

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Центр образования» имени Героя Советского Союза
В.Н.Федотова пос. Варламово муниципального района Сызранский Самарской области**

Рассмотрено
и принято
на заседании МО
физкультурно-спортивной
направленности
Протокол № 1 от 31.07.2025 г.

Проверено.
Рекомендовано к утверждению

31.07.2025 г.

Руководитель СП

_____ С.В.Михайлова

Утверждено к использованию
в образовательном процессе
Учреждения

Приказ № 879 от 31.07.2025 г.

Директор

_____ Е.И. Онищук

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»**

Возраст обучающихся: 5-9 лет ; 10-14 лет; 15-18 лет.

Срок реализации: 1 год

Разработчики:

Казакова Т.А., методист

Щеглов М.А.,

педагог дополнительного образования;

Сызранский район, 2025 г.

Краткая аннотация

Волейбол - самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Волейбол можно использовать в общеобразовательной школе, как часть программы по физической культуре, волейбол преподаётся в спортивных школах и готовят технически, тактически грамотных игроков. Есть волейбол мужской и женский, это говорит о том, что волейбол интересен всем!

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол» (Далее –Программа) включает в себя три тематических модуля. Программа имеет физкультурный характер и направлен на овладение начальными знаниями в области физической культуры, волейбола. Изучая программу, учащиеся смогут ознакомиться с игрой в волейбол, специальными физическими упражнениями, а также получить базовые знания и умения правильного выполнения основных приемов игры в волейбол.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Волейбол» является Модульной, составлена в соответствии с Нормативными основаниями для разработки **модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО**

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса она является модульной.**

Отличительная особенность программы. Данная программа составлена с использованием специальной литературы по обучению волейболу. В программе задействованы методики обучения игре в волейбол, которые на данный момент являются наиболее современными и используются при подготовке волейболистов. Программа позволяет варьировать нагрузку ребёнка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации.

В данную программу введён региональный компонент: обучающиеся познакомятся с историей и становлением данного вида спорта в Самарской области.

Актуальность:

В настоящее время пропаганда здорового образа жизни и олимпийского движения является приоритетными направлениями в современном обществе. Среди детей и подростков наблюдается интерес к занятиям физической культурой и олимпийскими видами спорта, среди педагогических работников - активность по привлечению обучающихся и вовлечению детей относящихся к группе риска.

Игра в волейбол – одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия заключают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков.

В процессе изучения у учащихся формируется потребности 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 коллекти-

визма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Данная программа также актуальна для развития и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Педагогическая целесообразность. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в образовательных учреждениях. Благодаря этому обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Обучающиеся, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Цель программы: создание условий для разностороннего физического развития ребенка.

Задачи программы

Обучающие:

- ☐ Научить элементарным приёмам работы с мячом;
- ☐ Научить простым правилам игры в волейбол;
- ☐ Обучить техническим приёмам, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
- ☐ Обучить индивидуальной и командной тактике игры в волейбол.

Развивающие:

- ☐ Привлечь к систематическим занятиям в волейбол максимально возможное количество детей;
- ☐ Повысить уровень физической подготовленности ребёнка;
- ☐ Существенно развить скоростно-силовые качества, быстроту, ловкость;
- ☐ Развивать специальные функции организма (аэробные, анаэробные, смешанные).

Воспитательные:

- ☐ формировать умения, навыки, привычки нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;
- ☐ формировать личностные качества: волевые (смелость, настойчивость, решительность), нравственные (честность, доброжелательность, скромность), трудовые (трудолюбие, добросовестность, исполнительность).

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: 5-9, 10-14, 15-18 лет. Возрастные особенности занимающихся определяют содержание учебно-воспитательного процесса, постановку целей и задач занятия, подбор оптимальных средств, технологий и методов обучения.

Для эффективной работы необходимо учитывать особенности возрастного и полового развития детей, возрастных стимулов и интересов:

В возрасте 5– 9 лет дети проявляют повышенный интерес к результатам своей деятельности, поэтому при занятиях с детьми этого возраста должны присутствовать домашние задания с конкретными задачами: какое упражнение, сколько раз и как его выполнять и т.д., наибольшее внимание в этом возрасте уделяется развитию быстроты движений, игровой ловкости, координационных способностей, гибкости – подвижности в суставах.

В возрасте 10 – 14 лет значительно изменяются весоростовые показатели, сужаются

кровеносные сосуды, происходят половые изменения у девочек, в связи с чем при выполнении упражнений наступает быстрое утомление, тяжело выполняются сложные по координации движения, часты нервные срывы и т.п.; при работе со спортсменами в этом возрасте рекомендуется индивидуальный подход к планированию физических нагрузок и средств, применяемых для этого, наиболее тяжело переносятся воспитанниками этого возраста упражнения направленные на развитие быстроты;

В возрасте 15 –18 лет занимающихся интересует достижение конкретного определенного результата занятий (укрепление здоровья, улучшение телосложения, увеличение силы мышц и т.п.); в 14 – 15 лет следует ограничить в занятиях упражнения на развитие быстроты движений (особенно это относится к девочкам); с 15 лет целесообразно увеличивать объем упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых и силовых качеств (относительной силы – перемещение руки с ракеткой относительно спортсмена), скоростной выносливости.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год обучения (133 часов в год– 3,5 академических часа в неделю).

Формы обучения: очная. Продолжительность учебного года: 38 недель. Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года. Формы обучения: теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций, видео-фильмов. Практические занятия: учебно-тренировочные занятия, игровые уроки, уроки-тренировки, соревнования, конкурсы, турниры.

Методы обучения:

Словесные, направленные на обращение к сознанию детей, помогает осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и др.). Данные методы применяются при обучении всех возрастных групп детей и подростков.

Наглядные, направленные на создание зрительных представлений о движении –(наглядно-зрительные приемы, показ физических упражнений, использование наглядных пособий и др.). Без наглядных методов обучения не строится ни одно занятие для обучающихся всех возрастов.

Практические, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и др.).

Практические методы применяются для всех возрастных групп обучающихся, но предусматривают различные формы проведения упражнений в зависимости от возраста.

Игровые, активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние учащихся. Ученики забывают об усталости, продолжают заниматься с желанием и интересом. Данные методы в большей степени применимы на занятиях, обучающихся 6, 7 –9 лет, хотя не будут лишними и для более взрослых детей.

Формы организации деятельности: групповая.

Режим занятий: 2 раза в неделю, (1,5-2 часа). Продолжительность занятия 40 минут.

Формы обучения: очная. Продолжительность учебного года: 38 недель. Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Планируемые результаты:

Личностные:

- ☐ активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ☐ проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- ☐ проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- ☐ оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные:

- ☐ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- ☐ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- ☐ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ☐ обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- ☐ организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ☐ планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- ☐ анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- ☐ видеть правильность своих движений, выделять и обосновывать ошибки в движениях и передвижениях;
- ☐ управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- ☐ технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности

Познавательные:

- ☐ должны уметь ориентироваться в потоке учебной информации, перерабатывать и усваивать ее;
- ☐ осуществлять поиск недостающей информации,
- ☐ выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;
- ☐ осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результатов деятельности;
- ☐ ставить и формулировать проблемы.

Регулятивные:

☐ обеспечить учащимся организацию их деятельности посредством постановки целей, планирования, прогнозирования, контроля, коррекции действий и оценки успешности усвоения.

Коммуникативные:

- ☐ учитывать разные мнения и интересы и обосновывать свою позицию;
- ☐ приходить к общему решению в совместной работе;
- ☐ сотрудничать со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях;
- ☐ не создавать конфликтов и находить выход из спорных ситуаций.

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Учебный план для детей 5-9 лет

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы знаний. Общая физическая подготовка	38,5	13	25,5
2.	Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка	70	19,5	50,5
3.	Инструкторская и судейская практика. Соревнования.	24,5	10,5	14
Итого:		133	43	90

Учебный план для детей 10-14 лет, 15-18 лет.

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы знаний. Общая физическая подготовка	38,5	13	25,5
2.	Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка	70	19,5	50,5
3.	Инструкторская и судейская практика. Соревнования.	24,5	10,5	14
Итого:		133	43	90

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы:

Успешность обучения оценивается с помощью зачетов (тестов) различной сложности, проводимых в конце изучения каждого модуля. Тесты носят информационный характер, дают учащимся представление об уровне их физической подготовленности и рекомендации по его повышению. Не следует сравнивать результаты различных учащихся между собой или с установленными нормами. Более правильной следует считать установку, когда каждый ребенок стремится к достижению своей личной цели в физической подготовленности, в укреплении здоровья.

Итоги по реализации программы подводятся при участии обучающихся в соревнованиях, турнирах, конкурсах, а также выполнении ими нормативов.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- ☐ собеседование, беседа,
- ☐ наблюдение,
- ☐ анкетирование,
- ☐ тестирование,
- ☐ выполнение игровых заданий,
- ☐ участие в соревнованиях.

1.Модуль «Основы знаний. Общая физическая подготовка»

Цель модуля: создание условий для формирования интереса к спортивным занятиям по виду «Волейбол».

Задачи модуля:

Обучающие:

☐ сформировать у детей систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, гигиене.

- ☐ обучить технике безопасности на занятиях волейболом.

Развивающие:

☐ приобрести общую выносливость;

☐ повысить быстроту выполнения разнообразных движений, общие скоростные способности;

- ☐ повысить подвижность суставов и эластичность мышц.

Воспитательные:

☐ воспитать волевые качества: настойчивость, смелость, упорство, терпеливость.

☐ воспитать нравственные качества: честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, чувство коллективизма.

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- ☐ правила поведения и техники безопасности на занятиях;
- ☐ элементы общей физической подготовки;

☐ упражнения на развитие силовых качеств, прыгучести, гибкости, ловкости, быстроты и координации движений.

Обучающийся должен уметь:

☐ выполнять упражнения общей физической подготовки, пользоваться различным спортивным инвентарем.

Обучающийся должен приобрести навык:

☐ самостоятельного повышения уровня своей физической подготовленности.

Учебно-тематический план для детей 5-9 лет

-№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Тео- рия	Прак- тика	Формы кон- троля/аттеста- ция
1	Ознакомление с дополнительной общеобразова- тельной общеразвивающей программой «Волей- бол». Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Собеседова- ние, наблюде- ние
2	Спортивная форма. Гигиенические требования. Способы самоконтроля состояния здоровья в шко- ле и дома.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	История возникновения и развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.	2	1	1	Беседа, наблюдение
4	Мышечная система человека. Упражнения без предметов: для развития мышц рук и плечевого пояса.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
5	Упражнения без предметов для мышц ног, брюш- ного пресса.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
6	Упражнения без предметов для тазобедренного сустава, туловища и шеи.	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
7	Окружающая среда. Экология и человечество. Агрессивное воздействие окружающей среды на здоровье людей.	2	-	2	Беседа, наблюдение
8	Вирусная и бактериологическая угрозы. Закалива- ние организма, как способ противостояния угро- зам.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
9	Упражнения для развития физических способно- стей: скоростных, силовых, выносливости, коор- динационных, скоростно-силовых	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
10	Упражнения с предметами - со скакалками	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
11	Упражнения с предметами: резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг)	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
12	Упражнения с предметами из различных исходных положений	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
13	Чередование упражнений руками, ногами - раз- личные броски, выпрыгивание вверх с мячом.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
14	Упражнения с зажатым голеностопными сустава- ми. Подвижная игра – День и ночь, —Салки без мяча	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение

15	Упражнения в положении сидя, лежа - поднятие ног с мячом	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
16	Бег с ускорением до 30 м. Подвижные игры—Караси и щука, —Волк во рву	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
17	Прыжки: с места в длину, с места вверх.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
18	Прыжки с разбега в длину и высоту. Подвижная игра—Третий лишний	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
19	Тестирование, выполнение нормативов ОФП	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
20	Метание теннисного мяча в цель, на дальность. Подвижная игра—Удочка	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
21	Дружеская встреча, соревнования между обучающимися в объединении.	2	1	1	Собеседование, наблюдение
22	Подвижные игры: Круговая эстафета, комбинированные эстафеты. Подведение итогов	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
	ИТОГО	38,5	13	25,5	

Учебно-тематический план для детей 10-14 лет, 15-18 лет

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестация
1	Ознакомление с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Волейбол». Техника безопасности на занятиях.	2	2	-	Собеседование, наблюдение
2	Спортивная форма. Гигиенические требования. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	История возникновения и развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.	2	1	1	Беседа, наблюдение
4	Мышечная система человека. Упражнения без предметов: для развития мышц рук и плечевого пояса.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
5	Упражнения без предметов для мышц ног, брюшного пресса.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
6	Упражнения без предметов для тазобедренного сустава, туловища и шеи.	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
7	Окружающая среда. Экология и человечество. Агрессивное воздействие окружающей среды на здоровье людей.	2	-	2	Беседа, наблюдение
8	Вирусная и бактериологическая угрозы. Закаливание организма, как способ противостояния угрозам.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
9	Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, коор-	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение

	динационных, скоростно-силовых				
10	Упражнения с предметами – со скакалками	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
11	Упражнения с предметами: резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг)	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
12	Упражнения с предметами из различных исходных положений	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
13	Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
14	Упражнения с зажатыми голеностопными суставами. Подвижная игра – День и ночь, —Салки без мяча	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
15	Упражнения в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
16	Бег с ускорением до 30 м. Подвижные игры—Караси и щука, —Волк во рву	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
17	Прыжки: с места в длину, с места вверх.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
18	Прыжки с разбега в длину и высоту. Подвижная игра—Третий лишний	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
19	Тестирование, выполнение нормативов ОФП	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
20	Метание теннисного мяча в цель, на дальность. Подвижная игра—Удочка	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
21	Дружеская встреча, соревнования между обучающимися в объединении.	2	1	1	Собеседование, наблюдение
22	Подвижные игры: Круговая эстафета, комбинированные эстафеты. Подведение итогов	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
	ИТОГО	38,5	13	25,5	

Содержание программы

Тема 1: Ознакомление с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Волейбол». Техника безопасности на занятиях.

Теория: Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Волейбол». Техника безопасности и правила поведения в зале.

Тема 2: Спортивная форма. Гигиенические требования. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома.

Теория: Элементы спортивной формы. Соблюдение гигиенических норм и правил во время тренировок и соревнований. Самоконтроль состояния здоровья: обучение игроков методам самопроверки здоровья, например, контроль за пульсом, дыханием, температурой тела.

Тема 3: История возникновения и развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

Теория: Знакомство с историей возникновения и развития волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

Практика: Правила игры в мини-волейбол.

Тема 4: Мышечная система человека. Упражнения без предметов: для развития мышц рук и плечевого пояса.

Теория: Знакомство с мышечной системой человека. Упражнения без предметов: для развития мышц рук и плечевого пояса.

Практика: Разбор упражнений без предметов: для развития мышц рук и плечевого пояса.

Тема 5: Упражнения без предметов для мышц ног, брюшного пресса.

Теория: Знакомство с теорией для упражнений без предметов для мышц ног, брюшного пресса.

Практика: Упражнения, на контролирование дыхания, упражнения без предметов для мышц ног, брюшного пресса.

Тема 6: Упражнения без предметов для тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Практика: Знакомство с упражнениями без предметов для тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Тема 7: Окружающая среда. Экология и человечество. Агрессивное воздействие окружающей среды на здоровье людей.

Практика: Изучение окружающей среды. Взаимосвязь экологии и человечества. Агрессивное воздействие окружающей среды на здоровье людей.

Тема 8: Вирусная и бактериологическая угрозы. Закаливание организма, как способ противостояния угрозам.

Теория: Изучение вирусной и бактериологической угрозы. Изучение закаливания организма, как способа противостояния угрозам.

Тема 9: Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Теория: Изучение теории упражнений для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Тема 10: Упражнения с предметами – со скакалками.

Теория: Изучение теории упражнений с предметами – со скакалками.

Тема 11: Упражнения с предметами: резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг)

Теория: Изучение теории упражнения с предметами: резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг)

Практика: Отработка упражнений с предметами: резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг)

Тема 12: Упражнения с предметами из различных исходных положений.

Практика: Отработка упражнений с предметами из различных исходных положений.

Тема 13: Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом.

Практика: Отработка и чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом.

Тема 14: Упражнения с зажатыми голеностопными суставами. Подвижная игра – День и ночь, —Салки без мяча

Практика: Отработка упражнений с зажатыми голеностопными суставами. Подвижная игра – День и ночь, —Салки без мяча

Тема 15: Упражнения в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

Практика: Отработка упражнений в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

Тема 16: Бег с ускорением до 30 м. Подвижные игры—Караси и щука, —Волк во рву

Практика: Отработка бега с ускорением до 30 м. Подвижные игры—Караси и щука, —Волк во рву.

Тема 17: Прыжки: с места в длину, с места вверх.

Практика: Отработка прыжков: с места в длину, с места вверх.

Тема 18: Прыжки с разбега в длину и высоту. Подвижная игра—Третий лишний

Практика: Отработка прыжков с разбега в длину и высоту. Подвижная игра—Третий лишний

Тема 19: Тестирование, выполнение нормативов ОФП

Практика: Отработка нормативов ОФП.

Тема 20: Метание теннисного мяча в цель, на дальность. Подвижная игра—Удочка

Практика: Отработка метания теннисного мяча в цель, на дальность. Подвижная игра—Удочка

Тема 21: Дружеская встреча, соревнования между обучающимися в объединении.

Теория: Изучение теории проведения дружеских встреч, соревнований между обучающимися в объединении.

Практика: Соревнования между обучающимися в объединении.

Тема 22: Подвижные игры: Круговая эстафета, комбинированные эстафеты. Подведение итогов.

Практика: Подвижные игры: Круговая эстафета, комбинированные эстафеты. Подведение итогов.

2.Модуль

«Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка»

Цель: поднять уровень развития двигательных качеств и функциональных возможностей организма обучающихся для игры в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- ☐ сформировать у обучающихся систему теоретических знаний о важности специальной физической подготовки;
- ☐ обучить правильному выполнению упражнений, необходимых для развития ловкости, специальной выносливости.

Развивающие:

- ☐ развить специальные двигательные качества, позволяющие выполнять движения в заданном темпе, ритме, сочетании;
- ☐ развить реакцию, ловкость, координацию, скорость.

Воспитательные:

- ☐ формировать положительное отношение к специальной физической подготовке и умению трудиться;
- ☐ воспитать умение доводить начатое дело до конца.

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- ☐ упражнения для развития ловкости и специальной выносливости;
- ☐ нормативы специальной физической подготовки.

Обучающийся должен уметь:

- ☐ правильно выполнять упражнения с волейбольным мячом;

Обучающийся должен приобрести навык:

- ☐ самостоятельных занятий волейболом, умение организовать собственную тренировку.

Учебно-тематический план для детей 5-9 лет

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестация
1	Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения).	2	2	-	Беседа, наблюдение
2	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	Перемещения приставными шагами: правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед.	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
4	Нижняя прямая подача мяча. Выбор места для выполнения нижней подачи; для приема нижней подачи.	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
5	Нижняя прямая подача с 3-6 м	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
6	Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
7	Подача мяча, подвешенного на шнуре.	2	2	-	Беседа, наблюдение
8	Подача мяча, установленного в держателе.	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
9	Подача мяча через сетку; подача в стенку.	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
10	Подача мяча через сетку с расстояния 9 м.	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
11	Подача через сетку из-за лицевой линии.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
12	Подача нижняя боковая.	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
13	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
14	Передача мяча, подвешенного на шнуре.	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
15	Передача мяча с собственного подбрасывания;	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение

	<i>с набрасывания партнера.</i>				дение
16	<i>Передача мяча в различных направлениях на месте и после перемещения.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
17	<i>Передачи мяча в парах.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
18	<i>Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
19	<i>Отбивание мяча с собственного подбрасывания.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
20	<i>Отбивание мяча подброшенного партнером - с места и после приземления.</i>	1,5	-	1,5	Собеседование, наблюдение
21	<i>Прием нижней подачи и первая передача в зону 3.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
22	<i>Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.</i>	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение
23	<i>Приём и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).</i>	2	-	2	Беседа, наблюдение
24	<i>Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
25	<i>Прием мяча на задней линии.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
26	<i>Передача двумя руками сверху на месте.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
27	<i>Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.</i>	2	2	-	Беседа, наблюдение
28	<i>Выбор места для второй передачи в зоне 3.</i>	1,5	0,5	1	Беседа, наблюдение
29	<i>Вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
30	<i>Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
31	<i>Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
32	<i>Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в</i>	1,5	-	1,5	Игра, бесе-

	<i>тройках.</i>				да, наблюдение
33	<i>Прием мяча снизу в группе.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
34	<i>Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3</i>	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
35	<i>Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче)</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
36	<i>Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
37	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега)</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
38	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с места)</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
39	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу)</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
40	<i>Дружеские соревнования.</i> <i>Подведение итогов, достижения обучающихся</i>	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение

Учебно-тематический план для детей 10-14 лет, 15-18 лет

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестация
1	<i>Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения).</i>	2	2	-	Беседа, наблюдение
2	<i>Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом.</i>	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	<i>Перемещения приставными шагами: правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед.</i>	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
4	<i>Нижняя прямая подача мяча. Выбор места для выполнения нижней подачи; для приема нижней подачи.</i>	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
5	<i>Нижняя прямая подача с 3-6 м</i>	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение

6	<i>Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.</i>	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
7	<i>Подача мяча, подвешенного на шнуре.</i>	2	2	-	Беседа, наблюдение
8	<i>Подача мяча, установленного в держателе.</i>	1,5	1,5	-	Игра, беседа, наблюдение
9	<i>Подача мяча через сетку; подача в стенку.</i>	2	2	-	Игра, беседа, наблюдение
10	<i>Подача мяча через сетку с расстояния 9 м.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
11	<i>Подача через сетку из-за лицевой линии.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
12	<i>Подача нижняя боковая.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
13	<i>Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
14	<i>Передача мяча, подвешенного на шнуре.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
15	<i>Передача мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
16	<i>Передача мяча в различных направлениях на месте и после перемещения.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
17	<i>Передачи мяча в парах.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
18	<i>Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
19	<i>Отбивание мяча с собственного подбрасывания.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
20	<i>Отбивание мяча подброшенного партнером - с места и после приземления.</i>	1,5	-	1,5	Собеседование, наблюдение
21	<i>Прием нижней подачи и первая передача в зону 3.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
22	<i>Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.</i>	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение

					ние
23	<i>Приём и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).</i>	2	-	2	Беседа, наблюдение
24	<i>Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
25	<i>Прием мяча на задней линии.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
26	<i>Передача двумя руками сверху на месте.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
27	<i>Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.</i>	2	2	-	Беседа, наблюдение
28	<i>Выбор места для второй передачи в зоне 3.</i>	1,5	0,5	1	Беседа, наблюдение
29	<i>Вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
30	<i>Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
31	<i>Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
32	<i>Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
33	<i>Прием мяча снизу в группе.</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
34	<i>Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3</i>	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
35	<i>Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче)</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
36	<i>Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
37	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега)</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
38	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с места)</i>	1,5	-	1,5	Игра, беседа, наблюдение
39	<i>Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с 1, 2, 3 шагов</i>	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение

	<i>разбега, удар кистью по мячу)</i>				дение
40	<i>Дружеские соревнования.</i>	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
	<i>Подведение итогов, достижения обучающихся</i>				

Тема 1: Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения).

Теория: Изучение теории овладения техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения).

Тема 2: Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом.

Теория: Изучение теории ходьбы, бега, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом.

Тема 3: Перемещения приставными шагами: правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед.

Теория: Изучение теории перемещения приставными шагами: правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед.

Тема 4: Нижняя прямая подача мяча. Выбор места для выполнения нижней подачи; для приема нижней подачи.

Теория: Изучение теории нижней прямой подачи мяча. Выбор места для выполнения нижней подачи; для приема нижней подачи.

Тема 5: Нижняя прямая подача с 3-6 м.

Теория: Изучение теории нижней прямой подачи с 3-6 м.

Тема 6: Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

Теория: Изучение теории нижней прямой подачи, прием мяча, отраженного сеткой

Тема 7: Подача мяча, подвешенного на шнуре.

Теория: Изучение теории подачи мяча, подвешенного на шнуре

Тема 8: Подача мяча, установленного в держателе.

Теория: Изучение теории подачи мяча, установленного в держателе

Тема 9: Подача мяча через сетку; подача в стенку.

Теория: Изучение теории подачи мяча через сетку; подача в стенку.

Тема 10: Подача мяча через сетку с расстояния 9 м.

Практика: Отработка подачи мяча через сетку с расстояния 9 м.

Тема 11: Подача через сетку из-за лицевой линии.

Практика: Отработка подачи через сетку из-за лицевой линии

Тема 12: Подача нижняя боковая.

Практика: Отработка нижней боковой подачи.

Тема 13: Овладение техникой приема и передача мяча сверху двумя руками.

Практика: Отработка техники приема и передача мяча сверху двумя руками.

Тема 14: Передача мяча, подвешенного на шнуре.

Практика: Отработка техники передачи мяча, подвешенного на шнуре.

Тема 15: Передача мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера.

Практика: Отработка приема передачи мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера.

Тема 16: Передача мяча в различных направлениях на месте и после перемещения.

Практика: Отработка техники передачи мяча в различных направлениях на месте и после перемещения.

Тема 17: Передачи мяча в парах.

Практика: Отработка техники передачи мяча в парах.

Тема 18: Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее.

Практика: Отработка техники отбивания мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее.

Тема 19: Отбивание мяча с собственного подбрасывания.

Практика: Отработка техники отбивания мяча с собственного подбрасывания.

Тема 20: Отбивание мяча подброшенного партнером - с места и после приземления.

Практика: Отработка техники отбивания мяча подброшенного партнером - с места и после приземления.

Тема 21: Прием нижней подачи и первая передача в зону 3.

Практика: Отработка техники приема нижней подачи и первая передача в зону 3.

Тема 22: Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Практика: Отработка расположения игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Тема 23: Приём и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).

Практика: Отработка техники приёма и передачи мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).

Тема 24: Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.

Практика: Отработка техники передачи мяча после перемещения из зоны в зону.

Тема 25: Прием мяча на задней линии.

Практика: Отработка техники приема мяча на задней линии.

Тема 26: Передача двумя руками сверху на месте.

Практика: Отработка техники передачи мяча двумя руками сверху на месте.

Тема 27: Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.

Теория: Изучение теории передачи мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.

Тема 28: Выбор места для второй передачи в зоне 3.

Теория : Изучение теории Выбора места для второй передачи в зоне 3.

Практика: Отработка техники выбора места для второй передачи в зоне 3.

Тема 29: Вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Практика: Отработка техники вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тема 30: Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.

Практика: Отработка техники приема мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.

Тема 31: Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.

Практика: Отработка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.

Тема 32: Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.

Практика: Отработка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.

Тема 33: Прием мяча снизу в группе.

Практика: Отработка техники приема мяча снизу в группе.

Тема 34: Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3.

Теория: Изучение теории взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3.

Практика: Отработка техники взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3.

Тема 35: Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче)

Практика: Отработка техники взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче).

Тема 36: Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Практика: Отработка техники взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

Тема 37: Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега).

Практика: Отработка техники прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега).

Тема 38: Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с места).

Практика: Отработка техники прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с места).

Тема 39: Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Практика: Отработка техники прямой нападающий удар сильнейшей рукой (прыжок вверх толчком двух ног: с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Тема 40: Дружеские соревнования.

Подведение итогов, достижения обучающихся .

3.Модуль «Инструкторская и судейская практика. Соревнования.»

Цель: создание условий для реализации способностей, возможностей, потребностей и интересов, обучающихся средствами физической культуры и спорта, всестороннего совершенствования общих физических качеств в единстве с воспитанием личности.

Задачи:

Обучающие:

- ☐ обучить правилам игры в волейбол и участию в соревнованиях;
- ☐ обучить базовой технике и тактике игры в волейбол.

Развивающие:

- ☐ развить интеллектуальные способности через освоение теоретических знаний техники и тактики игры;
- ☐ повысить качество выполнения упражнений технической подготовки, общие скоростные способности.

Воспитательные:

- ☐ воспитать умелое применение в игре тактических знаний, умений и навыков, а также тактического мышления.

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- ☐ правила игры в волейбол;
- ☐ наименование разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- ☐ тактические варианты игры.

Обучающийся должен уметь:

- ☐ владеть разными приемами и ударами по элементам и в сочетаниях;
- ☐ наносить удары прямые и с вращением;
- ☐ играть в паре.

Обучающийся должен приобрести навык:

- ☐ самостоятельного повышения уровня своей технической и тактической подготовки.

Учебно-тематический план для детей 5-9 лет

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестация
1	Основные правила и этапы организации соревнований.	2	2	-	Беседа, наблюдение
2	Волейбол: игра и история.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	Правила и основы судейства. Жесты судей в волейболе.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
4	Состав судейской коллегии, второй судья. Практическая работа – Я судья.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
5	Стритболл: правила, тактика, техника.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
6	Пляжный волейбол: особенности и правила игры.	1,5	0,5	1	Беседа, наблюдение
7	Особенности организации, проведения и судейства соревнований для сверстников.	2	2	-	Беседа, наблюдение

8	Контрольные игры и соревнования.	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение
9	Разбор проведённых игр. Работа над ошибками.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
10	Организация и проведение соревнований.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
11	Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
12	Соревнования по мини-волейболу.	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение
13	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
14	Техника безопасности во время летних каникул. Подведение итогов работы объединения	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение

Учебно-тематический план для детей 10-14 лет, 15-18 лет

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля/аттестация
1	Основные правила и этапы организации соревнований. Развитие лидерских качеств.	2	2	-	Беседа, наблюдение
2	Психология в спорте.	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
3	Правила и основы судейства. Жесты судей в волейболе.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
4	Состав судейской коллегии, второй судья. Практическая работа – Я судья.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
5	Стритболл: правила, тактика, техника.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
6	Пляжный волейбол: особенности и правила игры.	1,5	0,5	1	Беседа, наблюдение

7	Особенности организации, проведения и судейства соревнований для сверстников.	2	2	-	Беседа, наблюдение
8	Контрольные игры и соревнования.	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение
9	Разбор проведённых игр. Работа над ошибками.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
10	Организация и проведение соревнований.	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение
11	Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола.	2	-	2	Игра, беседа, наблюдение
12	Соревнования по мини-волейболу.	1,5	-	1,5	Беседа, наблюдение
13	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2	1	1	Игра, беседа, наблюдение
14	Техника безопасности во время летних каникул. Подведение итогов работы объединения	1,5	0,5	1	Игра, беседа, наблюдение

Тема 1: Основные правила и этапы организации соревнований (для детей 5-9 лет).

Теория: Изучение теории основных правил и этапы организации соревнований.

Тема 1: Основные правила и этапы организации соревнований. Развитие лидерских качеств (для детей 10-14 лет, 15-18 лет).

Теория: Изучение теории основных правил и этапы организации соревнований. Развитие лидерских качеств. обучение руководству командой, коммуникации с партнерами, принятию решений на поле и мотивации товарищей по команде.

Тема 2: Волейбол: игра и история (для детей 5-9 лет).

Теория: Изучении истории волейбола.

Тема 2: Психология в спорте (для детей 10-14 лет, 15-18 лет).

Теория: обучение психологическим аспектам спорта, таким как концентрация, мотивация, управление стрессом и командный дух.

Тема 3: Правила и основы судейства. Жесты судей в волейболе.

Теория: Изучение теории правил и основы судейства. Жесты судей в волейболе.

Практика: Отработка правил и основы судейства. Жесты судей в волейболе.

Тема 4: Состав судейской коллегии, второй судья. Практическая работа – Я судья.

Теория: Изучение состава судейской коллегии, второй судья. Практическая работа – Я судья.

Практика: Практическая работа – Я судья.

Тема 5: Стритболл: правила, тактика, техника.

Теория: Изучение теории стритболл: правила, тактика, техника.

Практика: Отработка правил, тактики, техники стритболла.

Тема 6: Пляжный волейбол: особенности и правила игры.

Теория: Изучение теории пляжного волейбола: особенности и правила игры.

Практика: Отработка правил игры пляжного волейбола.

Тема 7: Особенности организации, проведения и судейства соревнований для сверстников.

Теория: Изучение особенностей организации, проведения и судейства соревнований для сверстников.

Тема 8: Контрольные игры и соревнования.

Практика: Контрольные игры и соревнования.

Тема 9: Разбор проведённых игр. Работа над ошибками.

Практика: Разбор проведённых игр. Работа над ошибками.

Тема 10: Организация и проведение соревнований.

Теория: Организация и проведение соревнований.

Практика: Организация и проведение соревнований.

Тема 11: Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола.

Практика: Соревнования по подвижным играм с элементами техники волейбола.

Тема 12: Соревнования по мини-волейболу.

Практика: Соревнования по мини-волейболу.

Тема 13: Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Теория: Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Практика: Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Тема 14: Техника безопасности во время летних каникул. Подведение итогов работы объединения.

Теория: Техника безопасности во время летних каникул. Подведение итогов работы объединения.

Практика: Техника безопасности во время летних каникул. Подведение итогов работы объединения.

Формы подведения итогов:

Тестирование, выполнение нормативом ОФП, дружеские встречи, соревнования, портфолио обучающихся.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Модуль	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
Физическая культура и спорт в России. Волейбол в России Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика травматизма в спорте Физические качества и физическая подготовка Общая физическая подготовка	беседы Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование. Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом; работа по станциям; самостоятельные занятия; тестирование Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом; работа по станциям; самостоятельные занятия; тестирование; турнир	литература по теме; слайды; карточки с заданием. литература по теме; слайды; карточки с заданием. литература по теме; слайды; видеоматериалы; карточки с заданием.	наглядные пособия мультимедийная техника волейбольные мячи, волейбольная площадка, сетки. скакалки; гимнастические скамейки; гимнастическая стенка; гимнастические маты; резиновые амортизаторы; перекладины; мячи.	викторина опрос контрольные нормативы; учебно-тренировочная игра контрольные нормативы по ОФП

Специальная физическая подготовка Техническая и тактическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир. Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием. - литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	-волейбольные мячи; -волейбольная площадка, сетка	- контрольные нормативы по СФП соревнования
Инструкторская и судейская практика Соревнования. Контрольные испытания	Практикум: - судейство соревнований; Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	Руководство для судей. Механика судейства в баскетболе. Дидактические карточки, плакаты. карточки с заданиями	видеозаписи, обучающие диски. - скакалки; -гимнастическая стенка; -гимнастические маты; - перекладины; - мячи	- контрольные нормативы; - помощь в судействе. - контрольные нормативы; - помощь в судействе.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика).- Краснодар, 2021.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 2019 (ГНП), 2018 (УТТ), 2021 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. -М., 2019.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. -М., 2018.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. -М., 2021.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. -М., 2021.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. -М., 2019.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. -Иркутск, 2018.
9. Марков К. К. Тренер -педагог и психолог. -Иркутск, 2021.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофмана. -М, 2018.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 2021.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. -М, 2022.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. -Киев, 2018.
15. Примерные программы для системы дополнительного образования детей: детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва (авторы-составители: Ю.Д.Железняк, доктор пед. наук; А.В.Чачин, кандидат пед. наук; Ю.П.Сыромятников, доктор мед. наук). М.: Советский спорт, 2023.
16. Система подготовки спортивного резерва. -М., 2019.
17. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. -М., 2019
18. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2019

