

УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД-КУРОРТ СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ № 95 ГОРОДА СОЧИ ИМЕНИ К.Э.ЦИОЛКОВКОГО

Принята на заседании  
педагогического  
от « 30 » августа 2023 г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор Лицея № 95 г.Сочи

Тлиф Ф.А.  
Приказ № 215-О от 30.08. 2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**« ВОЛЕЙБОЛ »**

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год (108 ч.)

Возрастная категория: от 14 до 17 лет

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на: бюджетной основе

ИД-номер Программы в Навигаторе: 22968

Автор-составитель:

**Цирульникова Наталья Ивановна.**

педагог дополнительного  
образования Лицея № 95

Сочи 2023 г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным 07.12.2018;
3. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (далее – Концепция);
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
7. Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Краевыми методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ;
10. Уставом муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения Лицей № 95 города Сочи имени К.Э. Циолковского.

Программа предполагает занятия с детьми 14 -17 лет.

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие первичные навыки игры в волейбол. Набор обучающихся в объединение производится с августа по октябрь текущего года.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Так же занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов.

Программе прививает интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом реализуется возможность, подготовки общественных

физкультурных организаторов (инструкторов и судей) для школьного спортивного клуба, активных помощников в летних профильных лагерях.

**Новизна** программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в воспитании высоких моральных качеств, чувства коллективизма, патриотизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании подростков играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

**Отличительной особенностью** программы является то, что она позволяет учащимся, имеющим первичные навыки игры в волейбол развивать и совершенствовать их, приобретать новый опыт, приобщаться к регулярным занятиям спортом.

**Особенности организации образовательного процесса:** занятия проходят в разновозрастных постоянных группах.

**Программа реализуется на бюджетной основе.**

На занятиях используются следующие формы обучения - командная, малыми группами, индивидуальная.

**Формы проведения занятий:** тренировочные занятия, тестирования, лекции, спортивные соревнования.

**Уровень, объём и сроки реализации программы.** Программа базового уровня. Срок реализации - 1 год (108 часов). Академический час - 45 минут.

Форма обучения - очная.

Количество занятий не менее 2 раз в неделю, но не более 2 академических часов (перерыв 1 час после каждого часа занятий).

Наполняемость учебной группы : до 22 человек.

## ОБУЧЕНИЕ

### **Цель программы:**

формирование интереса и потребности к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся образовательного учреждения, приобщение к ЗОЖ.

### **Задачи:**

#### *Образовательные*

- Овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол
- Совершенствовать двигательные качества у учащихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- Обучить технико-тактическим приёмам игры;
- Расширить теоретическую базу знаний

#### *Метапредметные*

- Повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- Развивать память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;

#### *Личностные*

- Сформировать отношение к игре волейбол как возможной области будущей профессиональной деятельности.
- Развивать навыки бережного отношения к здоровью.

- Повысить интерес обучающихся к участию в предметных конкурсах, в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план

| №  | Наименование разделов, блоков, тем       | Всего часов | Количество часов учебных занятий |              | Форма контроля               |
|----|--|-------------|----------------------------------|--------------|------------------------------|
|    |  |             | Теоретические                    | Практические |                              |
|    | СОГ                                      |             |                                  |              |                              |
| 1. | Теоретическая подготовка                 | 8           | 8                                |              |                              |
| 2. | Общая физическая подготовка              | 35          | 1                                | 34           | сдача контрольных нормативов |
| 3. | Специальная физическая подготовка        | 12          | 1                                | 11           | сдача контрольных нормативов |
| 4. | Технико-тактическая подготовка           | 23          | 1                                | 22           | сдача контрольных нормативов |
| 5. | Игровая подготовка                       | 27          | 1                                | 26           | Контрольные игры             |
| 6. | Контрольные испытания и календарные игры | 3           |                                  | 3            | сдача контрольных нормативов |
|    | Итого:                                   | 108         | 12                               | 96           |                              |

### Содержание учебно-тематического плана

#### Теоретическая подготовка (8 ч.)

1. Инструктаж по технике безопасности. Правила игры в волейбол (3 ч.)
2. Понятие о спортивной тренировке, её цель, задачи и основное содержание.(1ч.)
3. Основные правила соревнований (1ч.)
4. Понятие физической культуры. Физическая культура как средство воспитания организованности, нравственных качеств, жизненно важных умений и навыков.(1ч.)
5. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль (1 ч.)
6. Физическая культура и спорт в России (1 ч.)

#### Общая физическая подготовка (35ч.)

Общая физическая подготовка направлена на развитие основных двигательных качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, а также на обогащение волейболистов разнообразными двигательными навыками. В состав ОФП входят строевые упражнения и команды для управления группой;

- упражнения **из гимнастики** подразделяются на 3 группы: для мышц рук и плечевого пояса, для мышц туловища и шеи, для мышц ног и таза;

- **акробатические** упражнения включают группировки и перекаты в различных положениях, стойка на лопатках, стойка на голове и руках, кувырки вперед и назад;

- **легкоатлетические** упражнения – упражнения в беге, прыжках и метаниях;

- **спортивные и подвижные игры:** баскетбол, ручной мяч, футбол, бадминтон; «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Вызывай смену», «Ловцы» и др..

### **Специальная физическая подготовка (12 ч.)**

Специальная физическая подготовка направлена на развитие физических качеств и способностей, специфичных для игры в волейбол. Задачи её непосредственно связаны с обучением детей технике и тактике игры.

1. **Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий:** бег с остановками и изменением направления на 5 и 10 метров; челночный бег – передвижение приставными шагами; подвижные игры: «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй унеси»; специальные эстафеты с выполнением заданий (падение, перекат, имитация передачи в стойке, прыжок и др.) в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.
2. **Упражнения для развития прыгучести:** приседание с прыжком вверх; упражнения с отягощениями; многократные броски набивного мяча над собой в прыжке и ловля после приземления; прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении, с преодолением препятствий; прыжки вверх с доставанием подвешенного мяча, отталкиваясь одной и обеими ногами; прыжки опорные, со скакалкой, разнообразные подскоки и др.
3. **Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча:** сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями; передвижение на руках в упоре лежа, ноги удерживает партнер; многократные броски набивного мяча от груди двумя руками и ловля, на дальность; многократные передачи баскетбольного (гандбольного, футбольного) мяча о стену и ловля его; упражнения с кистевым эспандером, с гантелями для кистей рук; многократные передачи волейбольного мяча в стену, на дальность и др.
4. **Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи:** круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой; упражнения с резиновыми амортизаторами; упражнения с набивным мячом: броски мяча двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием при замахе, броски мяча снизу одной и двумя руками, броски набивного, гандбольного мяча через сетку определенным способом на точность в зоны, то же, но после перемещения от сетки; упражнения с волейбольным мячом (выполняются многократно подряд); совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах в опорном положении и в прыжке с места, с разбега; подачи с максимальной силой у тренировочной сетки (в сетку); подачи мяча слабой рукой.

### **Технико-тактическая подготовка (23 ч.)**

#### 1. Техника нападения.

- перемещения и стойки: стойка основная, низкая; ходьба, бег, перемещения приставными шагами лицом, боком, спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шага; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.

- прямой нападающий удар.

- нападающий удар с переводом.

- нападающий удар с поворотом туловища.

- нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой).

- передачи: передача мяча сверху двумя руками: подвешенного на шнуре, над собой; в парах; в треугольнике: зоны 6-3-4, 6-3-2, 5-3-4, 1-3-2; передачи в стену с

изменением высоты и расстояния; на точность собственного подбрасывания и партнера.

- подачи: нижняя прямая, боковая; подача мяча в держателе; в стену; через сетку – расстояние 6 м., 9 м.; из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую, половины площадки.

## 2. Техника защиты.

- перемещения и стойки: то же, что в нападении, внимание низким стойкам; скоростные перемещения на площадке и вдоль сетки; сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро.

- приём мяча сверху (снизу) двумя руками с падением-перекатом.

- приём мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.

- приём мяча одной рукой в падении вперёд и последующим скольжением на груди-животе.

- блокирование.

- индивидуальное блокирование.

- групповое блокирование.

- приём сверху двумя руками: приём мяча после отскока от стены; после броска партнерам через сетку (расстояние 4-6 метров); приём снизу двумя руками: прием подвешенного мяча, наброшенного партнером – на месте и после перемещения; в парах; «жонглирование» стоя на месте и в движении; прием подачи и первая передача в зону нападения.

3. Индивидуальные действия: выбор места для выполнения второй передачи у сетки; для подачи; для отбивания мяча через сетку, стоя двумя сверху, кулаком, снизу, стоя, в прыжке; подача нижняя прямая на точность в зоны – по заданию; передача мяча через сетку на «свободное» место, на игрока, слабо владеющего приемом мяча.

4. Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче; игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2 при второй передаче; игроков задней и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (2) при приеме подачи.

5. Индивидуальные действия: выбор места при приеме подачи, при приеме мяча, направленного соперником через сетку, при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей; выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу.

## **Игровая подготовка (27 ч.)**

1. Чередование упражнений для развития физических качеств в различных сочетаниях.

2. Многократное выполнение технических приемов; то же – тактических действий.

3. Подготовительные к волейболу игры: «Мяч в воздухе», «Мяч капитану», «Эстафета у стены», «Два мяча через сетку» (на основе игры «Пионербол»); игра в волейбол без подачи.

4. Учебные игры: игры по правилам мини-волейбола, классического волейбола; задания в игры по технике и тактике на основе изученного материала.

## **Контрольные испытания и игры – (3ч.)**

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**Предметные результаты** – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

**знать:**

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в волейбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

**уметь:**

- проводить специальную разминку для волейболиста
- овладеют основами техники волейбола;
- овладеют основами судейства в волейболе;
- вести счет;

**Разовьют следующие качества:**

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

**Личностные результаты** – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

**Метапредметные результаты** – формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

**Познавательные УУД:**

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

**Коммуникативные УУД:**

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

## **СПОСОБЫ И ФОРМЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ**

Способы определения результативности. Проверка знаний и умений проводится на каждом занятии. Уровень общей физической подготовленности определяется при сдаче контрольных нормативов по ОФП и СФП, проводимых в начале и конце учебного года. Критериями успешности обучения служат положительная динамика уровня общей физической подготовленности, определяемая по результатам контрольных нормативов по ОФП и СФП и желание продолжить занятия волейболом на следующем этапе подготовки.

### **Контрольные нормативы по общей физической подготовке:**

1. Бег 30 метров с высокого старта. Проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. После 10-15 минутной разминки дается старт.

2. Бег 500 метров. Проводится на дорожке стадиона в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Учитывают время выполнения задания. 3. Челночный бег 3 x 10 метров. Тест проводят в спортивном зале на ровной дорожке длиной не менее 12-13 метров. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см. с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут деревянный кубик (5см<sup>3</sup>). спортсмен становится за ближней чертой на линии и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая её. Учитывают время выполнения задания от команды «марш» и до пересечения линии финиша.

4. Прыжки в длину с места (см.) – выполняют толчком двух ног от линии и края доски на покрытие, исключая жесткое приземление. Измерение дальности прыжка осуществляют стальной рулеткой.

5. Сгибание и разгибание рук на опоре 50 см. Выполняется из упора рук на гимнастической скамейке (положение кистей рук произвольно), туловище удерживать прямое. Руки сгибать в локтевом суставе до 90°.

6. Метание набивного мяча (1 кг.) вперед из-за головы, (см.). Выполняют из положения сидя ноги врозь, мяч в вытянутых руках над головой. Перед броском спортсмен занимает у линии старта положение, при котором тазовый угол, образуемый при разведении ног, не выходит за стартовую линию. дальность броска измеряют рулеткой.

### **Соревнования по технической подготовке:**

1. Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4.
2. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования).
3. Подача нижняя прямая на точность.
4. Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3.

### **Соревнования по игровой подготовке:**

1. Мини-волейбол (по специальным правилам).
2. Волейбол 2x2, 3x3, 4x4, 6x6.

## **ВОСПИТАНИЕ**

### **Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и право- порядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.



Задачами воспитания по программе являются:

— усвоении детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское; формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям;

— формирование и развитие личностного отношения детей к спорту, занятиям физкультурой, здоровому образу жизни, к собственным нравственным позициям и этике поведения в коллективе;

— приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе спортивной команды, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

-сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья (своего и других людей), соблюдения правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;

-установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;

-установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

-навыков рефлексии своего физического и психологического состояния, понимания состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим состоянием, оказания помощи, адаптации к стрессовым ситуациям, природным и социальным условиям;

- формирование культуры самоконтроля своего физического состояния; стремления к соблюдению норм спортивной этики; уважения к старшим, наставникам; дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта; интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе;

### **Формы и методы воспитания**

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное

значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, самореализации.

Получение информации об достижениях в спорте, изучение биографий спортсменов — источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения. Важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.

Практические занятия детей (тренировки, игры, соревнования) способствуют усвоению и применению правил поведения коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Итоговые мероприятия: итоговые игры, соревнования, зачёты — способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

Педагог видит и отмечает успехи детей, обеспечивает понимание детьми того, что личное, семейное благополучие и достижения являются воплощением национальных ценностей, что в их деятельности и результатах находят своё выражение российские базовые ценности, традиционные духовно-нравственные ценности народов России. На это должны быть направлены ритуалы и обращения к государственной и национальной символике в ходе церемоний награждения, праздников, фестивалей, конкурсов, олимпиад, туристических сборов, соревнований, концертов, выставок и др.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), положительного примера (педагога и других детей); метод упражнений (приучения); педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием в коллективе.

#### **Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в М О Б У Лицей № 95 г.Сочи им. К.Э.Циолковского соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных спортивных площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

#### **КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

| <b>№<br/>п/<br/>п</b> | <b>Название события,<br/>мероприятия</b> | <b>Сроки</b>      | <b>Форма<br/>проведения</b>  |
|-----------------------|--|-------------------|--|
| 1.                    | Открытие лицейской спартакиады           | сентябрь          | Праздничное мероприятие в преддверии Всекубанской Спартакиады школьников |
| 2.                    | Всекубанская Спартакиада школьников      | По графику<br>ВОШ | Проведение лицейского этапа соревнований                                 |
| 3.                    | Февральские встречи                      | февраль           | Товарищеские встречи с командой выпускников лица                         |
| 4.                    | Марафон Здоровья                         | апрель            | Участие в спортивных соревнованиях ко Дню Здоровья                       |
| 5.                    | Марафон Победы                           | май               | Участие в районной эстафете ко Дню Победы                                |

#### **ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

*Материально-техническое обеспечение.* Для реализации данной подпрограммы в образовательном учреждении имеется и может быть использовано:

1. Спортивный зал
2. Универсальная спортивная площадка

3. Стойки для волейбольных сеток. Настенные крепежи.
  4. Волейбольные сетки.
  5. Волейбольные, баскетбольные и набивные мячи, фишки.
  6. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
  7. Х/б форма (футболки, манишки).
  8. Компьютер с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом
- Дидактико-методическое обеспечение .*
1. Учебники по физической культуре.
  2. Методические пособия по волейболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок.
  3. Правила соревнований.
  4. Инструкции по технике безопасности.
  5. Нормативные документы по дополнительному образованию учащихся.
  6. Тесты, и нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок и т.п.
- Кадровое обеспечение:* педагог с соответствующим профилем объединения образованием и опытом работы.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

Содержание работы с юными волейболистами на протяжении обучения определяется тремя факторами: спецификой игры в волейбол, модельными требованиями квалифицированных волейболистов, возрастными особенностями и возможностями волейболистов 14-17 лет.

Спортивно-оздоровительный этап предусматривает воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к волейболу; развитие физических качеств в общем плане и с учётом специфики волейбола; воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и коллективно (подвижные игры, мини-волейбол).

Теоретический материал изучается во время бесед, специальных лекций, просмотра спортивных кинофильмов, с использованием наглядных пособий. Приобретение теоретических знаний позволяет учащимся правильно относиться к занятиям и выполнению заданий тренера.

Периодически целесообразно выделять отдельные занятия на общую физическую подготовку. В этом случае в подготовительной части изучается техника, например, легкоатлетических упражнений, баскетбола, проводятся подвижные игры.

Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением юных спортсменов технике и тактике волейбола. Основным средством её (кроме средств волейбола) являются специальные упражнения (подготовительные).

Методы, которые используются для реализации данной программы:

словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

практические методы:

- метод упражнений;

- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей обучающихся.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П., «Волейбол. Программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту», Москва, «Советский спорт» 2003 год..

2. Железняк Ю.Д., Кунченский В.А., Чачин А.В., «Методическое пособие по обучению игре», Москва, «Олимпия», 2005г.

3. Клещёв Ю.Н., «Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям» , Москва, «СпортАкадемПресс» 2002г.

4. Киселёв П.А., Киселёва С.Б., «Справочник учителя физкультуры», Москва, «Учитель», 2011 год.