

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

**Муниципальное образование «Муниципальный округ Вавожский
район»**

МБОУ «Вавожская СОШ»

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Иванова О.Н.
4 от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Сулимова Е.Н.
304 от «30» августа 2023г

Факультатив

Волейбол для всех

для обучающихся 6 классов

с. Вавож 2023

1. Пояснительная записка

Направленность программы

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

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами системы дополнительного образования:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г № 196;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4. 3172-14, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04 июля 2014 года № 41;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ), утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- Уставом МБОУ «Вавожская СОШ»;
- локальными актами школы и иными нормативно-правовыми документами.

Программа физкультурно-спортивная направленности «Волейбол» разработана на основе Федерального Государственного стандарта, примерной программы основного общего образования по физической культуре авторов В.И.Лях, А.А.Зданевич.

Актуальность программы. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Игра в волейбол привлекательна и доступна для освоения учащимися среднего звена, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладает эмоциональной насыщенностью, способна активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности, создаются благоприятные возможности для проявления смекалки, ловкости, силы,

быстроты, выносливости, волевых качеств, взаимопомощи и других качеств, свойств личности. А также игра в волейбол способствует воспитанию у учащихся навыка ведения здорового образа жизни, прививает любовь к занятиям спортом.

Уровень программы (ознакомительный, базовый, продвинутый).

Классификация программы на основе дифференциации (одноуровневые, разноуровневые).

Отличительные особенности программы, характерные свойства, отличающие программу от других, остальных; отличительные черты, основные идеи, которые придают программе своеобразие, уникальность.

Новизна может касаться как в целом программы, так и отдельных компонентов. Например, при традиционности направления деятельности могут использоваться оригинальные приемы, методы, педагогические технологии. В формулировках можно использовать отражающие степень новизны слова: «впервые», «конкретизировано», «дополнено», «расширено», «углублено», кратко пояснять, что существенного разработчик внес в программу в сравнении с известными аналогами по содержанию, методам и формам реализации.

Педагогическая целесообразность - это аргументированное обоснование педагогических приемов, использования форм, средств и методов образовательной деятельности разработчиком программы в соответствии с целями и задачами дополнительного образования детей. Важно показать собственные взгляды педагога на проблему и определить практическую важность взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения; степень отражения в программе условий для социального, культурного, профессионального самоопределения и творческой самореализации личности учащегося; наличие инновационных подходов.

Практическая значимость для целевой группы. На что повлияет реализация программы? Какие социальные, культурные проблемы целевой группы, территории поможет решить программа?

Примеры:

1. Практическая значимость программы определяется её практико-ориентированным подходом, личным опытом педагога и возможностью использования данной программы в системе общего и дополнительного образования.

Преимственность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с программами СОШ.

Пример:

Программа дополняет и расширяет знания по основным программам школы: Физическая культура и Основы Безопасности Жизнедеятельности.

Адресат Программы:

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 12-13 лет (6 класс). Образовательные группы формируются из учащихся проявляющих интерес к волейболу. Набор детей осуществляется по желанию.

Объём Программы: 1 год обучения: 1 час (1 раз в неделю по 1 часу).

Срок освоения программы: 1 год. Количество учебных недель – 34.

Формы организации образовательной деятельности

Форма обучения очная, занятия групповые. Состав группы постоянный. По количеству 6 человек.

Режим занятий.

Занятия группы проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Преимственность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с программами СОШ:

Программа дополняет и расширяет занятия по основным программам школы: физическая культура, валеология.

Формируемые компетенции: учебно – познавательная, коммуникативная, информационная.

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса. Характеристика особенностей формы организации детского коллектива – творческого объединения (студия, мастерская, секция, кружок, лаборатория, ансамбль, театр и пр.).

Ведущие формы и виды деятельности: - виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, практические занятия, мастер-классы, выполнение самостоятельной работы, соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ;

формы деятельности: индивидуальные, групповые и т.д. Возможность реализации индивидуальных учебных планов, траекторий и их обоснование.

Формы обучения: Очная.

Содержание и материал программы «Волейбол» составлены по принципу дифференциации и даёт возможность учащимся доступно освоить материал на стартовом уровне.

В первый год обучения программы «Волейбол» рассчитан для учащихся 5-6 класса. Данный модуль посвящен изучению техники приема мяча, технике

подачи, технике игры в волейбол. Содержание программы соответствует стартовому уровню сложности, т.к. предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных формы усвоения материала, минимальную сложность предлагаемых заданий.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Условия реализации программы.

кадровые: наличие педагогов и иных специалистов. Характеристика их образования, квалификации, профессионализма;

материально-технические: помещения, площадки, оборудование, мячи, сетка.

информационные ресурсы: видео-, фото-, интернет-источники.

Методические материалы

- обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации. В этом разделе дается характеристика и перечень методических ресурсов, необходимых для успешной реализации программы. Важно не перечисление форм, методов, технологий и материалов, а обоснование целесообразности их использования, конкретизация их применения в данной программе.

Методические особенности организации образовательного процесса.

краткое описание общей методики работы в соответствии с направленностью содержания и индивидуальными особенностями учащихся; формы организации учебного занятия. Если это важно для конкретной программы, может быть описан алгоритм учебного занятия (краткое описание структуры, этапов, комментарии особенностей, деятельность педагога и детей)

Методы обучения и воспитания - словесный, наглядный, практический, объяснительно-разъяснительный.

2. Цели и задачи программы

2.1. **Цель** – обучить технике и тактике игры в волейбол.

2.2. **Задачи:**

Предметные:

- научить техническим приёмам, правилам и тактическим действиям игры в волейбол;
- научить играть по правилам соревнований;
- научить понимать жесты судей во время игры.

Метапредметные:

- сформировать умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи.

Личностные:

- сформировать коммуникативную компетенцию в сотрудничестве со сверстниками в процессе спортивно – игровой деятельности;
- сформировать потребность в ведении здорового образа жизни и ответственности за себя.

3. Планируемые результаты.

По итогам освоения программы у учащихся будут сформированы следующие результаты:

Предметные:

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; и смогут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на

занятиях волейболом;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

Метапредметные:

- сформировано умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи.

Личностные:

- сформирована коммуникативная компетенция в сотрудничестве со сверстниками в процессе спортивно – игровой деятельности;
- сформирована потребность в ведении здорового образа жизни и ответственности за себя.

4. Учебный план и содержание учебного плана.

4.1. Учебный план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Техника безопасности	0.5	0.5	
2	История развития волейбола	0.5	0.5	
3	Правила игры; разучивание	1	0.5	0.5
4	Индивидуальная и групповая работа	2		2
5	Развитие прыгучести	2		2
	Развитие быстроты	2		2
	Развитие ловкости	2		2
6	Передача мяча сверху	3		3
	Передача мяча снизу	3		3
	Групповые действия	3	1	3
7	Техника нижней подачи	4	1	3
	Техника верхней подачи	4	1	3
8	Техника нападающего прыжка. Движение руки корпуса.	4	1	3
9	Игра в волейбол	3		3
Итого:		34	5.5	28.5

4.2. Содержание учебного плана на первый год обучения

1. Вводное занятие « Техника безопасности», 0.5 ч.

Теория, 1 ч. Правила поведения в спортзале,

–правила поведения при разминке,

–правила гигиены после занятий. История развития волейбола,

Теория 0.5 ч., просмотр кинофильма «История волейбола»

Правила игры волейбол, 1ч.

Теория, 0.5 ч.: разучивание основных правил игры волейбола Практика, 0.5

ч.: жесты судей, применение на практике

Индивидуальная и групповая работа по технике и тактике игры, 2 ч.

Практика, 2 ч.: стойки, приёмы и передачи мяча, подачи мяча, нападающие удары, блоки.

Развитие прыгучести, 2 ч.

Практика, 2 ч. – прыжки и удары, остановка в два шага, остановка в два шага прыжком, прыжки и удары.

Развитие быстроты, 2 ч.

Практика, 2 ч.: скоростной бег, бег на 60 м., челночный бег, передачи волейбольного мяча в стену, подачи с максимальной силой в сетку, многократные броски набивного мяча в стену, упор лежа, передвижение на руках вправо (влево).

Развитие ловкости, 2 ч.

Практика, 2 ч.: подвижные игры и эстафеты: с мячами, в кругу, на быстроту и координацию, с приёмами, с ведением.

Передача мяча сверху, 3 ч.

Практика, 3 ч.: передачи мяча сверху над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

Передача мяча снизу, 3 ч.

Практика, 3 ч.: передачи мяча снизу над собой на месте и с продвижением вперед, в парах, в парах через сетку.

Групповые действия, 3 ч.

Теория, 1 ч.: взаимодействие нескольких игроков в отдельных моментах игры

Практика, 2 ч.: страховка игрока, принимающего подачу, страховка атакующих ударов, блокирование соперника.

Техника нижней подачи, 4 ч.

Теория, 1 ч.: виды нижней подачи.

Практика, 3 ч.: подача с расстояния 4 м. от сетки, подача с расстояния 6 м. от сетки, подача с лицевой линии площадки.

Техника верхней подачи, 4 ч.

Теория, 1 ч.: виды верхней подачи.

Практика, 3 ч.: подача с расстояния 4 м. от сетки, подача с расстояния 6 м. от сетки, подача с лицевой линии площадки.

Техника нападающего удара, 4 ч.

Теория, 1 ч.: виды нападающего удара.

Практика, 3 ч.: разбег, толчок, удар, приземление, напрыгивание перед неподвижным мячом.

Игра в волейбол 3 ч.

Практика, 3 ч.: игра по правилам на счет.

5. Организационно – педагогические условия реализации программы

5.1 Материально – техническое обеспечение

- волейбольные мячи - 12
- скакалки - 12
- свисток - 1
- стойки волейбольные - 2
- сетка для игры в волейбол- 1
- мячи набивные- 4
- стенка гимнастическая- 8
- мячи теннисные– 8
- спортивный зал -2

5.2. Информационное обеспечение

Основным наглядным пособием являются электронные материалы, находящиеся в свободном доступе в сети Интернет, дающие базовый уровень информации по представленным в программе темам.

6. Список литературы

1. Настольная книга учителя физической культуры (под ред. Коффмана).
2. Волейбол: игра связующего - М.: ФиС, 1984-96с.
спортивные игры (под ред. Г.Н. Николаева) М.: «Просвещение», 1998-46с.
правила игры в волейбол. (под ред. М.В. Петровой). - М.: «Просвещение», 1999.
«Волейбол в школе», (под ред. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский) М.: «Просвещение», 1989.
Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.ил. – (Работаем по новым стандартам).

