МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

«\_\_\_МБОУ СОШ № 30\_\_\_»

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  методическим советом  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №  от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ г. | УТВЕРЖДАЮ  Савельева Л.А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. |

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

« ОФП с элементами волейбола»

Направленность: физкультурно-спортивная

Общий объем программы в часах: \_204\_\_ часа

Возраст обучающихся: 7 - 10 лет

Срок реализации программы: 2023 – 2024 уч.г.

Уровень: начальный

Автор: педагог дополнительного образования Бычкова С.В.

Рег. № \_\_\_\_\_\_

Тверь – 2023 г.

Информационная карта программы

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование  программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ЛФК с элементами волейбола» |
| Направленность | физкультурно-спортивная |
| Разработчик программы | Бычкова С.В. |
| Общий объем часов по программе | \_204\_\_ часа |
| Форма реализации | очная |
| Целевая категория обучающихся | Обучающиеся в возрасте7 -10 лет |
| Аннотация программы | Данная программа направлена на формирование интереса обучающихся к занятиям физической культурой и спортом.  Методика программы состоит теории, технической и тактической подготовки и практики(соревнования). |
| Планируемый результат реализации программы | По итогам обучающиеся получат:  знания\_об игре в волейбол, о пользе занятиями физической культурой и о других играх с мячом.\_\_\_\_  умения: обращения с мячом и другим спортивным ивентарем.  Навыки:\_скорость, ловкость, реакция, выносливость, гибкость, работа в команде.\_\_\_\_ |

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП с элементами волейбола» составлена в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Направленность программы – ОФП с элементами волейбола. Данная программа направлена на обучение детей \_7-10\_\_ лет с целью пробудить у обучающихся интерес\_к физической культуре и спорту\_\_\_\_\_. Программа направлена на формирование спортивной подготовки детей для далььнейшего обучения их игре в волейбол\_. Обучение по данной программе создает благоприятные условия для\_оздоровления,физкультурно-спортивного развития детей, работа в команде.

Актуальность программы обусловлена требованиями общества на воспитание \_здорового\_поколения\_\_\_\_.

Программа ориентирована на\_\_детей 7-10 лет\_\_\_\_.

Развитие \_\_\_\_\_ потенциала личности, обучающегося при освоении данной программы, происходит, преимущественно, за счёт прохождения через\_\_\_\_\_\_.

Цель реализации программы: формирование у обучающихся\_потребности к занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни, коммуникативному общению с другими детьми.

Задачи программы:

Обучающие:

обеспечить формирование\_силы, гибкости, ловкости

обеспечить формирование\_выносливости, быстроты реакции.

Развивающие:

развивать личностные компетенции, таких как умение рассказать и показать пройденные и усвоенные упражнения новеньким.

расширять круг интересов, развивать самостоятельность, аккуратность, ответственность, активность, критическое и творческое мышление при работе индивидуально и в команде, при выполнении индивидуальных и групповых заданий по\_работе с различными спортивными снарядами.

Воспитательные:

воспитывать дисциплинированность, ответственность, самоорганизацию, трудолюбие;

обеспечивать формирование чувства коллективизма и взаимопомощи.

Новизна программы, в отличие от существующих программ по\_ОФП обеспечивается тем, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП с элементами волейбола», реализуемая на базе МБОУ СШ№30, предоставляет возможность организовать образовательный процесс на основе установленных требований, сохраняя основные подходы и технологии в организации образовательного процесса. В тоже время, педагог-наставник может наполнять программу \_новыми заданиями, упражнениями и играми\_.

Отличительной особенностью данной программы является то, что при реализации учебного плана программы планируется\_достижение определенных результатов и индивидуальный подход.

Функции программы

Образовательная функция заключается в организации обучения\_в соответствии с возрастом и физической подготовленностью ребенка.

Компенсаторная функция программы реализуется посредством чередования различных видов деятельности обучающихся, характера нагрузок, темпов осуществления деятельности.

Социально–адаптивная функция программы состоит в том, что каждый обучающийся\_должен научиться работать в команде.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся в возрасте 7-10\_\_\_ лет, без ограничений возможностей здоровья, проявляющих интерес к \_физической культуре, играм с мячом.

Количество обучающихся в группе – \_15\_\_\_ человек.

Форма обучения: очная

Уровень программы: начальный

Форма реализации образовательной программы: тренировки 6ч в неделю

Организационная форма обучения: групповая.

Режим занятий: занятия с обучающимися проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

При организации учебных занятий используются следующие методы обучения:

По внешним признакам деятельности педагога и обучающихся:

словесный – беседа, лекция, обсуждение, рассказ, анализ;

наглядный – показ, просмотр видеофильмов и презентаций;

практический –  самостоятельное выполнение заданий.

По степени активности познавательной деятельности обучающихся:

объяснительно-иллюстративные  – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

исследовательский – овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы.

По логичности подхода:

аналитический – анализ этапов выполнения заданий.

По критерию степени самостоятельности и творчества в деятельности обучающихся:

частично-поисковый – обучающиеся участвуют в коллективном поиске в процессе решения поставленных задач, выполнении заданий досуговой части программы;

метод проблемного обучения;

метод дизайн-мышления;

метод проектной деятельности.

Возможные формы проведения занятий:

на этапе изучения нового материала – объяснение, демонстрация, игра ;

на этапе практической деятельности – практическая работа ;

на этапе освоения навыков – многократное повторение заданного задания ;

на этапе проверки полученных знаний – контрольные нормативы и сравнение их с предыдущими показаниями.

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты: улучшение контрольных нормативов.

критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;

осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;

развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий проблемного и эвристического характера;

развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности;

развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;

воспитание чувства справедливости, ответственности;

формирование профессионального самоопределения\_\_\_\_;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками;

формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия: (режим дня, ежедневная зарядка,гигиена, здоровый образ жизни)

умение принимать и сохранять учебную задачу;

умение планировать последовательность шагов алгоритма для достижения цели;

умение ставить цель (создание творческой работы), планировать достижение этой цели;

умение осуществлять итоговый и пошаговый контроль;

способность адекватно воспринимать оценку педагога и сверстников;

умение различать способ и результат действия;

умение вносить коррективы в действия в случае расхождения результата решения задачи на основе ее оценки и учета характера сделанных ошибок;

умение в сотрудничестве ставить новые учебные задачи;

способность проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

умение осваивать способы решения проблем творческого характера в жизненных ситуациях;

умение оценивать получающийся творческий продукт и соотносить его с изначальным замыслом, выполнять по необходимости коррекции либо продукта, либо замысла.

Познавательные универсальные учебные действия (самостоятельно и быстро находить решение проблемы в нестандартных ситуациях)

умение осуществлять поиск информации;

умение ориентироваться в разнообразии способов решения задач;

умение осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

умение проводить сравнение, классификацию по заданным критериям;

умение строить логические рассуждения в форме связи простых суждений об объекте;

умение устанавливать аналогии, причинно-следственные связи;

умение моделировать, преобразовывать объект из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта;

умение синтезировать, составлять целое из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов.

Коммуникативные универсальные учебные действия: (умение работать в команде)

умение аргументировать свою точку зрения;

умение выслушивать собеседника и вести диалог;

способность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

умение планировать учебное сотрудничество с педагогом-наставником и сверстниками: определять цели, функций участников, способов взаимодействия;

умение осуществлять постановку вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

владение монологической и диалогической формами речи.

Компетентностный подход реализации программы позволяет осуществить формирование у обучающегося как личностных, так и профессионально-ориентированных компетенций через используемые формы и методы обучения, нацеленность на практические результаты.

В процессе обучения по программе у обучающегося формируются:

универсальные компетенции: (знание правил игры в пионербол и волейбол и умение судить игру)

умение работать в команде в общем ритме, эффективно распределяя задачи;

умение ориентироваться в информационном пространстве;

умение ставить вопросы, выбирать наиболее эффективные решения задач в зависимости от конкретных условий;

проявление технического мышления, познавательной деятельности, творческой инициативы, самостоятельности;

способность творчески решать технические задачи;

способность правильно организовывать рабочее место и время для достижения поставленных целей.

предметные результаты:

В результате освоения программы, обучающиеся должны знать:

правила игры в пионербол, волейбол

В результате освоения программы, обучающиеся должны уметь:

работать в команде

В результате освоения программы, обучающиеся должны владеть:

техникой работы с мячом

Мониторинг образовательных результатов

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по данной программе имеет три основных критерия:

1. Надежность знаний и умений – предполагает усвоение терминологии, способов и типовых решений в сфере\_физической культуры.

2. Сформированность личностных качеств – определяется как совокупность ценностных ориентаций в сфере спорта.

3. Готовность к продолжению обучения в сфере спорта – определяется как привычка к занятиям спортом.

Способы определения результативности реализации программы и формы подведения итогов реализации программы

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

Текущий контроль проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

Периодический контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде конкурсов, соревнований или представления практических результатов выполнения заданий. Конкретные проверочные задания разрабатывает педагог с учетом возможности проведения промежуточного анализа процесса формирования компетенций. Периодический контроль проводится в виде нормативов.

Промежуточный контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Формами контроля могут быть: педагогическое наблюдение за ходом выполнения практических заданий педагога, анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных командных качеств, устный опрос, выполнение тестовых заданий, соревнование,анализ участия обучающегося в тренировках (ОФП с элементами волейбола)

Итоговая аттестация – проводится в конце года с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы после завершения ее изучения.

В процессе проведения итоговой аттестации оценивается результативность освоения программы.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2..

Таблица 1

Критерии оценивания сформированности компетенций

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень | Описание поведенческих проявлений |
| 1 уровень - недостаточный | Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать. |
| 2 уровень – развивающийся | Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике. |
| 3 уровень – опытный пользователь | Обучающийся полностью освоил данный навык.  Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях. |
| 4 уровень – продвинутый пользователь | Особо высокая степень развития навыка.  Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности. |
| 5 уровень – мастерство | Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка. |

Таблица 2

Критерии оценивания уровня освоения программы

|  |  |
| --- | --- |
| Уровни освоения программы | Результат |
| Высокий уровень освоения программы | Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт |
| Средний уровень освоения программы | Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки |
| Низкий уровень освоения программы | Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям |

2. Содержание программы

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ОФП с элементами волейбола»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| № | дата | Содержание занятия | Кол-во часов | теоретических | практических |
| Раздел Теория | | | 15 |  |  |
| 1 |  | История возникновения волейбола. Развитие волейбола. | 5 | \* |  |
| 2 |  | Правила игры в мини-волейбол, пионербол  Техника безопасности | 10 | \* |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| Раздел  Техническая подготовка | | | 30 |  |  |
| 3 |  | Техника приема и передач мяча. Нападающий удар.  Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | 5 |  | \* |
| 4 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | 4 |  | \* |
| 5 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | 3 |  | \* |
| 6 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | 2 |  | \* |
| 7 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 8 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 9 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 10 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 11 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 12 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 13 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| 14 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра мини- волейбола | 2 |  | \* |
| Раздел  Общефизическая подготовка | | | 10 |  |  |
| 15 |  | Развитие двигательных качеств.  Упражнения без предметов. Бег с ускорением до 30 м Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 4 |  | \* |
| 16 |  | Прыжки с разбега в длину и высоту. Упражнения со скакалкой. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 2 |  | \* |
| 17 |  | Прыжки: с места в длину, вверх Упражнения со скакалкой. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 2 |  | \* |
| 18 |  | Метание теннисного мяча в цель и на дальность. Упражнения без предметов. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 2 |  | \* |
| Раздел  Техническая подготовка | | | 42 |  |  |
| 19 |  | Техника приема и передач мяча.  Нападающий удар.  Стойка и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | 5 |  | \* |
| 20 |  | Стойка и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | 5 |  | \* |
| 21 |  | Стойка и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | 5 |  | \* |
| 22 |  | Стойка и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | 5 |  | \* |
| 23 |  | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра. | 5 |  | \* |
| 24 |  | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра. | 5 |  | \* |
| 25 |  | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 26 |  | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 27 |  | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 28 |  | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 29 |  | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 30 |  | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| Раздел  Общефизическая подготовка | | | 34 |  |  |
| 31 |  | Развитие двигательных качеств.  Упражнения без предметов. Бег с ускорением до 30 м Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 12 |  | \* |
| 32 |  | Прыжки с разбега в длину и высоту. Упражнения со скакалкой. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 12 |  | \* |
| 33 |  | Прыжки: с места в длину, вверх Упражнения со скакалкой. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 6 |  | \* |
| 34 |  | Метание теннисного мяча в цель и на дальность. Упражнения без предметов. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 2 |  | \* |
| 35 |  | Метание теннисного мяча в цель и на дальность. Упражнения без предметов. Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты. | 2 |  | \* |
| Раздел  Тактическая подготовка | | | 20 |  |  |
| 36 |  | Уметь выполнять тактические действия.  Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3. | 6 |  | \* |
| 37 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3. | 3 |  | \* |
| 38 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3. | 3 |  | \* |
| 39 |  | Действия в защите и нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны3, игрока зоны 2 с игроком зоны3 (при первой передачи) | 3 |  | \* |
| 40 |  | Действия в защите и нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны3, игрока зоны 2 с игроком зоны3 (при первой передачи) | 3 |  | \* |
| 41 |  | Действия в защите и нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны3, игрока зоны 2 с игроком зоны3 (при первой передачи) | 2 |  | \* |
| Раздел  Соревнования | | | 5 |  |  |
| 42 |  | Матчевые встречи.  Выполнять технико-тактические действия в игре. | 3 |  | \* |
| 43 |  | Матчевые встречи.  Выполнять технико-тактические действия в игре. | 2 |  | \* |
| Раздел  Техническая подготовка | | | 18 |  |  |
| 44 |  | Техника приема и передач мяча. Нападающий удар.  Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. | 3 |  | \* |
| 45 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. | 3 |  | \* |
| 46 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 47 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 48 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 48 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Подача нижняя боковая. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 50 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Подача нижняя боковая. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| 51 |  | Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи мяча над собой. Подача нижняя боковая. Учебная игра. | 2 |  | \* |
| Раздел  Тактическая подготовка | | | 15 |  |  |
| 52 |  | Уметь выполнять тактические действия.  Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3 | 5 |  | \* |
| 53 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3 | 2 |  | \* |
| 54 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 5 с игроком зоны 3 | 2 |  | \* |
| 55 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 5 с игроком зоны 3 | 2 |  | \* |
| 56 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны 3 | 2 |  | \* |
| 57 |  | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны 3 | 2 |  | \* |
| Раздел  Соревнования | | | 15 |  |  |
| 58 |  | Матчевые встречи.  Выполнять технико-тактические действия в игре. | 9 |  | \* |
| 59 |  | Матчевые встречи.  Выполнять технико-тактические действия в игре. | 4 |  | \* |
| 60 |  | Матчевые встречи.  Выполнять технико-тактические действия в игре. | 2 |  | \* |
|  |  |  | 204 |  |  |

2.4. Календарный учебный график реализации программы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Название раздела, модуля, темы | Количество часов | | | Количество  учебных | | с | Даты начала и окон-чания | Продолжитель  ность каникул |
| всего | теория | Техническая подготовка | Тактическая подготовка | Общефизическая подготовка | соревнования |
| 1 |  | 204 | 5 | 90 | 35 | 44 | 20 | 01.09.2331.05.24 | 10 дней,  январь  2024 |

3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ОФП с элементами волейбола»

3.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется на базе МБОУ сш №30.

Для занятий необходимо помещение – спортивный зал, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Количество, шт. |
| 1. | Профильное оборудование |  |
| 1.1 | Спортивный зал |  |
| 1.2 | сетка | 1 |
| 1.3 | Волейбольные мячи | 20 |
| 1.4 | Набивные мячи | 10 |
| 1.5 | скакалки | 20 |
| 1.6 | маты | 8 |
| 1.7 | Теннисные мячи | 20 |
| 1.8 | Баскетбольные мячи | 10 |
| 1.9 | Координационная лестница | 1 |
| 2. | Компьютерное оборудование |  |
| 2.1 | компьютер | 1 |
| 2.2 | принтер | 1 |
| 3. | Презентационное оборудование |  |
| 3.1 | плакаты | 10 |
| 3.2 | схемы | 5 |
| 4. | Программное обеспечение |  |
| 4.1 | Тактическая доска | 1 |
| 4.2. | И другое оборудование в соответствии с программой |  |

3.2 Информационное обеспечение

Список рекомендованной литературы

Для педагога

1.      Баландин Г. А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А Баландин, Н. Н. Назарова, Т. Н. Казакова. – М.: Советский спорт, 2002.

2.      Голомазов В. А. Волейбол в школе. Пособие для учителя. М.: Просвещение, 1976. – 111с. с ил.

3.      Железняк Ю. Д. спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов высших пед. Учеб. заведений / Ю. Д. Железняк и др. ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю.М. Портнова, В. П. Савина. – 2-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2004. – 520с.

4.      Каинов И. В. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации / авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград : Учитель, 2011. – 167с.

5.      Ковалько, В. И. Индивидуальная тренировка / В. И. Ковалько. – М.: Советский спорт, 1960.

6.      Кузнецов, В. С. Упражнения и игры с мячами / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.

7.      Коротков И. М. Подвижные игры в школе: В помощь учителям физ. культуры. – М.: Просвещение, 1979. – 190 с., ил.

8.      Лях В. И. Комплексная программа физического воспитания для 1 -11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2005.

9.      Погодаев Г. И.  Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост. Г. И. Погодаев; под ред. Л. Б. Кофмана. – М.: ФиС, 1998. – 496с.

10.  Фурманов А. Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе / А. Г. Фурманов. – М.: ФиС, 1982.

Для обучающегося

1.      Литвинов Е. Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г. И. Погодаев. – М.: Просвещение, 1999.

2.      Мейскон Г. Б. Физическая культура для 5 – 7 классов / Г. Б. Мейскон, Л. Е. Любомирский, Л. Б. Кофман, В. И. Лях. – М.: Просвещение, 1998.

3.3 Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы

3.4 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог Бычкова С. В., имеющий среднее профессиональное образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое образование и опыт работы с 2021г. и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования».

3.5 Методическое обеспечение

Особенности организации образовательной деятельности

Работа с обучающимися построена следующим образом: теория, техника, тактика, соревнования .

Практика показывает, что именно такая модель взаимодействия с детьми максимально эффективна, дети учатся коммуникативным навыкам.

После основного теоретического курса организуется обучения в виде олимпиады.

Методы образовательной деятельности

В период обучения применяются такие методы обучения и воспитания, которые позволят установить взаимосвязь деятельности педагога и обучающегося, направленную на решение образовательно-воспитательных задач.

По уровню активности используются методы:

объяснительно-иллюстративный;

эвристический метод;

метод устного изложения, позволяющий в доступной форме донести до обучающихся сложный материал;

метод проверки, оценки знаний и навыков, позволяющий оценить переданные педагогом материалы и, по необходимости, вовремя внести необходимые корректировки по усвоению знаний на практических занятиях;

исследовательский метод обучения, дающий обучающимся возможность проявить себя, показать свои возможности, добиться определенных результатов.

проблемного изложения материала, когда перед обучающимся ставится некая задача, позволяющая решить определенный этап процесса обучения и перейти на новую ступень обучения;

закрепления и самостоятельной работы по усвоению знаний и навыков;

диалоговый и дискуссионный.

Приемы образовательной деятельности:

игра-квест (на развитие внимания, памяти, воображения),

соревнования и эстафеты,

наглядный (рисунки, плакаты, чертежи, фотографии, схемы, модели, приборы, видеоматериалы, литература),

нормативы.

Занятие состоит из теоретической (лекция, беседа) и практической части, создаются все необходимые условия для творческого развития обучающихся. Каждое занятие строится в зависимости от темы и конкретных задач, которые предусмотрены программой, с учетом возрастных особенностей детей, их индивидуальной подготовленности.

Основные образовательные процессы: решение учебных задач на базе современного оборудования, формирующих способы продуктивного взаимодействия с действительностью и разрешения проблемных ситуаций; познавательные квест-игры; соревнования и конкурсы .

Основные формы деятельности:

познание и учение:ознакомление с правилами игры в волейбол

общение: развитие коммуникативных способностей. Работа в команде.

игра: проявление технических и тактических знаний в командных играх с мячом.

труд: увеличение и совершенствование двигательной активности.

Форма организации учебных занятий:

беседа;

соревнование;

эстафеты

экскурсия на проффесиональные матчи

индивидуальный подход к каждому, в зависимости от физической подготовленности.

Типы учебных занятий:

первичного ознакомление с видом спорта ;

теория - правила игры;

силовые, скоростные;

контрольные занятия;

закрепление, повторение;

итоговое тестирование.

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется в течение всего срока реализации программы. Это помогает своевременно выявлять пробелы в знаниях, умениях обучающихся, планировать коррекционную работу, отслеживать динамику развития детей. Для оценки эффективности образовательной программы выбраны следующие критерии, определяющие развитие скоростных, силовых, ловкости, выносливости и коммуникативных способностей у обучающихся:

Результатом усвоения обучающимися программы являются приобретение начальных знаний в пионербол, волейбол.

Учебно-методические средства обучения: указывается в соответствии с вашей программой

специализированная литература;

наборы технической документации к применяемому оборудованию;

плакаты, фото и видеоматериалы;

учебно-методические пособия для педагога и обучающихся, включающие дидактический, информационный, справочный материалы на различных носителях, компьютерное и видео оборудование и другое по вашему направлению.

Применяемое на занятиях дидактическое и учебно-методическое обеспечение включает в себя электронные учебники, справочные материалы и системы используемых Программ, Интернет, рабочие тетради обучающихся (указывается по вашему направлению).

Педагогические технологии :

В процессе обучения по программе используются разнообразные педагогические технологии:

технологии развивающего обучения, направленные на общее целостное развитие личности, на основе активно-деятельного способа обучения, учитывающие закономерности развития и особенности индивидуума;

технологии личностно-ориентированного обучения, направленные на развитие индивидуальных познавательных способностей каждого ребенка, максимальное выявление, раскрытие и использование его опыта;

технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие обучение каждого обучающегося на уровне его возможностей и способностей;

технологии сотрудничества, реализующие демократизм, равенство, партнерство в отношениях педагога и обучающегося, совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, сотворчества.

проектные технологии – достижение цели через детальную разработку проблемы, которая должна завершиться реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом;

кейс-технологии, это интерактивные технологии, основанные на реальных или вымышленных ситуациях, направленные на формирование у обучающихся новых качеств и умений по решению проблемных ситуаций;

компьютерные технологии, формирующие умение работать с информацией, исследовательские умения, коммуникативные способности.В практике выступают различные комбинации этих технологий, их элементов.