

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Большеанненковская средняя общеобразовательная школа»  
Фатежского района Курской области

Принята решением  
педагогического совета  
От «30» августа 2024г.  
Протокол №1

Утверждена приказом  
МКОУ «Большеанненковская средняя  
общеобразовательная школа»  
от «30» августа 2024 г. ф. № 35-4 о  
Директор  Н.Ф. Бабкина



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Физкультурно-спортивной направленности  
«Волейбол для всех»( базовый уровень )

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год (72 часа)

Составитель:  
Зимин Александр Яковлевич  
педагог дополнительного образования

д. Большое Анненково, 2024 г.

**ОГЛАВЛЕНИЕ****1. Комплекс основных характеристик программы**

1.1. Пояснительная записка .....	3-4
1.2. Объём программы.....	4-5
1.3. Цель Программы .....	5
1.4. Задачи Программы.....	5-6
1.5. Содержание программы.....	6-7
1.6. Планируемые результаты Программы.....	7-10

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Учебный план.....	10-11
2.3. Оценочные материалы.....	11
2.4. Формы аттестации.....	12
2.5. Методическое обеспечение.....	13-17
2.6. Условия реализации Программы.....	17

**3. Рабочая программа воспитания.....** 18-20**4. Календарный план воспитательной работы .....** 21-22**5. Список литературы.....** 22-23**6. Приложения .....** 24-40

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

### Нормативно-правовая база:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол для всех» является модифицированной, разработана на основе многолетнего личного опыта педагога и в соответствии с нормативно - правовыми документами:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.12. 2023) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05 2015 №996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 3 1.03 2022 №678-р;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минобрнауки России № 882, МинПросвещения России 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07. 2023 № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями));
- Приказ Министерства образования и науки курской области от 22.08.2024г. №1-1126 « О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеразвивающих программ»;
- Устав МКОУ «Большеанненковская средняя общеобразовательная школа».
- Программа воспитания МКОУ «Большеанненковская средняя общеобразовательная школа» на 2024 – 2025 учебный год.
- Положение о дополнительной общеразвивающей программе.

**Направленность Программы** - физкультурно - спортивная.

**Актуальность Программы** обусловлена тем, что 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.

Выбор спортивной игры – волейбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

**Отличительная особенность Программы** является то, что она составлена под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий в спортивном зале, способствует приобщению детей к массовым видам спорта, направлена на создание условий для гармоничного психического, духовного и физического развития, укрепление здоровья, раскрытие двигательных способностей детей.

**Уровень Программы** - базовый.

**Адресат Программы**- учащиеся подросткового возраста (12-17 лет). Этот возраст выбран для обучения в детском объединении не случайно, ведь именно в этом возрасте дети очень активны и необходимо их активность и энергию направить в правильное русло.

Формируется разновозрастная группа – от 12 до 17 лет (психологические и физиологические особенности этого возраста, знания и навыки детей, приобретённые на уроках физической культуры в школе до включения в обучение по дополнительной программе, являются необходимым условием для успешного овладения программным материалом).

Группа формируется в зависимости от уровня теоретической и практической подготовки учащихся, их способностей к спортивной деятельности.

Наполняемость учебной группы – 15 человек.

Состав группы: постоянный.

Программа «Волейбол для всех» базового уровня рассчитана на 1 год обучения (2024 - 2025) в одной группе.

**1.2. Объём программы** - 72 часа в год.

**Срок освоения программы** – программа рассчитана на один год обучения.

**Режим занятий** - Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа – 40 минут, перерыв между занятиями – 10 минут.

**Форма обучения** – очная, с возможностью использования дистанционных образовательных технологий.

**Язык обучения** - русский.

Основными формами организации образовательного процесса является учебно - практическая деятельность (97% - практические занятия, 3 % - теоретические).

**Формы проведения занятий:**

1. Индивидуальная (самостоятельное выполнение заданий):

- индивидуализированная, где учитываются учебные и индивидуальные возможности учащихся;
- индивидуализировано - групповая (если есть сильные отличия в успеваемости).

2. Групповая, которая предполагает наличие системы «руководитель – группа - обучающийся» и включает в себя:

- дифференцированно - групповую (группы могут быть постоянными или временными в зависимости от возможностей учащихся и сложности выполняемого задания);
- кооперативно - групповую (каждая группа выполняет часть общего задания).

3. Парная, которая может быть представлена динамическими парами или парами сменного состава.

4. Коллективная, где действует такое разделение труда, которое учитывает интересы и способности каждого учащегося, даёт возможность проявить себя в общей деятельности, где есть взаимный контроль перед группой.

### **1.3. Цель Программы**

**Цель Программы:** формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди обучающихся школы, пропаганда здорового образа жизни.

### **1.4. Задачи Программы:**

**Образовательно - предметные задачи:**

- обучить учащихся техническим приёмам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);
- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам волейбола;

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

**Развивающие:**

- развить координацию движений и основные физические качества;
- способствовать повышению работоспособности учащихся;
- развивать двигательные способности;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

**Воспитательные:**

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны;
- организация полезной занятости обучающихся школы с целью профилактики правонарушений несовершеннолетних.

## 1.5. Содержание Программы

### 1. Теоретическая подготовка (2 часа)

*Теория:*

История развития волейбола. Основные правила игры волейбол. Техника безопасности при игре в волейбол. Гигиена тренировочного процесса, врачебный контроль.

**Оборудование:** инструкции по технике безопасности.

### 2. Общая физическая подготовка (ОФП) (22 часа)

*Практика:*

общеразвивающие упражнения и упражнения для развития силы; акробатические упражнения: группировки в приседе, сидя, лежа, на спине; перекаты в группировке лежа на спине (вперёд и назад); стойка на лопатках; кувырок вперёд из упора присев; переворот в сторону;

легкоатлетические упражнения: специально беговые и прыжковые упражнения; челночный бег; ускорения до 20,30,60 м.; старт и стартовый разгон; эстафетный бег; повторный бег 3-4 раза по 30-60 м.; бег с препятствиями от 100 до 200м.; метания мяча в цель, на дальность, в движущуюся цель;

подвижные игры;

спортивные игры по упрощённым правилам.

**Оборудование:** мячи для метания, свисток, секундомер.

### 3. Специальная подготовка (8 часов)

*Практика:* упражнения для развития навыков быстроты ответных действий: бег, перемещения по сигналу из различных и.п., бег с остановками и изменением направления, по сигналу – выполнение *определённого* задания в беге; упражнения для развития прыгучести: прыжки обычные и многократные на одной и обеих ногах на месте, из различных исходных положений, со скакалкой; упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.

**Оборудование:** свисток, секундомер, волейбольные мячи.

### 4. Техническая подготовка (22 часа)

*Практика:* техника нападения: перемещения и стойки в сочетании с техническими приемами нападения, передача мяча сверху двумя руками, передача мяча снизу двумя руками, нижняя прямая подача, верхняя прямая подача;

подводящие упражнения к нападающему удару: техника защиты, прием мяча, выполнение приема мяча из различных и.п., прием мяча с подачи, страховка, прием мяча после отскока от стены, пола.

**Оборудование:** свисток, мячи волейбольные.

### 5. Тактическая подготовка (10 часов)

*Практика:* тактика нападения.

**Оборудование:** свисток, мячи волейбольные.

### 6. Соревнования (4 часа)

*Практика:* игра в волейбол.

**Оборудование:** свисток, мячи волейбольные.

### 7. Контрольно-измерительные испытания (4 часа)

*Практика:* бег 30 м., челночный бег, прыжки в длину с места, бег на 1000 м., наклоны вперёд из положения стоя на скамейке, игровые действия.

## 1.6. Планируемые результаты Программы

### Планируемые результаты.

#### Образовательно - предметные результаты:

##### *Учащиеся должны знать:*

- влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм

от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;

- правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- основы методики обучения и тренировки по волейболу.
- правила игры;
- технику и тактику игры в волейбол; строевые команды;
- методику судейства учебно-тренировочных игр.

***Учащиеся должны уметь:***

- выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите;
- выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
- осуществлять судейство соревнований по волейболу;
- работать с книгой спортивной направленности.

**Развивающие результаты:**

**(универсальные учебные действия)**

**Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- проговаривать последовательность действий.
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### **Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

#### **Личностные результаты:**

- устойчивое внимание, память;
- аналитические способности;
- быстрота и неординарность мышления;
- основы здорового образа жизни;
- любознательность, познавательная активность;
- целеустремленность, решительность;
- смелость, ответственность, честность;
- аккуратность, скромность, культура поведения;
- дружелюбие, доброжелательность;
- работоспособность, дисциплинированность, самодисциплина;
- адекватная самооценка.

#### **Ключевые компетенции**

##### ***Учащиеся приобретут ценностно - смысловые компетенции:***

- способность к определению цели учебной деятельности;
- умение действовать по плану.

##### ***Учащиеся приобретут познавательные компетенции:***

- любознательность, познавательный интерес;
- стремление к овладению новыми знаниями и умениями;

##### ***Учащиеся приобретут информационные компетенции:***

- осознанную потребность в новых знаниях;

##### ***Учащиеся приобретут коммуникативные компетенции:***

- продуктивное взаимодействие в коллективе.

*Учащиеся приобретут компетенции личностного самосовершенствования:*

- фантазию, воображение;
- наглядное, ассоциативно - образное мышление;
- достижение и переживание ситуации успеха.

*Учащиеся приобретут общекультурные компетенции:*

- аккуратность, экономное отношение к материалам;
- позитивную эмоциональность.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Таблица 1

№ п/п	Год обучения, уровень	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1 год, базовый	05.09.2024	22.05.2025	36	36	72	1 день в неделю по четвергам	02-01.2025	26.12.2024 15.05.2025

### 2.2. Учебный план

Таблица 2

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	2	2	0	Опрос
2	Общая физическая подготовка	22	0	22	Наблюдение
3	Специальная физическая	8	0	8	Наблюдение

	подготовка				
4	Техническая подготовка	22	0	22	Наблюдение
5	Тактическая подготовка	10	0	10	Наблюдение
6	Соревнования	4	0	14	Товарищеские встречи, муниципальные соревнования
7	Контрольно-переводные испытания	4	0	4	Итоговое тестирование
	<b>Итого часов</b>	<b>72</b>	<b>2</b>	<b>72</b>	

### 2.3. Оценочные материалы

#### Оценка планируемых результатов обучения

Отслеживание результатов в творческом объединении направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках учащихся и на определение эффективности функционирования педагогического процесса. Оно должно обеспечивать взаимодействие внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль учащихся). Целью отслеживания и оценивания результатов обучения является: содействовать воспитанию у учащихся ответственности за результаты своего труда, критического отношения к достигнутому, привычки к самоконтролю и самонаблюдению, что формирует навык самоанализа. К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого учащегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков учащихся;
- дифференцированный подход

Отслеживание *личностного развития* учащихся осуществляется методом наблюдения и собеседования.

*Оценка планируемых результатов - Приложение 2.*

## 2.4. Формы аттестации

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование.

### Формы аттестации:

Опрос, зачет, контрольная игра, соревнования.

Аттестация проводится дважды в течение учебного года: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия.

### Формы отслеживания образовательных результатов:

Журнал учёта работы педагога, собеседование, наблюдение и дневник наблюдений, опрос, тестирование, самостоятельная работа учащихся, соревнования; мониторинг.

### Формы демонстрации образовательных результатов:

Школьные, межшкольные и муниципальные соревнования.

Отслеживание *личностного развития* учащихся осуществляется методом наблюдения.

Для отслеживания результатов *применяются* следующие *виды и формы контроля*:

Таблица 3

Вид контроля	Форма контроля
Вводный контроль (направлен на выявление требуемых на начало обучения знаний, умений; даёт информацию об уровне подготовки учащихся).	Собеседование, наблюдение, сдача нормативов.
Текущий контроль (по итогам занятий) (осуществляется в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях учащихся)	Опросы, собеседование, наблюдение, контрольные задания (общие, дифференциация и подбор индивидуальных заданий с учётом особенностей учащихся). В конце каждого занятия важно подводить итоги, указывая на ошибки и недочёты.
Тематический контроль (по итогам завершения каждой темы)	Контрольная игра, выполнение нормативов.
Итоговый контроль, проводимый в конце каждого полугодия, всего учебного года.	Практические: (сдача нормативов, игра).

## 2.5. Методическое обеспечение

Основной формой работы в детском объединении является учебно - практическая деятельность (97% - практические занятия, 3 % - теоретические).

На каждом этапе реализации программы используется широкий спектр методов, обеспечивающих максимально эффективное усвоение материала каждым учащимся. Конкретные методы работы выбираются согласно составу данной группы, её обученности, личностным возможностям. Теоретические занятия разумно проводить в форме бесед.

Обучение строится по принципу «от простого к сложному» и по принципу расширения кругозора по данным темам. Занятия проходят с группой в целом, однако акцент ставится на индивидуальный подход к каждому учащемуся внутри группы. Это объясняется особенностями возрастного развития, как психического, так и физиологического: различный объем памяти и скорость запоминания, различный уровень предварительной физической подготовки, различие стимулов для выполнения того или иного задания. По мере приобретения новых навыков и знаний добавляется принцип приобщения «опытных» учащихся к обучению начинающих. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик.

Методика проведения занятий строится с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников и направлена на их обучение. Занятия проводятся на основе педагогических технологий, активизации и интенсификации деятельности учащихся. При этом используются групповые и индивидуальные формы работы.

В образовательном процессе используются следующие инновационные **педагогические технологии:**

- личностно - ориентированные технологии;
- информационные технологии
- здоровье сберегающие технологии;
- технологии сотрудничества;
- технологии создания ситуации успеха.

На занятиях в детском объединении «Волейбол для всех» используются такие формы работы с учащимися:

1. Индивидуальная (самостоятельное выполнение заданий):

- индивидуализированная, где учитываются учебные и индивидуальные возможности учащихся.

2. Групповая, которая предполагает наличие системы «руководитель – группа – учащийся» и включает в себя:

- дифференцированно - групповую (группы могут быть постоянными или временными в зависимости от возможностей учащихся и сложности выполняемого задания);
- кооперативно - групповую (каждая группа выполняет часть общего задания).

### **Формы отслеживания и демонстрации образовательных результатов.**

Для отслеживания и демонстрации образовательных результатов применяются следующие формы: журнал учёта работы педагога, собеседование, наблюдение, опрос; мониторинг учебной эффективности; электронный мониторинг предметных, метапредметных, личностных результатов обучения.

### **Методы обучения.**

В процессе реализации программы применяются методы и приёмы обучения, основанные на общении, диалоге педагога и учащихся, развитии творческих способностей детей:

1. По признаку получения знаний:
  - словесные (рассказ, беседа);
  - наглядные (методы демонстрации: показ упражнений);
  - практические (упражнения).
2. По способам организации деятельности:
  - информационные, объяснительно - иллюстративные;
  - репродуктивные.
3. По управлению учебно - познавательной деятельностью:
  - методы формирования познавательных интересов;
  - методы формирования чувства долга.
4. Методы контроля и самоконтроля.
5. Методы формирования устойчивой мотивации:
  - соревнования, создания ситуации успеха.

Для формирования и развития положительных личностных качеств учащихся необходимо применять методы воспитания: беседа, убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, создание ситуации успеха и др.

В процессе реализации программы используются следующие *элементы педагогических технологий*: проблемного обучения, уровневой дифференциации, развивающего личностно - ориентированного обучения.

### **Дидактические средства.**

Инструкционные карты должны быть выполнены с учётом требований эстетики. Стенды должны находиться на видном и доступном месте для учащихся, чтобы они могли быстро к ним обратиться при возникновении затруднения в работе.

Правильная разработка и широкий арсенал учебно - наглядных пособий во многом обеспечивает успешность понимания, усвоения материала, правильность выполнения заданий.

### **Примерный алгоритм учебного занятия**

Структурирование учебного материала программы построено по принципу «расширяющейся спирали», благодаря чему одна и та же мыслительная операция отрабатывается на занятиях периодически многократно, причём содержание постепенно усложняется и расширяется за счёт обогащения новыми компонентами, на основе углублённой проработки каждого двигательного действия. При этом мыслительной операцией является акт мышления, благодаря которому решается элементарная задача, неразложимая на более простые компоненты.

Реализация разделов программы осуществляется в комплексе на каждом занятии, которое состоит из четырёх частей:

- вводной;
- подготовительной;
- основной;
- заключительной.

В *вводной части* занятия ставится задача - организовать детей, мобилизовать их внимание, проверить гигиеническое состояние занимающихся.

В *подготовительной части* необходимо осуществить ритуал подготовить организм ребёнка к выполнению последующих упражнений (комплексы разминочных, общеукрепляющих упражнений).

Задача *основной части* – отработка специальных упражнений; наработка технических действий; проведение учебных игр.

*Заключительная часть* занятия направлена на обеспечение постепенного перехода от занятий к предстоящей деятельности в течение дня.

В структуру занятий вплетены различные виды деятельности:

- дыхательные упражнения;
- двигательные упражнения;
- специальные упражнения;
- гимнастика;
- подвижные игры;
- психолорегуляция.

Для успешного осуществления занятия учащихся на каждом его этапе необходимо учитывать следующие методические положения:

1. В процессе подготовки всех учащихся нагрузка должна быть направлена на уровень, характерный для следующего этапа.

2. Неуклонный рост объёма средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется в сторону увеличения удельного веса средств специальной физической подготовки.

3. Необходимо обеспечить преемственность и увеличение объёма и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок на протяжении всей подготовки.

4. Следует строго соблюдать принцип постепенности в тренировочном процессе учащихся. Специальная подготовленность учащегося будет должным образом повышаться лишь в том случае, если нагрузки на всех этапах подготовки полностью соответствуют возрастным и индивидуальным возможностям учащегося.

5. Преимущественная направленность тренировочного процесса подготовки должна определяться с учётом сенситивных (наиболее благоприятных) периодов развития физических и психических качеств.

6. Обязательное соблюдение необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

Технико - тактические знания в волейболе передаются с помощью основных форм тренировки.

**При реализации программы используются следующие  
дидактические и методические материалы:**

*Таблица 4*

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела, темы</b>	<b>Дидактические и методические материалы</b>
1.	Теоретическая подготовка	Учебник, РЭШ, ноутбук
2.	Общая физическая подготовка	Спортзал, скакалки, мячи, учебник, РЭШ
3.	Специальная физическая подготовка	Спортзал, скакалки, мячи, учебник, РЭШ
4.	Техническая	Спортзал, скакалки, мячи, учебник, РЭШ

	подготовка	
5.	Тактическая подготовка	Спортзал, скакалки, мячи, учебник, РЭШ,
6.	Соревнования	Спортзал, мячи, учебник, РЭШ,
7.	Контрольно-измерительные испытания	Спортзал, спортивная площадка, мячи, спортивные скамейки, секундомер

## 2.6. Условия реализации Программы

### *Материально-технические и кадровые условия*

Для успешной реализации программы "Волейбол для всех" имеется спортивный зал, дополненный подсобкой для хранения спортивного оборудования, отвечающий санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СанПиН 2.4.4 3172-14).

Для проведения занятий имеется следующее спортивное оборудование:

1. Сетка волейбольная - 1 шт.
2. Гимнастические стенки - 2 шт.
3. Гимнастические скамейки - 2 шт.
4. Гимнастические маты - 3 шт.
5. Скакалки — 15 шт.
6. Мячи набивные (масса 1 кг) - 2 шт.
7. Мячи волейбольные - 20 шт.
8. Сетка для переноса мячей – 2шт.
9. Баскетбольные и футбольные мячи, шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.

Имеется снарядная в которой хранится спортивный инвентарь.

Эффективность образовательного процесса обеспечивается наличием *методического материала*: учебники по волейболу; методические пособия по волейболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок; правила соревнований; инструкции по технике безопасности; нормативные документы по дополнительному образованию; учебные карточки с заданиями; нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок, методическая литература, ноутбук с выходом в интернет.

Кадровые условия: педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее специальное педагогическое образование.

### 3. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Рабочая программа воспитания предназначена для группы учащихся, а также их родителей (законных представителей) детского объединения «Волейбол для всех» физкультурно-спортивной направленности.

Количество учащихся в учебной группе составляет 15 человек.

Формы работы с учащимися и их родителями (законными представителями) - индивидуальные и групповые.

#### Цель, задачи и результаты воспитательной работы

**Цель воспитательной программы:** создание психологически комфортного культурно-образовательного пространства для подготовки разносторонне развитой личности гражданина, способной ориентироваться в системе ценностей, в потребностях современной жизни, адаптироваться в новых социально-экономических условиях, осуществлять непрерывное самообразование, личностно самосовершенствование, используя потенциал свободного времени.

Для достижения этой цели решаются следующие **задачи** воспитания:

- организация активной, творческой жизнедеятельности детей и подростков;
- развитие ключевых компетенций, необходимых в учебной деятельности;
- активное использование в воспитательной системе возможности ближайшего социума;
- развитие внутренней мотивации подростка;
- формирование ценностно - смыслового равенства ребёнка и взрослого – взрослый лишь создаёт условия, решение принимает сам подросток;
- пропаганда коллективного характера деятельности, удовлетворяющего потребность в общении, проявлении и утверждении себя, готовности прийти на помощь друзьям;
- формирование благоприятного для личностного развития ребёнка, подростка эмоциональный климат;
- социальная поддержка воспитанников, ориентирующая их на преодоление трудностей, вхождение в социум, сотрудничество с родителями.

#### Основные направления.

Воспитание в рамках программы предполагает следующие направления:

- 1) Физкультурно - спортивная деятельность
- 2) Познавательная деятельность
- 3) Социально - значимая деятельность
- 4) Духовно - нравственная деятельность
- 5) Культура безопасности жизнедеятельности

Воспитательная работа реализуется через:

- традиционные дела;
- целевые воспитательные программы;
- районные целевые программы, реализуемые на базе учреждения;
- участие в районных и областных программах;
- работа с родителями;
- работа с детским коллективом.

#### **Формы, методы, технологии воспитательной работы**

Формы: соревнования, экскурсия, акция, праздник.

Методы (метод определяется как «путь» способ деятельности педагога):

- убеждение, упражнение, поощрение и наказание;
- организация детского коллектива, убеждение и стимулирование;
- убеждение (словесное разъяснение, требование, дискуссия), организация деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, требование), стимулирование поведения (оценка, взаимооценка, похвала, поощрение, наказание и т. п.);
- разностороннее воздействие на сознание, чувства и волю учащихся (беседа, диспут, метод примера, убеждение и т. п.); организация деятельности и формирование опыта общественного поведения (педагогическое требование, общественное мнение, приучение, упражнение, поручение, создание воспитывающей ситуации); регулирование, коррекция и стимулирование поведения и деятельности (соревнование, поощрение, наказание, оценка);
- формирование сознания личности (взглядов, убеждений, идеалов); организация деятельности, общения, опыта общественного поведения; стимулирование и мотивация деятельности и поведения; контроль, самоконтроль и самооценка деятельности и поведения.

#### **Технологии:**

- Здоровьесберегающие технологии.
- Технология личностно - ориентированного обучения.
- Технология индивидуализации обучения.
- Технология проблемно - ценностной дискуссии.
- Технология социально - образовательного проекта.
- Технология педагогической поддержки.
- Технология коллективной творческой деятельности (КТД).
- Технологии социального моделирования.
- Технология проектного обучения.
- Кейс - технология.
- Технология сотрудничества.

#### **Планируемые результаты реализации программы воспитания:**

1. Поддержка и развитие творческого потенциала учащихся.
2. Повышение активности участия учащихся в социально – значимых делах социума.
3. Умение взаимодействовать с другими членами коллектива, и желание участвовать в его делах
4. Повышение культуры организации своей деятельности;
5. Адекватность восприятия оценки своей деятельности и ее результатов и уважительное отношение к деятельности других;
6. Толерантность;
7. Стремление к самореализации социально адекватными способами;
8. Соблюдение нравственно-этических норм (правил этикета, общей культуры речи, культуры внешнего вида).

#### **Способы проверки ожидаемых результатов:**

- Анализ подготовки и проведения мероприятий с применением дистанционных форм организации.
- Количественные показатели (количество проведённых мероприятий, охват участников, охват зрителей).
- Социальные показатели (заинтересованность учащихся, педагогов и родителей).

#### **Работа с коллективом учащихся**

Работа с коллективом учащихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала учащихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

#### **Работа с родителями**

Работа с родителями учащихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения;
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.
- организация консультаций педагога психолога с родителями учащихся.

#### 4. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

Таблица 5

№ п/п	Название мероприятия, событие	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1	Волейбол	соревнование	Сентябрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
2	Размещение на сайте спортивной информации о школе и достижениях занимающихся	Информация в школьную группу ЦДИ	В течение года Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
3	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися ФСШ № 2 (мальчики)	соревнование	Ноябрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
4	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися ФСШ № 2 (девочки)	соревнование	Ноябрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
5	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися Большежировской СОШ (мальчики)	соревнование	Декабрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
6	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися Большежировской	соревнование	Декабрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования

	СОШ (девочки)			
7	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися Глебовской СОШ (девочки)	соревнование	Декабрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
8	Товарищеская встреча по волейболу с учащимися Глебовской СОШ (мальчики)	соревнование	Декабрь Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
9	Волейбол	соревнование	Февраль Фатеж, ФОК	РИМК, педагог дополнительного образования
10	Волейбол	соревнование	Февраль Фатеж, ФОК	РИМК, педагог дополнительного образования
11	Волейбол	соревнование	Март Фатеж, ФОК	РИМК, педагог дополнительного образования
12	Волейбол	соревнование	Март Фатеж, ФОК	РИМК, педагог дополнительного образования
13	Индивидуальная работа с родителями.	беседа	В течение года Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования
14	Обсуждение итогов года	Коллективное обсуждение	Май Внутри учреждения	Педагог дополнительного образования

## 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Список литературы, рекомендованной педагогам:

1. Волейбол: учебник для институтов физической культуры/Ю. Д. Железняк [и др.]. - М. : Физкультура и спорт, 2000.–368 с.

2. Гуревич, И. А.: 300 соревновательных игровых заданий по физическому воспитанию: практ. пособие/И.А. Гуревич.–Мн. : Выш. шк., 1992.–319 с.

**Список литературы, рекомендованной обучающимся:**

1. Эйнгорн, А. Н.: 500 упражнений для волейболистов/А. Н. Эйнгорн.-М.: Физкультура и спорт, 2007.–206 с.

**Список литературы, рекомендованной родителям:**

1. Клещев, Ю.Н.: Юный волейболист/Ю. Н. Клещев, А. Г. Фурманов.-М.: Физическая культура и спорт, 1979. - 231

## 6. ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение №1. Календарно – тематическое планирование

*Таблица 6*

№ п/п	Дата план	Тема занятия	Кол-во часов	Форма/тип занятия	Место проведения
1	05.09. 2024	Вводное занятие. Техника безопасности при игре в волейбол.	1	Учебное	Спортзал
2	05.09. 2024	Передача мяча двумя руками сверху.	1	Практическое	Спортзал
3	12.09. 2024	Перемещения и стойка волейболиста. Подвижные игры с элементами волейбола.	1	практическое	Спортзал
4	12.09. 2024	Прием и передача мяча снизу двумя руками.	1	Практическое	Спортзал
5	19.09. 2024	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	Практическое	Спортзал
6	19.09. 2024	ОФП. Подвижные игры и эстафеты.	1	Практическое	Спортзал
7	26.09. 2024	Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками.	1	Практическое	Спортзал
8	26.09. 2024	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	Практическое	Спортивная площадка
9	03.10. 2024	ОФП. Прием и передача мяча двумя руками снизу.	1	Практическое	Спортзал
10	03.10. 2024	СФП. Подвижные игры с элементами волейбола.	1	Практическое	Спортивная площадка
11	10.10. 2024	Физическая подготовка. Подвижные игры с элементами волейбола.	1	Практическое	Спортзал
12	10.10. 2024	Развитие быстроты и прыгучести. Нижняя прямая подача.	1	Практическое	Спортивная площадка

13	17.10. 2024	Физическая подготовка. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	1	Практичес кое	Спортзал
14	17.10. 2024	Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	Практичес кое	Спортзал
15	24.10. 2024	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками.	1	Практичес кое	Спортзал
16	24.10. 2024	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками.	1	Практичес кое	Спортзал
17	31.10. 2024	История развития волейбола. Гигиена тренировочного процесса, врачебный контроль	1	Учебное	Спортзал
18	31.10. 2024	Передачи мяча сверху двумя руками. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	1	Практичес кое	Спортзал
19	07.11. 2024	ОРУ у гимнастической стенки. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Игра в мини-волейбол	1	Практичес кое	Спортзал
20	07.11. 2024	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	1	Практичес кое	Спортзал
21	14.11. 2024	Прием снизу двумя руками на месте и после перемещения. Прием мяча после подачи. Прием снизу двумя руками. Прием наброшенного мяча партнером – на месте и после	1	Практичес кое	Спортзал

		перемещения в парах, направляя мяч вперед-вверх. Учебная игра			
22	14.11. 2024	История развития волейбола. Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача.	1	Практичес кое	Спортзал
23	21.11. 2024	Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ со скакалками и резиновыми эспандерами	1	Практичес кое	Спортзал
24	21.11. 2024	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	1	Практичес кое	Спортзал
25	28.11. 2024	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 м. Подвижные игры	1	Практичес кое	Спортзал
26	28.11. 2024	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Подводящие упражнения с малым мячом для	1	Практичес кое	Спортзал

		нападающего удара.			
27	05.12. 2024	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	Практическое	Спортзал
28	05.12. 2024	Многочисленное выполнение технических приемов – одного и в сочетаниях. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация.	1	Практическое	Спортзал
29	12.12. 2024	Основные правила игры волейбол. Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Игра ручной мяч	1	Практическое	Спортзал
30	12.12. 2024	Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	1	Практическое	Спортзал
31	19.12. 2024	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи и первая передача в зону нападения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Практическое	Спортзал
32	19.12. 2024	Упражнения для развития навыков быстроты	1	Практическое	Спортзал

		ответных действий, прыгучести. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра			
33	26.12. 2024	Промежуточный контроль	1	Практическое	Спортзал
34	26.12. 2024	Промежуточный контроль	1	Практическое	Спортзал
35	09.01. 2025	Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ со скакалками и резиновыми эспандерами. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Учебная игра	1	Практическое	
36	09.01. 2025	Многократное повторение тактических действий. Игра «Два мяча через сетку». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра баскетбол	1	Практическое	Спортзал
37	16.01. 2025	Гигиена и режим юного спортсмена. Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра мини-футбол.	1	Практическое	Спортзал
38	16.01. 2025	Совершенствование передачи мяча сверху в парах,	1	Практическое	Спортзал

		тройках, со стенкой. ОРУ у гимнастической стенки. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Падения.			
39	23.01. 2025	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. «Эстафета с прыжками», игра «Перестрелка».	1	Практическое	Спортзал
40	23.01. 2025	Двухсторонняя контрольная игра в волейбол	1	Практическое	Спортзал
41	30.01. 2025	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Верхняя прямая подача нацеленная. Верхняя прямая подача (планирующая) по указанным зонам	1	Практическое	Спортзал
42	30.01. 2025	Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Ручной мяч. Подготовительные игры: «Два мяча через сетку» с различными заданиями, эстафеты с перемещениями и передачами.	1	Практическое	Спортзал
43	06.02. 2025	Действия в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3 Групповые действия:	1	Практическое	Спортзал

		взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче.			
44	06.02. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	Практическое	Спортзал
45	13.02. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	Практическое	Спортзал
46	13.02. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	1	Практическое	Спортзал
47	20.02. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	1	Практическое	Спортзал
48	20.02. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 5,6,1 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы). Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств	1	Практическое	Спортзал
49	27.02. 2025	Упражнения для развития качеств, необходимых при	1	Практическое	Спортзал

		<p>выполнении приема и передач.</p> <p>Имитация</p> <p>Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей</p>			
50	27.02. 2025	<p>Развитие общей выносливости.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3(2), вторая передача игроку зоны 4 (2).</p>	1	Практическое	Спортзал
51	06.03. 2025	<p>Нижняя прямая подача.</p> <p>Верхняя прямая подача.</p> <p>Передачи мяча. Чередование тактических действий (индивидуальных и коллективных) в нападении.</p> <p>Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче;</p> <p>игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3(2) при приеме подачи.</p>	1	Практическое	Спортзал
52	06.03. 2025	<p>Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3. Бег с изменением направления из различных и.п. Челночный бег</p>	1	Практическое	Спортзал

		3x10м, 5x10м.			
53	13.03. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	1	Практическое	Спортзал
54	13.03. 2025	Чередование тактических действий (индивидуальных и коллективных) в нападении. Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3(2) при приеме подачи	1	Практическое	Спортзал
55	20.03. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	Практическое	Спортзал
56	20.03. 2025	Блокирование одиночное. Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	1	Практическое	Спортзал
57	27.03. 2025	Двухсторонняя контрольная игра в волейбол	1	Практическое	Спортзал
58	27.03. 2025	Прыжковая и силовая работа на развитие точных	1	Практическое	Спортзал

		приемов и передач. Верхняя прямая подача нацеленная. Верхняя прямая подача (планирующая) по указанным зонам			
59	03.04. 2025	Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Ручной мяч. Подготовительные игры: «Два мяча через сетку» с различными заданиями, эстафеты с перемещениями и передачами.	1	Практическое	Спортзал
60	03.04. 2025	Учебно – тренировочная игра	1	Практическое	Спортзал
61	10.04. 2025	Действия в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3 Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче.	1	Практическое	Спортзал
62	10.04. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	1	Практическое	Спортзал
63	17.04. 2025	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху	1	Практическое	Спортзал

		или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.			
64	17.04. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	1	Практическое	Спортзал
65	24.04. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	1	Практическое	Спортзал
66	24.04. 2025	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 5,6,1 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы). Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств	1	Практическое	Спортзал
67	08.05. 2025	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей	1	Практическое	Спортзал
68	08.05. 2025	Развитие общей выносливости. Подвижные игры. Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и	1	Практическое	Спортзал

		первая передача в зону 3(2), вторая передача игроку зоны 4 (2).			
69	15.05. 2025	Итоговый контроль	1	Практичес кое	Спортивная площадка
70	15.05. 2025	Итоговый контроль	1	Практичес кое	Спортивная площадка
71	22.05. 2025	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра в волейбол	1	Практичес кое	Спортзал
72	22.05. 2025	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра в волейбол	1	Практичес кое	Спортзал
			72		

## Приложение 2 Оценка планируемых результатов обучения

### 1. Оценка образовательно - предметных результатов

#### Бег 30 метров

Таблица 7

Возраст	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	Средний	низкий
11-12 лет	5,1	5,5	5,7	5,3	5,8	6,0
13-15 лет	4,7	5,1	5,3	5,0	5,4	5,6
16-17 лет	4,4	4,7	4,9	5,0	5,5	5,7

#### Челночный бег (мальчики)

Таблица 8

Возраст	Дистанция	Высокий	Средний	Низкий
11-12 лет	3x10	7,9	8,7	9,0
13-15 лет	3x10	7,2	7,8	8,1
16-17 лет	3x10	6,9	7,6	7,9

#### Челночный бег (девочки)

Таблица 9

Возраст	Дистанция	Высокий	Средний	Низкий
11-12 лет	3x10	8,2	9,1	9,4
13-15 лет	3x10	8,0	8,8	9,0
16-17 лет	3x10	7,9	8,7	8,9

### Прыжки в длину с места

Таблица 10

Школьный класс	Мальчики			Девочки		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
5 класс	170	155	135	160	150	130
6 класс	175	165	145	165	155	140
7 класс	180	170	150	170	160	145
8 класс	190	180	165	175	165	155
9 класс	210	200	180	180	170	155
10 класс	220	210	190	185	170	155
11 класс	230	220	200	185	170	155

### Бег на 1000 м

Таблица 11

Школьный класс	Мальчики			Девочки		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
5 класс	4,30	4,50	5,20	4,5	5,10	5,40
6 класс	4,20	4,45	5,15	5,11	5,25	5,50
7 класс	4,10	4,30	5,00	4,58	5,10	5,50
8 класс	3,50	4,30	4,50	4,20	4,50	5,15
9 класс	3,57	4,10	4,25	4,39	4,54	5,15
10 класс	3,44	3,58	4,15	4,31	4,45	5,00
11 класс	3,36	3,50	4,00	4,23	4,40	4,50

### Наклоны вперед из положения стоя на скамейке

Таблица 12

Возраст	Мальчики			Девочки		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
11-12 лет	+3	+5	+9	+4	+6	+13
13-15 лет	+4	+6	+11	+5	+8	+15

16-17 лет	+6	+8	+13	+7	+9	+16
-----------	----	----	-----	----	----	-----

### Игровые действия

Таблица 13

Норматив	0	1	2
Подача мяча	Не подал	Подал только нижней	Подача и нижней, и верхней
Прием подачи	Не принял	Принял	Принял с доводкой
Передача мяча	Нет точных передач	Передачи точные только верхом	Передачи точные и низом, и верхом
Атакующий удар	Не атакует	Атакует без прыжка	Атакует с прыжком

## 2. Оценка развивающих результатов

Таблица 14

<b>Недостаточно развиты:</b>	<b>В достаточной мере развиты:</b>	<b>Уверенно развиты:</b>
<p>- познавательные интересы, творческое и образное мышление, пространственное воображение, интеллектуальные, творческие, коммуникативные способности и разносторонние качества личности учащихся, через приобщение их к культурному наследию своей страны;</p> <p>- способности к самостоятельному поиску и использованию информации для решения практических задач; к деловому сотрудничеству в процессе</p>	<p>- познавательные интересы, творческое и образное мышление, пространственное воображение, интеллектуальные, творческие, коммуникативные способности и разносторонние качества личности учащихся, через приобщение их к культурному наследию своей страны;</p> <p>- способности к самостоятельному поиску и использованию информации для решения практических задач; к деловому</p>	<p>- познавательные интересы, творческое и образное мышление, пространственное воображение, интеллектуальные, творческие, коммуникативные способности и разносторонние качества личности учащихся, через приобщение их к культурному наследию своей страны;</p> <p>- способности к самостоятельному поиску и использованию информации для решения практических задач; к деловому сотрудничеству в процессе</p>

коллективной деятельности.	сотрудничеству в процессе коллективной деятельности.	коллективной деятельности.
----------------------------	--	----------------------------

### 3. Оценка воспитательных результатов

Таблица 15

<i>Недостаточно развиты:</i>	<i>В достаточной мере развиты:</i>	<i>Уверенно развиты:</i>
<p>- дружелюбие, жизнерадостность;</p> <p>- сила воли, дисциплина, ответственность;</p> <p>- чувство коллективизма,</p> <p>- такие качества личности как трудолюбие, бережливость, аккуратность, целеустремленность, ответственность за результаты своей деятельности, уважительное отношение к людям различных профессий и результатам их труда; творческое отношение к выполнению физических упражнений</p> <p>- опыт применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.</p>	<p>- дружелюбие, жизнерадостность;</p> <p>- сила воли, дисциплина, ответственность;</p> <p>- чувство коллективизма,</p> <p>- такие качества личности как трудолюбие, бережливость, аккуратность, целеустремленность, ответственность за результаты своей деятельности, уважительное отношение к людям различных профессий и результатам их труда; творческое отношение к выполнению физических упражнений.</p> <p>- опыт применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.</p>	<p>- дружелюбие, жизнерадостность;</p> <p>- сила воли, дисциплина, ответственность;</p> <p>- чувство коллективизма,</p> <p>- такие качества личности как трудолюбие, бережливость, аккуратность, целеустремленность, ответственность за результаты своей деятельности, уважительное отношение к людям различных профессий и результатам их труда; творческое отношение к выполнению физических упражнений</p> <p>- опыт применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.</p>

### 4. Оценка ключевых компетенций

Таблица 16

<b>Оценка ключевых компетенций</b>		
<i>Недостаточно развиты:</i>	<i>В достаточной мере развиты:</i>	<i>Уверенно развиты:</i>
-ценностно-смысловые	-ценностно-смысловые	-ценностно-смысловые

<p>компетенции: умение действовать по плану,</p> <p>- познавательные компетенции: любознательность, познавательный интерес; - информационные компетенции: осознанная потребность в новых знаниях;</p> <p>- коммуникативные компетенции: продуктивное взаимодействие в коллективе;</p> <p>- компетенции личностного самосовершенствования: фантазия, воображение; наглядное, ассоциативно-образное мышление; достижение и переживание ситуации успеха;</p> <p>- общекультурные компетенции: аккуратность, бережное отношение к спортивному инвентарю; позитивная эмоциональность.</p>	<p>компетенции: умение действовать по плану,</p> <p>- познавательные компетенции: любознательность, познавательный интерес; - информационные компетенции: осознанная потребность в новых знаниях;</p> <p>- коммуникативные компетенции: продуктивное взаимодействие в коллективе;</p> <p>- компетенции личностного самосовершенствования: фантазия, воображение; наглядное, ассоциативно-образное мышление; достижение и переживание ситуации успеха;</p> <p>- общекультурные компетенции: аккуратность, бережное отношение к спортивному инвентарю; позитивная эмоциональность.</p>	<p>компетенции: умение действовать по плану,</p> <p>- познавательные компетенции: любознательность, познавательный интерес; - информационные компетенции: осознанная потребность в новых знаниях;</p> <p>- коммуникативные компетенции: продуктивное взаимодействие в коллективе;</p> <p>- компетенции личностного самосовершенствования: фантазия, воображение; наглядное, ассоциативно-образное мышление; достижение и переживание ситуации успеха;</p> <p>- общекультурные компетенции: аккуратность, бережное отношение к спортивному инвентарю; позитивная эмоциональность.</p>
--	--	--

### 5. Контроль за уровнем нагрузки и степенью утомления учащихся

Таблица 17

Объект наблюдения	Степень и признаки утомляемости		
	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Резкое покраснение, побледнение или синюшность

Речь	Отчётливая	Затруднённая	Крайне запутанная или невозможная.
Мимика	Обычная	Выражение лица напряжённое	Выражения страдания на лице.
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половины тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли.
Дыхание	Учащённое, ровное	Сильно учащённое	Сильно учащённое, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием.
Движения	Бодрая походка	Неуравновешенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная, поза с опорой, падение.
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах, сердцебиение, одышка, шум в ушах.	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота