

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ**  
бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Омской области «Калачинский аграрно-технический техникум»  
(БПОУ КАТТ)

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического совета  
от 02 декабря 2022г  
Протокол № 2



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Волейбол»**

физкультурно-спортивной направленности для обучающихся 15-17 лет  
Продолжительность обучение 256 часов

Очная форма освоения  
1 год обучения – стартовый уровень  
2 год обучения – базовый уровень

Авторы-составители:  
Анискевич О.В., педагог дополнительного образования  
Яковлева А.А., методист

## **Пояснительная записка**

*Направленность программы – физкультурно - спортивная.*

*Уровень программы: первый год обучения - стартовый  
второй год обучения – базовый*

### **Актуальность программы**

Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. В настоящее время волейбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям волейболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами волейбола.

**Педагогическая целесообразность** состоит в следующем: технические приемы, тактические действия и собственно игра в волейбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей обучающихся, с учетом всех современных требований.

**Программа разработана** с учетом Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012, концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства в РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р), Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 9 ноября 2018 г. № 196 г.Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» .

**Новизна** программы по волейболу заключается в том, что в ней предусмотрено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности.

**Цель программы:** всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-

волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

### **Задачи:**

- содействовать всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повысить уровень физической подготовленности, совершенствовать технико-тактическое мастерство;
- развить мотивацию обучающихся к познанию и творчеству;
- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.
- освоить технику, тактику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;

### **Организация образовательного процесса.**

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях. В ходе прохождения программы у студентов будет возможность познакомиться с различными видами деятельности.

### **Условия набора и добора обучающихся:**

Программа разработана для студентов БПОУ КАТТ с 15 до 18 лет, с основной группой здоровья. Состав группы - 25 человек. Обучение осуществляется на бюджетной основе. Прием детей осуществляется на основании заявления на имя директора от родителей (законных представителей) с предоставлением медицинской справки от врача о состоянии здоровья.

Зачисление обучающихся осуществляется на основании приказа директора. При наличии вакантных мест в группе возможен добор.

**Сроки реализации программы:** 2 года обучения.

**Режим занятий:** 1 год обучения: 4 часа в неделю – 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий 45 минут с 10 минутным перерывом.

2 год обучения: 4 часа в неделю – 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий 45 минут с 10 минутным перерывом.

**Трудоемкость программы:** 1 год обучения 96 ч.

2 год обучения 160ч.

**Форма занятий** – очная.

Формы работы - фронтальная, групповая, индивидуальная. Формы проведения учебных занятий подбираются с учетом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей обучающихся, специфики содержания данной

образовательной программы и возраста обучающихся.

### **Формы организации учебных занятий:**

- практическое занятие
- тренировочное занятие
- изучения материала
- беседа
- соревнование.

### **Планируемые результаты**

#### ***Личностные результаты:***

- привитие ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- повышение работоспособности, закаливание, охрана здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно – силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование специальных двигательных действия, необходимые для изучения специальных технико-тактических приемов в волейболе;
- воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях спортом;
- приобретение знаний в области гигиены и медицины, физической культуры и спорта.

#### ***Метапредметные результаты:***

- использование рациональных способов выполнения того или иного задания, добросовестное выполнение заданий, осознанное стремление к новым знаниям и умениям;
- умение содержательно наполнить самостоятельные формы занятий физической культурой;
- умение выделить главное в рассказе и показе педагога, выделять ведущее звено и основу техники, условия успешного выполнения движения;
- владение способами планирования, организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой;
- выполнение упражнения и применение технико-тактических приемов в различных условиях и ситуациях;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активное использование в самостоятельных занятиях;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений;

- умение вести познавательную деятельность в группе.

**По профилю направленности (предметные результаты)**

- формирование устойчивого интереса к занятиям;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- овладение технико-тактическими приемами игры в волейбол;
- формирование коллективного взаимодействия и команды как единого целого;
- овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по волейболу.

**Учебно-тематическое планирование**

№	Блоки. Темы	Всего
<b>1 год обучение</b>		
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>
1.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Товарищеская встреча.	2
<b>2</b>	<b>Перемещения и стойки</b>	<b>24</b>
2.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника перемещения. Совершенствование навыков перемещения различными способами.	4
2.2	<i>Тема:</i> Совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости.	4
2.3	<i>Тема:</i> Сочетание перемещений с имитацией приемов нападения.	4
2.4	<i>Тема:</i> Надежность и скорость перемещения различными способами.	4
2.5	<i>Тема:</i> Сочетание способов между собой и с приемами игры в нападении и защите.	4
2.6	<i>Тема:</i> Сочетания с остановками, ответные действия на сигналы.	4
<b>3</b>	<b>Техника передачи мяча</b>	<b>32</b>
3.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Броски и ловля мяча в парах.	4
3.2	<i>Тема:</i> Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.	4
3.3	<i>Тема:</i> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.	4
3.4	<i>Тема:</i> Передача мяча после нападающего удара вперед и назад череззону.	4
3.5	<i>Тема:</i> Передача мяча снизу двумя руками, различными по высоте и расстоянию у сетки и из глубины площадки.	4
3.6	<i>Тема:</i> Вторая передача мяча из различных положений игрока по направлению передачи, в различных сочетаниях по высоте и расстоянию.	4
3.7	<i>Тема:</i> Передача мяча сидя боком, лицом и спиной к сетке.	4
3.8	<i>Тема:</i> Выбор места для выполнения второй передачи.	4
<b>4</b>	<b>Техника подачи мяча</b>	<b>34</b>
4.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника подачи мяча. Совершенствование техники подачи мяча различными способами.	4
4.2	<i>Тема:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.	4
4.3	<i>Тема:</i> Верхняя прямая планирующая подача на точность.	4

4.4	Тема: Силовая подача.	4
4.5	Тема: Совершенное овладение основным способом подачи (для данного спортсмена).	4
4.6	Тема: Стабильное качество при высокой точности выполнения основного способа подачи для данного спортсмена.	4
4.7	Тема: Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.	6
4.8	Тема: Игра – соревнования «Волейбол».	4
4.9	Тема: Контрольные игры	4
	<b>Итого:</b>	<b>96</b>
<b>2 год обучения</b>		
<b>5</b>	<b>Техника нападающего удара</b>	<b>20</b>
5.1	Тема: Инструктаж по Т.Б. Товарищеская встреча.	2
5.2	Тема: Техника безопасности при нападающем ударе. Соревнования по ОФП.	2
5.3	Тема: Нападающий удар по блоку за боковую линию.	4
5.4	Тема: Имитация нападающего удара и передача двумя руками, одной рукой.	4
5.5	Тема: Имитация нападающего удара и скидка двумя руками и одной рукой на переднюю и заднюю линию.	4
5.6	Тема: Нападающий удар с переводом вправо, влево без поворота туловища, чередование ударов вправо, влево.	4
<b>6</b>	<b>Блокирование</b>	<b>12</b>
6.1	Тема: Одиночное и групповое блокирование ударов различными способами и с различных передач по высоте и расстоянию.	4
6.2	Тема: Групповое блокирование ударов с переводом из зон 3,4,2, вправо, влево, с поворотом туловища и без поворота.	4
6.3	Тема: Сочетание одиночного и группового блокирования в условиях выполнения широкого арсенала нападающих ударов.	4
<b>7</b>	<b>Тактика нападения</b>	<b>36</b>
7.1	Тема: <b>Индивидуальные действия:</b> выбор места и чередование способов подач. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.	4
7.2	Тема: Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи.	4
7.3	Тема: Нападающий удар через слабого блокирующего, по блоку	4
	, выше блока.	4
7.4	Тема: Имитация нападающего удара и откидка. Чередование передачи: после имитации удара.	4
7.5	Тема: Выбор места и способа второй передачи в зависимости от характера первой передачи и расположения партнёров.	4
7.6	Тема: <b>Групповые действия.</b> Тактические комбинации с участием в нападении игроков задней линии.	4
7.7	Тема: Взаимодействие игроков зон 1,6,5, выходящих к сетке, с игроками зон 4,3,2 при второй.	4
7.8	Тема: Взаимодействие зон 3,2,4 между собой в рамках системы игры через игроков передней линии с первой передачи на удар и откидки со второй передачи.	4

7.9	<i>Тема: Командные действия.</i> Тактика игры в нападении со второй передачи выходящим к сетке игроком задней линии: из зоны, из-за игрока.	4
<b>8</b>	<b>Тактика защиты</b>	<b>32</b>
8.1	<i>Тема: Индивидуальные действия.</i> Индивидуальное блокирование при различном характере передач, с которых выполняется нападающий удар: высокие, низкие, из глубины площадки.	4
8.2	<i>Тема:</i> Выбор действия: прием в защите или страховка на задней линии в зоне 6 при игре «углом назад», «углом вперед», нападающие удары из зон 4,2,3.	4
8.3	<i>Тема: Групповые действия.</i> Взаимодействие игроков внутри линии и между ними; Взаимодействие игроков задней линии между собой (6,5,1) (страховка партнера при приеме подачи, нападающих ударов);	4
8.4	<i>Тема:</i> Взаимодействие игроков передней линии, не участвующих в блокировании (зон 4 и 2) с блокирующим игроком зоны 3.	4
8.5	<i>Тема:</i> Взаимодействие игроков передней и задней линии (игрока зоны 6 с блокирующим игроком зоны 3 и страхующими игроками зон 4 и 2);	4
8.6	<i>Тема:</i> Взаимодействие игрока зоны 5 и зоны 1 с игроками зоны 4 и 2 (соответственно) при приеме мяча от нападающего удара и обманных передач.	4
8.7	<i>Тема: Командные действия</i> Прием подачи: расположение игроков при приеме, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3; расположение игроков при приеме подач, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2 (игрок зоны 3 оттянут назад)	4
8.8	<i>Тема:</i> Расположение игроков при приеме подачи, когда игрок зоны 2 стоит у сетки, а игрок зоны 3 оттянут и находится в зоне 2. После приема игрок зоны 2 перемещается в зону 3 для выполнения второй передачи, а игрок зоны 3 выполняет функции нападающего в зоне 2.	4
<b>9</b>	<b>Техника передачи мяча</b>	<b>16</b>
9.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Броски и ловля мяча в парах.	4
9.2	<i>Тема:</i> Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.	4
9.3	<i>Тема:</i> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.	4
9.4	<i>Тема:</i> Передача мяча после нападающего удара вперед и назад через зону.	4
<b>10</b>	<b>Перемещения и стойки</b>	<b>8</b>
10.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника перемещения. Совершенствование навыков перемещения различными способами.	4
10.2	<i>Тема:</i> Совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости.	4
<b>11</b>	<b>Техника подачи</b>	<b>12</b>
11.1	<i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника подачи мяча. Совершенствование техники подачи мяча различными способами.	4
11.2	<i>Тема:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.	4
11.3	<i>Тема:</i> Верхняя прямая планирующая подача на точность.	4
<b>12</b>	<b>Тактика нападения</b>	<b>24</b>
12.1	<i>Тема: Индивидуальные действия:</i> выбор места и чередование способов подач. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.	4

12.2	Тема: Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи.	4
12.3	Тема: Нападающий удар через слабого блокирующего, по блоку, выше блока.	4
12.4	Тема: Имитация нападающего удара и откидка. Чередование передачи: после имитации удара.	4
12.5	Тема: Контрольные испытания.	4
<b>13</b>	<b>Тема: Контрольные игры</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>160</b>

### Содержание программы

<b>Перемещения и стойки</b>	
<p><i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника перемещения. Совершенствование навыков перемещения различными способами.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника перемещения.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование навыков перемещения различными способами. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, <i>игровая</i>.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>	
<p><i>Тема:</i> Совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, <i>игровая</i>.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>	
<p><i>Тема:</i> Сочетание перемещений с имитацией приемов нападения.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Сочетание перемещений.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Сочетание перемещений с имитацией приемов нападения. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, <i>игровая</i>.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>	
<p><i>Тема:</i> Надежность и скорость перемещения различными способами.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Надежность и скорость перемещения различными способами.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Надежность и скорость перемещения различными способами. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, <i>игровая</i>.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>	



<p><i>Тема:</i> Сочетание способов между собой и с приемами игры в нападении и защите.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Сочетание способов между собой и с приемами игры в нападении и защите.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Сочетание способов между собой и с приемами игры в нападении защите. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Сочетания с остановками, ответные действия на сигналы.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Сочетания с остановками, ответные действия на сигналы.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Сочетания с остановками, ответные действия на сигналы. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Техника передачи мяча</b></p>
<p><i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Броски и ловля мяча в парах.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Инструктаж по Т.Б. Техника выполнения бросков и ловли мяча в парах.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение бросков и ловли мяча в парах разными способами. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение передачи мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение передачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Передача мяча после нападающего удара вперед и назад через зону.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения передачи мяча после нападающего удара вперед и назад через зону.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Передача мяча после нападающего удара вперед и назад через зону. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p>

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Передача мяча снизу двумя руками, различными по высоте и расстоянию у сетки и из глубины площадки.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения передачи мяча снизу двумя руками, различными по высоте и расстоянию у сетки и из глубины площадки.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Передача мяча снизу двумя руками, различными по высоте и расстоянию у сетки и из глубины площадки. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность, *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Вторая передача мяча из различных положений игрока по направлению передачи, в различных сочетаниях по высоте и расстоянию.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения второй передачи мяча из различных положений игрока по направлению передачи, в различных сочетаниях по высоте и расстоянию.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Вторая передача мяча из различных положений игрока по направлению передачи, в различных сочетаниях по высоте и расстоянию. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность, *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Передача мяча сидя боком, лицом и спиной к сетке.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения передачи мяча сидя боком, лицом и спиной к сетке.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Передача мяча сидя боком, лицом и спиной к сетке. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность, *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Выбор места для выполнения второй передачи.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения второй передачи мяча из различных положений игрока по направлению передачи, в различных сочетаниях по высоте и расстоянию.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Выполнение передачи мяча разными способами. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность, *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

**Техника подачи мяча**

<p><i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника подачи мяча. Совершенствование техники подачимяча различными способами.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника подачи мяча.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча различными способами. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника выполнения прямая подачи на точность.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Верхняя прямая планирующая подача на точность.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника выполнения верхней прямой планирующей подачи на точность.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Силовая подача.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника выполнения силовой подачи.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Совершенное овладение основным способом подачи (для данного спортсмена).</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника выполнения силовой подачи.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Стабильное качество при высокой точности выполнения основного способа подачи для данного спортсмена.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Стабильное качество при высокой точности выполнения основного способа подачи для данного спортсмена.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>

<p><i>Тема:</i> Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча.</p> <p>Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Игра – соревнование «Волейбол».</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> ОРУ. СФП. Совершенствование техники подачи мяча. Игра – соревнование «Волейбол».</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>2 год обучения</b></p>
<p><b>Техника нападающего удара</b></p>
<p><i>Тема:</i> Инструктаж по техники безопасности. Нападающий удар.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Инструктаж по техники безопасности. Нападающий удар.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Совершенствование техники нападающего удара.</p> <p>Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Прямой нападающий удар из зон ,3,4 с первой передачи.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника прямого нападающего удара из зон ,3,4 с первой передачи.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Совершенствование техники нападающего удара.</p> <p>Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Нападающий удар по блоку за боковую линию.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника прямого нападающего удара из зон ,3,4 с первой передачи.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Совершенствование техники нападающего удара.</p> <p>Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Имитация нападающего удара и передача двумя руками, одной рукой.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Имитация нападающего удара и передача двумя руками, одной рукой.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Имитация нападающего удара и передача двумя руками, одной рукой. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>

<p><i>Тема:</i> Имитация нападающего удара и скидка двумя руками и одной рукой на переднюю и заднюю линию.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Имитация нападающего удара и скидка двумя руками и одной рукой на переднюю и заднюю линию.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение нападающего удара. Учебная игра волейбол. <b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, игровая, состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Нападающий удар с переводом вправо, влево без поворота туловища, чередование ударов вправо, влево.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Нападающий удар с переводом вправо, влево без поворота туловища, чередование ударов вправо, влево.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение нападающего удара. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность, <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Блокирование</b></p>
<p><i>Тема:</i> Одиночное и групповое блокирование ударов различными способами и с различных передач по высоте и расстоянию.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения блокирования ударов различными способами.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение одиночного и группового блокирования ударов различными способами и с различных передач по высоте и расстоянию. Учебная игра - соревнование волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Групповое блокирование ударов с переводом из зон 3,4,2, вправо, влево, с поворотом туловища и без поворота.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения блокирования ударов различными способами.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Групповое блокирование ударов с переводом из зон 3,4,2, вправо, влево, с поворотом туловища и без поворота. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Сочетание одиночного и группового блокирования в условиях выполнения широкого арсенала нападающих ударов.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения блокирования ударов различными способами.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение сочетаний одиночного и группового блокирования в условиях выполнения широкого арсенала нападающих ударов. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тактика нападения</b></p>

<p><b>Тема:</b> <i>Индивидуальные действия:</i> выбор места и чередование способов подачи. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения индивидуальных действий.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. <i>Индивидуальные действия:</i> выбор места и чередование способов подачи. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тема:</b> Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения индивидуальных действий.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение чередований нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи. Учебная игра волейбол. <b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тема:</b> Нападающий удар через слабого блокирующего, по блоку, выше блока.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения нападающего удара через слабого блокирующего, по блоку, выше блока.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнение нападающего удара через слабого блокирующего, по блоку, выше блока. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тема:</b> Имитация нападающего удара и откидка. Чередование передачи: после имитации удара.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения имитации нападающего удара и откидки.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнения имитации нападающего удара и откидки. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тема:</b> Выбор места и способа второй передачи в зависимости от характера первой передачи и расположения партнёров.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> ОРУ. СФП. Выполнения имитации нападающего удара и откидки. Выбор места и способа второй передачи в зависимости от характера первой передачи и расположения партнёров. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тема:</b> Групповые действия. Тактические комбинации с участием в нападении игроков задней линии.</p> <p><b>Дидактические единицы:</b> Техника выполнения групповых действий.</p> <p><b>Деятельность обучающихся:</b> ОРУ. СФП. Выполнения имитации нападающего удара и откидки. Тактические комбинации с участием в нападении игроков задней линии. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p>

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Взаимодействие игроков зон 1,6,5,выходящих к сетке, с игроками зон 4,3,2 привторой.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения групповых действий.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Взаимодействие игроков зон 1,6,5,выходящих к сетке, с игрокамизон 4,3,2 при второй. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Взаимодействие зон 3,2,4 между собой в рамках системы игры через игроковпередней линии с первой передачи на удар и откидки со второй передачи.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения групповых действий.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Взаимодействие зон 3,2,4 между собой в рамках системы игры через игроков передней линии с первой передачи на удар и откидки со второй передачи. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Командные действия. Тактика игры в нападении со второй передачи выходящим ксетке игроком задней линии: из зоны, из-за игрока.

**Дидактические единицы:** Техника выполнения командных действий.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Тактика игры в нападении со второй передачи выходящим ксетке игроком задней линии: из зоны, из-за игрока. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

#### **Техника передачи мяча**

*Тема:* Инструктаж по Т.Б. Броски и ловля мяча в парах.

**Дидактические единицы:** Инструктаж по Т.Б. Броски и ловля мяча в парах.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Броски и ловля мяча в парах. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

*Тема:* Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.

**Дидактические единицы:** Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями.

**Деятельность обучающихся:** ОРУ. СФП. Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающимидействиями. Учебная игра волейбол.

**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.

**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.

<p><i>Тема:</i> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Передача мяча снизу двумя руками в зоне нападения и из глубины площадки. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Передача мяча после нападающего удара вперед и назад через зону.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Передача мяча после нападающего удара вперед и назад через зону.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Передача мяча после нападающего удара вперед и назад череззону. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Перемещения и стойки</b></p>
<p><i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника перемещения. Совершенствование навыковперемещения различными способами.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника перемещения.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Техника перемещения. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Техника перемещения. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Техника подачи</b></p>
<p><i>Тема:</i> Инструктаж по Т.Б. Техника подачи мяча. Совершенствование техники подачимяча различными способами.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Техника подачи мяча.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Техника подачи мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>



<p><i>Тема:</i> Верхняя прямая планирующая подача на точность.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Верхняя прямая подача на точность с максимальной силой. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><b>Тактика нападения</b></p>
<p><i>Тема: Индивидуальные действия:</i> выбор места и чередование способов подач. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Индивидуальные действия.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. <i>Индивидуальные действия:</i> выбор места и чередование способов подач. Выбор места и подача на игрока, слабо владеющего навыками приема мяча. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Индивидуальные действия. Чередование нападающих ударов на силу и точность.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Нападающий удар через слабого блокирующего, по блоку, выше блока.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Нападающий удар через слабого блокирующего, по блоку, выше блока.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Чередование нападающих ударов на силу и точность. Чередование передачи и ударов с первой передачи. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема:</i> Имитация нападающего удара и откидка. Чередование передачи: после имитации удара.</p> <p><i>Дидактические единицы:</i> Имитация нападающего удара и откидка.</p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. СФП. Имитация нападающего удара и откидка. Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>
<p><i>Тема: Контрольные испытания</i></p> <p><i>Деятельность обучающихся:</i> ОРУ. <i>Контрольные испытания.</i> Учебная игра волейбол.</p> <p><b>Форма организации учебного занятия:</b> беседа, тренировочная деятельность <i>игровая</i> состязательная деятельность.</p> <p><b>Формы организации учебной деятельности:</b> фронтальная, групповая, игровая.</p> <p><b>Форма контроля:</b> выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.</p>

**Тема: Контрольные игры****Деятельность обучающихся:** ОРУ. *Контрольные игры*. Учебная игра волейбол.**Форма организации учебного занятия:** беседа, тренировочная деятельность *игровая* состязательная деятельность.**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, игровая.**Форма контроля:** выполнение заданий, оценка/самооценка, рефлексия.**Контрольно-оценочные средства**

Мониторинг образовательных результатов по программе осуществляется 3 раза в год: стартовая диагностика (начало октября), текущая диагностика (по изучение тем), промежуточная диагностика (конец декабря), итоговая диагностика (конец мая).

Текущая диагностика проводится в течение учебного года по темам программы, не предполагает фиксацию результатов, проходит в виде опроса, рефлексии, решения конструктивных и иных задач по изучение раздела, темы.

Время проведения	Цель проведения	Формы оценки результативности освоения программы	Критерии	Показатели
Начальная или стартовая диагностика				
В начале учебного года.	<ul style="list-style-type: none"><li>Определение уровня стартовых возможностей обучающихся, их личностные и физические способности</li></ul>	Беседа, педагогическое наблюдение, выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	Уровень физических возможностей обучающихся  Мотивация к обучению	Минимальный уровень; Базовый уровень; Повышенный уровень; Творческий уровень.
Текущий мониторинг				

В течение всего учебного года.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение степени усвоения учащимися учебного материала.</li> <li>• Определение готовности учащихся к восприятию нового материала.</li> <li>• Повышение ответственности и заинтересованности учащихся в обучении.</li> <li>• Определение уровня физических возможностей обучающихся,</li> </ul>	Педагогическое наблюдение, выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры</li> <li>- выполнять общеразвивающие, специальные упражнения;</li> <li>- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; применять основы техники и тактики в футболе, волейболе, баскетболе;</li> <li>способы проведения соревнований;</li> </ul>	Минимальный уровень; Базовый уровень; Повышенный уровень; Творческий уровень.
			- мотивация к обучению	
<b>Итоговый мониторинг</b>				
В конце учебного года.	Определение степени усвоения обучающимися пройденного материала. Выявление успешности и результативности усвоения уровня программы.	Педагогическое наблюдение; Тестирование; Выполнение упражнения (бег, прыжки, подтягивания, наклоны)	Степень усвоения учебного материала; Основные понятия по разделам программы (легкая атлетика, лыжная подготовка, гимнастика, спортивные игры) Повышение уровня физической подготовки обучающихся.	Минимальный уровень; Базовый уровень; Повышенный уровень; Творческий уровень.

- **минимальный уровень** – обучающийся выполняет образовательную программу не в полном объеме;
- **базовый уровень** – обучающийся стабильно занимается, выполняет образовательную программу;
- **повышенный уровень** – обучающийся проявляет устойчивый интерес к занятиям, принимает участие в конкурсах и соревнованиях;
- **творческий уровень** – обучающийся проявляет ярко выраженные способности к изучаемому виду деятельности, признается лучшим игроком в команде.

## Характеристика структуры КИМ

Контрольные испытания или тесты являются основным инструментом контроля уровня физической работоспособности, двигательных и психических качеств, степени владения техническими приемами, их стабильности и эффективности, недочетов в системе планирования нагрузок. Нормативы по физической и технической подготовке занимающиеся сдают на каждом году обучения, что позволяет получить результаты, отражающие уровень подготовленности волейболистов на определённом этапе тренировочного процесса, а также динамику роста или снижения этих показателей. Нормативные требования контрольных упражнений по физической подготовке, составленные в соответствии с этапами спортивной подготовки.

Определение уровня теоретической подготовки учащихся: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям, широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

Определение уровня физической подготовки обучающихся: соответствие уровня развития практических умений и навыков возрастной категории, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.

Определение уровня развития и воспитанности детей: культура организации практической деятельности, активность.

## Условия реализации программы

Раздел	Форма занятий	Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма контроля
Раздел 1, 18 Теоретическая подготовка	- беседа; - просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов - самостоятельное чтение специальной литературы; - практические занятия	- сообщение новых знаний; - объяснение; - работа с учебно-методической литературой; - работа по фотографиям; - работа по рисункам; - работа по таблицам; - практический показ.	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; - специальная литература; - учебно-методическая литература; - научно-популярная литература; - спортивный инвентарь.	- участие в беседе; - краткий пересказ учебного материала; - устный анализ к рисункам, фотографиям, фильмам.

Раздел 2, 12 Общая физическая подготовка	- учебно-тренировочное занятие; - фронтальная; - индивидуально-фронтальная.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение) - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- учебные и методические пособия; - учебно-методическая литература. - скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медболы; - шведская стенка.	контрольные нормативы по общей физической подготовке. - врачебный контроль.
Раздел 12, 15	- учебно-тренировочное занятие - фронтальная; - индивидуально-фронтальная.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение) - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; - учебно-методическая литература; - футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи; - набивные мячи; - фишки; - гимнастические маты; - скакалки	контрольные нормативы и упражнения текущий контроль.
Раздел 3, 4, 5, 7, 9, 10, 14, 16, 17	- учебно-тренировочное занятие - групповая, подгрупповая, фронтальная, индивидуально-фронтальная.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; - учебно-методическая литература; - волейбольная сетка; - медболы; - резиновая лента	контр. упр. нормативы и контр. тренировки текущий контроль. учебно-тренировочные игры; помощь в судействе.
Раздел 6, 8	- контрольная тренировка; - соревнование	- практический;	- волейбольная сетка; - волейбольные мячи;	протокол соревнований, промежуточный, итоговый

## **Формы и методы обучения:**

**Основными формами образовательного процесса** являются теоретические и групповые практические занятия, соревнования, учебные и товарищеские игры, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

### ***Практические занятия:***

- тренировочные занятия, направленные на расширение двигательных возможностей, овладение и совершенствование техники и технических приемов, совершенствование физического развития и функциональных возможностей;
- дополнительные занятия, выполнение самостоятельных заданий для совершенствования мастерства, техники движений восстановления организма.

**Занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов:** контрольная успеваемость, тесты, определение уровня физической подготовленности занимающихся, внесение изменений в образовательную деятельность;

**Соревнования, учебные и товарищеские игры** - раскрытие способностей, улучшение личных достижений, сравнение двигательных возможностей с другими участниками;

### ***Теоретические занятия:***

• расширение теоретических сведений по физиологии человека, гигиене, контролю и самоконтролю, предупреждению травматизма и по валеологии. Занятия проходят от 5 до 15 минут в форме выдачи информации, рассказа, беседы, опроса. По форме организации занятия могут быть групповые и индивидуальные;

- лекции и семинары по отдельным вопросам;
- изучение источников (специальная литература, газеты, журналы и т.д.);
- наблюдения на занятиях других команд и анализ увиденного;
- наблюдения на соревнованиях по технике, тактике с анализом увиденного;
- решение тактических задач.

### **Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:**

- **словесные методы**, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения,

указания, подсчет и т.д.

- **наглядные методы** – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- **практические методы:** метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям;

- **игровой и соревновательный методы** применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

## Список литературы

### Литература для педагога

#### *Нормативно-методические и правовые документы:*

Федеральный закон от 29.12.2012, № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года;

Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р;

Приказ Минпросвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9 ноября 2018г. №196.

Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. №09-3242. Основная и дополнительная научно-методическая и учебная литература:

#### Научно-популярная литература

• Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 184 с.

• Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции./Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2017. - 32 с.

- Николаева, Н.И. Школа мяча / Н.И. Николаева. - СП. "Детство- Пресс", 2013.
- История физической культуры и спорта / ред. В.В. Столбов. - М.: Физкультура и спорт, 2016. - 359 с.
- Клещев, Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. - М.: ЁЁ Медиа, 2008. - 633 с.
- Кунянский, В. А. Волейбол. О некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Кунянский. - Москва: Гостехиздат, 2009. - 238 с.

#### Публицистическая литература

- Шнейдер В.Ю. Методика обучения игре в волейбол: Методическое пособие ФФК. - М., ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2013. - 56 с.
- Изотов В. Методика обучения технике волейбола / В. Изотов // Спорт в школе. - 2015 (№3).
- Жуков, М.Н. Подвижные игры / М.Н. Жуков. - М.: Академия, 2014. - 160 с.
- Беляев А. В., Булыкина Л. В. Волейбол: теория и методика тренировки; ТВТ Дивизион - Москва, 2011. - 176 с.
- Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол; Просвещение - Москва, 2012. - 649 с.
- Кунянский В. А. Волейбол. О судьях и судействе; СпортАкадемПресс - Москва, 2016. - 184 с.
- Росенко Обществознание. Учебное пособие для поступающих в ВУЗы физической культуры / Росенко, др. М. и. - М.: СПб: Северная звезда, 2014. - 208 с.

#### Интернет-источники

- Методика обучения навыкам игры в волейбол [Электронный ресурс]. - Режим доступа:
- <http://bmsi.ru/doc/c541cc4a-debe-4aeb-a114-347589c20329>
- <http://ds31.centerstart.ru/>
- <http://sport-men.ru/>
- <http://www.e-osnova.ru/journal/16/archive/>

### **Литература для обучающихся**

#### ***Основная и дополнительная научно-методическая и учебная литература:***

#### Научно-популярная литература

- Никитин, С. Е. Методика реализации программы "Учись играть в волейбол" в системе дополнительного образования общеобразовательных школ / С. Е. Никитин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – № 3. – С. 34–37.
- Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. — М.: Советский спорт, 2015. — 431 с.
- Сундукова А. Х. Волшебный мир здоровья; Дрофа - Москва, 2016. - 113 с.

#### Интернет-источники

- <http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ру | Нормативы Минспорта



РФ - Part 5 [http://easyen.ru/load/scenarii\\_prazdnikov/sportivnye\\_prazdniki/287](http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287)

Спортивные праздники - Материалы к праздникам

- <https://multiurok.ru/>
- [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту современный центр информационного и библиотечного обслуживания
- <http://uchitelya.com/fizkultura/> Учительский портал

### **Литературы для родителей**

#### ***Основная и дополнительная научно-методическая и учебная литература:***

##### Научно-популярная литература

- Николаева, Н.И. Школа мяча / Н.И. Николаева. - СПб. "Детство - Пресс", 2012.
- <http://spo.1september.ru/> Газета «Спорт в школе»
- Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогун, Б.И. Мартьянов. — М.: Академия, 2016. — 224 с.

##### Интернет-источники:

- <http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок;
- <http://kzg.narod.ru/> «Культура здоровой жизни»;
- <http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html> ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (Спортивный праздник для детей и родителей);
- <http://fizkulturnica.ru/>
- <http://znak-zdorovya.ru/kompleks-uprazhneniy-pri-narushenii-osanki.htm>
- <http://kzg.narod.ru/>