейбол:

- а) 6; б) 8; в) 5; г) 7.

3. Победа в волейболе присуждается команде, выигравшей в ... партиях.

- а) 2; б) 3; в) 4; г) 5.

4. Счет в начальных партиях волейбола длится:

- а) до 25 очков; б) до 20 очков; в) до 15 очков; г) до 12 очков.

5. Счет в заключительной партии волейбола длится:

- а) до 25 очков; б) до 20 очков; в) до 15 очков; г) до 12 очков.

6. Играть в волейбол можно:

- а) только руками; б) руками и головой;
в) руками и ногами; г) любой частью тела.

7. Если во время игры в волейбол игрок отбивает мяч ногой:

- а) игра останавливается; б) игра продолжается;
в) игрок удаляется; г) по решению судьи.

8. При игре в волейбол игрок выполняет подачу:

- а) ударом по мячу рукой; б) ударом по мячу ногой;
в) броском мяча; г) любым способом.

9. Подающий в волейболе должен нанести удар по мячу после свистка в течение:

- а) 5 секунд б) 8 секунд; в) 12 секунд; г) по мере готовности

10. Сколько передач могут сделать игроки одной команды:

- а) 2; б) 3; в) 4; г) 5.

11. Если во время игры в волейбол игрок после постановки блока касается мяча второй раз подряд:

- а) игра останавливается, мяч отдается сопернику;
б) игра продолжается;
в) игра останавливается и назначается спорный мяч;
г) назначается переподача.

12. Во время игры в волейбол мяч попадает в линию:

- а) мяч засчитан; б) мяч не засчитан;
в) переподача; г) спорный мяч.

13. К технике нападения в волейболе относятся:

- а) блок; б) подача;
в) прием мяча одной рукой снизу; г) передача мяча двумя руками сверху.

14. Обозначьте зоны расстановки игроков при игре в волейбол

--	--

Теоретические вопросы (2 год обучения)

- 1. Какое максимальное количество игроков разрешено заявлять за волейбольную команду на одну игру?**
а) 10 б) 12 в) 14 г) 16
- 2. Что из перечисленного является запрещённым в волейболе:**
а) игра без номеров
б) игра в холодную погоду в тренировочных костюмах
в) игра в очках
г) игра босиком
- 3. Какой счёт в волейбольном матче неправильный?**
а) 3:2 б) 3:1 в) 3:0 г) 4:0
- 4. Какое минимальное количество игроков в команде должно принимать участие при игре в волейбол?**
а) 3 б) 4 в) 5 г) 6
- 5. Какие номера позиций имеют игроки вдоль сетки (передней линии)?**
а) 1, 2, 3 б) 2, 3, 4 в) 4, 5, 6 г) 1, 5, 6
- 6. Какой номер позиции имеет подающий игрок в волейболе?**
а) 1 б) 2 в) 5 г) 6
- 7. Сколько секунд отводится в волейболе на выполнение подачи после свистка арбитра?**
а) 10 б) 8 в) 5 г) 3
- 8. Что из перечисленного запрещается в волейболе?**
а) блокирование подачи соперника
б) удар игроком по мячу после того, как этот же игрок коснулся мяча в блоке
в) три удара по мячу после того, как мяч коснулся своих блокирующих игроков
г) несколько последовательных касаний мяча блокирующими игроками
- 8. На сколько тайм-аутов имеет право одна команда во время одной партии в волейболе?**
а) 1 б) 2 в) 3 г) 4
- 9. Какой игрок в волейболе имеет отличающийся цвет футболки от других игроков?**
а) капитан команды
б) игрок, вышедший на замену
в) игрок, имеющий предупреждение
г) либеро
- 10. Что означают поднятые 4 разведённых пальца одной руки волейбольного первого судьи?**
а) четвёртая партия
б) четыре удара по мячу
в) время на подачу истекло
г) игрок с номером четыре
- 11. Что означают скрещенные на груди предплечья волейбольного первого судьи?**



- а) обоюдная ошибка и переигровка
- б) конец партии или матча
- в) мяч «за»
- г) ошибка при блокировании

12. Какое решение принимает волейбольный арбитр, если мяч попадает в линию?

- а) мяч «в площадке»
- б) мяч «за»
- в) переигровка
- г) потеря права на подачу без засчитывания очка кому-либо

13. Что из перечисленного не запрещается либеро в волейболе?

- а) выполнять подачу
- б) выполнять блокирование
- в) выполнять атакующий удар мячом, полностью находящимся выше уровня сетки
- г) выходить на замену неограниченное количество раз

14. Какое решение принимает волейбольный арбитр если команда проигрывает розыгрыш при своей подаче?

- а) подача переходит сопернику без засчитывания очка кому-либо
- б) подача остаётся у предыдущей команды, а соперник получает очко
- в) подача переходит сопернику, и соперник получает очко
- г) подача переходит сопернику и соперник два очка

13-14 правильных ответов – Высокий уровень

10-12 правильных ответов – средний уровень

9 и менее правильных ответов – низкий уровень

Общий балл для освоение программного материала

1 год обучения

29-35 баллов – высокий уровень

19-28 баллов – средний уровень

0-18 баллов – низкий уровень

2 год обучения

33-41 балл – высокий уровень

21-32 балл – средний уровень

0-20 баллов – низкий уровень

Диагностическая карта оценки предметных результатов (1 год обучения)

№	Фамилия Имя	возраст	Входящая диагностика	Определение уровня ОФП	Техническая подготовка	Теоретическая подготовка	Общий балл	Общий уровень освоение программы	Динамика
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									

Результаты входящей диагностики

«В» - чел., %; «С» - чел., %; «Н» - чел., %.

ИТОГО: общий уровень освоения программы в группе

«В» - чел., %; «С» - чел., %; «Н» - чел., %.

По результатам промежуточной аттестации:

_____ учащихся переведены на второй год обучения по программе «Основы волейбола»

Педагог дополнительного образования _____
Ф.И.О.

Диагностическая карта оценки предметных результатов (2 год обучения)

№	Фамилия Имя	возраст	Входящая диагностика	Определение уровня ОФП	Техническая подготовка	Теоретическая подготовка	Общий балл	Общий уровень освоение программы	Динамика
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									

Результаты входящей диагностики

«В» - чел., %; «С» - чел., %; «Н» - чел., %.

ИТОГО: общий уровень освоения программы в группе

«В» - чел., %; «С» - чел., %; «Н» - чел., %.

По результатам промежуточной аттестации:

_____ учащихся освоили программу «Основы волейбола»

Педагог дополнительного образования _____

Ф.И.О.

Диагностическая карта формирования универсальных учебных действий учащихся

№	Ф.И. учащегося	Познавательные универсальные учебные действия (учащийся научится)												Общий балл
		Самостоятельно анализировать, сравнивать, группировать информацию			Находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия			Передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде			Планировать свою работу по овладению новыми двигательными навыками			
		Самостоятельно анализирует, сравнивает и группирует полученную информацию	Анализирует, сравнивает и группирует полученную информацию с помощью	Затрудняется анализировать, сравнивать, группировать	Самостоятельно находит ответы на поставленные педагогом вопросы, решает проблемы,	Затрудняется самостоятельно находить ответы на поставленные педагогом	Не находит ответов на поставленные педагогом вопросы, не может	Достоверно и в полном объеме передает содержание полученной информации в сжатом или	Передает не в полном объеме содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде	Искажает содержание полученной информации, либо затрудняется ее передать	Самостоятельно планирует свою работу по овладению новыми	Планирует с помощью педагога свою работу по овладению	Не планирует свою работу по овладению новыми	
		2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	
1														
2														

ИТОГО: 8-7 баллов – высокий уровень; 6-4 баллов – средний уровень; 0-3 балла – низкий уровень.

№	Ф.И. учащегося	Регулятивные универсальные учебные действия (учащийся научится)											Общий балл	
		Планировать свою деятельность в ходе занятий			Соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий			Соотносить результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом			Оценивать результаты своей деятельности			
		Самостоятельно планирует свою деятельность в ходе занятий	Затрудняется планировать свою деятельность в ходе занятий	Педагог планирует деятельность за учащегося в ходе занятий	Самостоятельно соотносит свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий	Затрудняется соотносить свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий	Не соотносит свои задачи и задачи всей команды, взаимодействуя с ребятами в процессе занятий	Точно соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом	Не всегда или с ошибками соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом	Не соотносит результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом	Объективно оценивает результаты своей деятельности	Не всегда объективно оценивает результаты своей деятельности		Необъективно оценивает результаты своей деятельности
		2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.		0 б.
1														
2														

ИТОГО: 8-7 баллов – высокий уровень; 6-4 баллов – средний уровень; 0-3 балла – низкий уровень.

№	Ф.И. учащегося	Коммуникативные универсальные учебные действия (учащийся научится)															Общий балл
		Участвовать в диалоге с другими учащимися, педагогом			Оформлять свои мысли и высказывать их в доступной для всех форме			Отвечать на вопросы по теме в выбранном виде деятельности			Слушать и понимать педагога и других учащихся			Высказывать аргументированное мнение			
		Свободно участвует в диалоге с педагогом и	Испытывает некоторые затруднения в диалоге с	Испытывает значительные затруднения в диалоге с	Легко оформляет свои мысли и высказывает их в	Испытывает незначительные	Испытывает значительные затруднения при	Свободно отвечает на вопросы по теме в	Испытывает незначительные затруднения, при ответах	Испытывает значительные затруднения, при ответах на вопросы по теме в	Всегда слушает и понимает педагога и других	Не всегда слушает и понимает педагога и	Редко слушает и понимает педагога и других	Систематически высказывает	Периодически высказывает аргументированное мнение	Затрудняется высказывать аргументированное мнение	
		2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	
1																	
2																	

ИТОГО: 10-9 баллов – высокий уровень; 8-5 баллов – средний уровень; 0-4 балла – низкий уровень.

№	Личностные универсальные учебные действия (у учащегося будут сформированы)									Общий балл
	Ценностное отношение к своему здоровью			Волевые качества: настойчивости, целеустремлённости, воли к победе			Культура общения и поведения.			
	Проявляет ценностное отношение к своему здоровью	Не всегда проявляет ценностное отношение к своему здоровью	Не проявляет ценностное отношение к своему здоровью	Проявляет настойчивость, целеустремлённость, волю к победе	Не всегда проявляет настойчивость, целеустремлённость, волю к победе	Не проявляет настойчивость, целеустремлённость, волю к победе	Приветливо общается со всеми участниками образовательного процесса. Легко вступает в диалог. Соблюдает правила речевого	Приветливо общается со всеми участниками образовательного процесса. Не всегда готов вступать в	Не всегда готов к позитивному общению с участниками образовательного процесса. Нарушает правила речевого этикета.	
	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	2 б.	1 б.	0 б.	
	1									
2										

ИТОГО: 6-7 баллов – высокий уровень; 5-4 баллов – средний уровень; 0-3 балла – низкий уровень.

Протокол оценки достижения метапредметных результатов

[illegible]

План мероприятий по реализации программы воспитания, социализации и творческого развития МАУДО ЦДТ

Направления	Название мероприятия	Сроки
ЛИДЕР (мероприятия по развитию детских объединений, профориентационная деятельность)	-Сдача нормативов - Участие в мероприятиях на уровне ЦДТ.	Сент- май
ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ (формирование представление о ЗОЖ, установок на сохранение и укрепление собственного здоровья)	- Беседы. Участие в акциях - «Нет терроризму» - «Мы за здоровый образ жизни» - проведение физкультминуток - Участие во флешмобах, акциях ЦДТ	Сентябрь Окт., Апр. Сент.- Май В теч. года
АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ (формирование представлений о безопасном поведении в быту, на отдыхе, на улице, развитие установок на безопасный образ жизни)	- Беседы, выставки рисунков, проектов - «Не играй с огнем» - «Осторожно, тонкий лед» - «Осторожно, пиротехника» - «Безопасность на дорогах» - Участие в тестах ЦДТ по безопасности	. Октябрь, Апр Ноябрь, Март Декабр, Апр Сент, Май В теч. года
ЗЕЛЁНАЯ ПЛАНЕТА (формирование ценностного отношения к природе, первоначальных навыков природоохранительной деятельности.)	- Беседы о бережном отношении к природе - Изготовление кормушек в д/о - Уход за кормушками зимой - Участие в экологических конкурсах ЦДТ, интернет- викторинах по экологии, природе	В теч. года Ноябрь Нояб – Май В теч. года
ДОБРОЕ СЕРДЦЕ (социально-значимая, волонтерская деятельность, мероприятия для детей с ОВЗ)	- Участие в социально-значимых акциях ЦДТ. - Поздравления с днем учителя, 8 марта.	Сент- май Окт, март
СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ (семейные праздники, детско-родительские мероприятия)	- Поздравления ко Дню матери, 23 февраля, 8 марта, 9 мая - Родительские собрания - Участие в семейных конкурсах, конкурсах исследовательских работ	Ноябрь, февраль, март, май сент, май По плану
БУДУЩЕЕ В НАСТОЯЩЕМ (мероприятия по профилактике безнадзорности, правонарушений и преступлений)	- Беседа «Знаю не только свои права, но и обязанности» - Участие во встречах с представителями ОПДН, ГИБДД, ГИМС. - Участие в различных акциях по профилактике правонарушений, БДД, ППБ и других	Ноябрь По плану По плану

План работы с родителями

№	Название мероприятия	Сроки проведения
1	Организационное родительское собрание.	сентябрь май
2	Вовлечение родителей в деятельность по оформлению сертификатов учащимся.	сентябрь
3	Участие родительского комитета в общей родительской конференции МАУДО «ЦДТ»	сентябрь
4	Заседание родительского комитета:	октябрь декабрь март
5	Индивидуальные собеседования.	по необходимости
6	Приглашение родителей на концерты, выставки, соревнования	в течение года
7	Вовлечение родителей в исследовательскую и проектную деятельность, участие в акциях, конкурсах	по плану
8	Анкетирование родителей	февраль