



# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1 Пояснительная записка

### **Нормативно-правовая основа программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол с улыбкой» (далее - Программа) составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 29 декабря 2022 г.);

2. Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);

3. Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

4. Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

5. Национальным проектом «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

6. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

7. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

8. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

9. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

10. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

11. Приказом Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

12. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

13. Приказом Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

14. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

15. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);

16. Распоряжением Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

17. Приказом Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

18. Приказом Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

19. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

20. Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

21. Письмом Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;

22. Уставом МБОУ РК г.Керчи «школа-гимназия №1 имени Героя Советского Союза Е.И. Дёминой

23. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Программа является **модифицированной** и составлена на основе авторской программы Тикеев Б.К. «Волейбол», «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич (М: Просвещение, 2005г.) рекомендованной Министерством просвещения РФ.

**Направленность программы** - спортивно-оздоровительная. Программа направлена на формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, повышение уровня физической подготовленности посредством освоения двигательной деятельности.

**Актуальность** программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

**Новизна и отличительные особенности программы.** Данная программа соответствует современным требованиям, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования к занимающимся в процессе обучения.

Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к гармоничному воспитанию человека средствами волейбола.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, а не на подготовку мастеров высокого класса, выявление и поддержку одаренных детей.

В непосредственной работе с детьми юного возраста используется преимущественно индивидуальный подход, где происходит сохранение самооценности детства и сохраняется сама природа школьника.

Ведущими видами детской деятельности становятся: игровая, коммуникативная, двигательная, познавательно-исследовательская, продуктивная и другие.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что занятия по этой программе позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Волейбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами.

Программа актуальна на сегодняшний день, т.к. ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой. Систематические занятия волейболом способствуют развитию у учащихся: силы, быстроты, выносливости, решительности, чувства коллективизма, а также улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что положительно сказывается на здоровье занимающихся.

**Адресат Программы:** обучающиеся мальчики и девочки в возрасте от 8 лет до 12 лет.

**Объём Программы.** Программа рассчитана на 21 день. Общее количество часов, необходимых для освоения программы составляет 21 час.

**Срок реализации Программы** рассчитан на 21 день, 21 час.

Таблица 1

### Реализация Программы

Уровень обучения	Срок реализации	Количество учащихся в группе	Количество часов в день	Объем программы	Возраст учащихся
Базовый	21 день	20 человек	1 час	21 час	8 – 12 лет

**Уровень Программы** – базовый.

**Формы обучения и виды занятий.**

Учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по волейбол и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

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

**Практические методы:**

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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

**Метод круговой тренировки** предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

**Формы обучения:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Программа состоит из четырех модулей, которые предполагается осваивать в следующих классах:**

1. «Знакомство с волейболом»
2. «Технические действия»
3. **Наполняемость** в группе составляет 20 человек. Состав группы – постоянный.

**Режим занятий.** Занятия проводятся согласно расписанию, 1 час каждый день, за 21 день освоить 21 час.

## **1.2 Цель и задачи Программы**

**Цель:** разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых волейболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

**Задачи:**

Образовательные:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

## **1.3. Воспитательный потенциал Программы**

Цель воспитательной работы в творческом объединении – личностное развитие обучающихся.

Основные задачи:

- формировать общероссийскую гражданскую идентичность, патриотизм;
- обеспечить необходимые условия для личностного развития;
- способствовать укреплению здоровья обучающихся;
- способствовать профессиональному самоопределению и творческому труду детей;
- способствовать социальной защите, поддержке, реабилитации и адаптации к жизни в обществе;
- способствовать социализации детей;
- работать с семьей;
- формировать общую культуру обучающихся;
- организовывать содержательный досуг.

#### 1.4. Содержание Программы

##### Учебный план

##### 1 модуль: «Знакомство с волейболом»

№	Наименования тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
<b>История волейбола (1 ч.)</b>					
1	Введение. Техника безопасности. История волейбола	1	1		
<b>Основная стойка и передвижения (1 ч.)</b>					
2	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1		1	
	<b>Итого часов</b>	2	1	1	

##### 2 модуль: «Технические действия»

№	Наименования тем	Количество			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
<b>Верхняя и нижняя передача (8 ч.)</b>					
1	Передача мяча двумя руками над собой	1		1	
2	Верхняя передача мяча в парах. Нижняя передача мяча в парах	1		1	

3	Верхняя передача мяча в тройках. Нижняя передача мяча в тройках	1		1	
4	Верхняя и нижняя передача с шага и в прыжке	1		1	
5	Отработка передач от стены	1		1	
6	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	1		1	
7	Передача сверху двумя руками вперед-вверх	1		1	
8	Нижняя и верхняя передача мяча через волейбольную сетку	1		1	
<b>Верхняя и нижняя подача (4 ч.)</b>					
9	Выбор места для подачи.	1		1	
10	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.	1		1	
11	Верхняя подача и нижний прием мяча.	1		1	
12	Подача мяча в прыжке	1		1	
<b>Приём мяча (4 ч.)</b>					
13	Приём мяча двумя руками снизу.	1		1	
14	Приём мяча двумя руками сверху	1		1	
15	Приём мяча, отраженного от сетки.	1		1	
16	Приём мяча одной рукой снизу в падении (на спину, бедро-спину, грудь)	1		1	
<b>Физическая подготовка (3 ч.)</b>					
17	Развитие выносливости и скоростных качеств	1		1	
18	Развитие кондиционных способностей	1		1	
19	Развитие ловкости и гибкости	1		1	
	<b>Итого часов</b>	19	0	19	

### Содержание учебного плана

#### Модуль 1 «Знакомство с волейболом»

История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в волейбол. Техника безопасности в волейбол.

#### Модуль 2 «Техническая подготовка»

*Овладение техникой передвижения и стоек.* Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения

переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.

*Овладение техникой приема и передач мяча* сверху двумя руками; передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

*Овладение техникой подачи:* нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

*Нападающие удары.* Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

*Овладение техникой подачи.* Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

## 1.5. Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

*Личностными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

*Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

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

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

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

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для

жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

## **2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1 Календарный учебный график**

Календарный учебный график построен, исходя из следующего:

- ✓ начало реализации программы – 01.06.25, конец реализации программы – 21.06.25;
- ✓ начало занятий не ранее 11:00 часов, окончание – не позднее 13:00;
- ✓ продолжительность 21 день;
- ✓ объем программы 21 час.
- ✓ Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

### Календарный учебный график

месяц	июнь																							
День обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21			
Кол-во часов	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			
Аттестация/ Формы контроля	Входная диагностика								Промежуточная диагностика, аттестация								Итоговая диагностика, аттестация							
Всего 21 час	4				4				3				3				3				4			

## 2.2 Условия реализации Программы

### **Материально - техническое обеспечение:**

- занятия проводятся в спортивном зале МБОУ РК г.Керчь «школа-гимназия №1 имени Героя Советского Союза Е.И. Дёминой»

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

- Перекладина гимнастическая (пристеночная)
- Стенка гимнастическая
- Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
- Волейбольные мячи
- Мат гимнастический
- Фишки, конусы
- Волейбольная сетка

### **Информационное обеспечение.**

- учебные фильмы;
- интерактивные обучающие программы;
- журналы, книги.

Интернет – источники:

1. Единый каталог образовательных услуг. URL: <https://infourok.ru/>
2. ЕдиныйУрок.рф — интернет-портал для проведения Единых уроков и образовательных мероприятий, рекомендованных Министерством просвещения Российской Федерации. URL: <https://www.xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai>
3. МультиУрок – образовательная площадка. URL: <https://multiurok.ru/>
4. Образовательная социальная сеть URL: <http://nsportal.ru>

### **Кадровое обеспечение.**

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий нормам профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденных Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

### **Методическое обеспечение.**

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

Обучение по Программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

### **Используемые педагогические технологии:**

- **развивающее обучение** – при развивающем обучении обучающийся самостоятельно приобретает какую – либо информацию, самостоятельно приходит к решению проблемы в результате анализа своих действий;

- **игровое обучение** – влияет на формирование произвольности поведения и всех психических процессов – от элементарных до самых сложных. Выполняя игровую роль, обучающийся подчиняет этой задаче все свои сиюминутные действия. В условиях игры они лучше сосредотачиваются и запоминают, чем по прямому заданию взрослого;

- **эвристическое обучение** позволяет подвести обучающихся, с помощью умелой постановки вопросов педагога и благодаря собственным усилиям, к самостоятельному мышлению и приобретению новых знаний.

### **Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:**

- словесные методы (устное изложение материала);
- наглядные методы (педагогический показ);
- практические методы (упражнения, тренинги).

### **Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:**

- объяснительно - иллюстративные (обучающиеся усваивают и воспроизводят готовую информацию);
- репродуктивные (обучающиеся воспроизводят полученные знания).

### **Методы воспитания:**

- поощрение (устное, дипломы и грамоты);
- мотивация (настрой обучающегося на достижение цели).

### **Формы обучения и виды занятий.**

- открытое занятие;
- соревнование, турнир, чемпионат.
- беседа и др.

### **Педагогические технологии.**

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

### **Алгоритм учебного занятия:**

- приветствие, проверка присутствия обучающихся;
- объявление темы и цели занятия;
- повторение правил техники безопасности, правил поведения на занятии;
- повторение пройденного материала;
- объяснение нового материала;
- опрос по усвоению нового материала;
- практическая работа;
- подведение итогов занятия;
- уборка рабочих мест.

### **Методические материалы:**

#### Методические разработки:

- раздаточный материал;

- разработки упражнений и заданий для практического применения, бесед, конспектов открытых занятий, тестов.

Дидактические материалы: инструкции по ТБ, задания, упражнения.

### **2.3 Формы аттестации и контроля**

**Формы контроля:** входной, текущий и итоговый контроль.

Контроль усвоения учебного материала, умений и навыков проходит в течение всего периода обучения.

**Входной контроль** – проводится при наборе, в виде собеседования, где изучаются отношения обучающегося к выбранной деятельности, его способности в этой области, личные качества ребенка.

**Формы текущего и промежуточного контроля:** открытые занятия, соревнования, турниры, чемпионаты.

**Формы итогового контроля:** итоговое занятие, соревнования.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

По окончании обучения, на основе данных Диагностической карты оценки ЗУН обучающихся, педагог составляет аналитическую справку, в которой отражает уровень освоения обучающимися Программы. Так же подтверждением успешной реализации Программы являются грамоты, дипломы, протоколы соревнований, отзывы детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.**

Успешной реализации Программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: открытые занятия, соревнования, турниры, чемпионаты и т.д.

## 2.4. Список литературы

### Список литературы для преподавателя:

1. Авторы: М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского.  
Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
2. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич  
Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха, А.А.Зданевича. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
3. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич  
Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.
4. Каменская Е. Н. Педагогика: учебное пособие / Е.Н. Каменская. – М.: Дашков и К°, 2007. – 320 с
6. Гладышева А.А. Морфологические основы физического воспитания юных спортсменов. - Сб. докл. II Всес. конф. по проб. юнош. спорта. - М.: 1971.
7. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. -- М.: Педагогика, 1986. - 240 с.
8. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров спортивных школ. Под общей ред. Буйлина Ю.В. и Курамшина Ю.В. М.: ФиС, 2011 г.
9. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и тренеров-преподавателей/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2013. – 112с.
10. Книжников А.Н. Волейбол. История развития, методика организации, проведения судейства соревнований / А.Н. Книжников, Н.Н. Книжников. – Нижневартовск. 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л. Б. Кофмана.-М., 1998.
12. Официальные волейбольные правила / пер. с англ. – М.; Олимпия; Человек, 2007.
13. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства /Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов - М, 2004г.

14. Спорт в школе «Волейбол» Начальное обучение/ Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – М.: изд. «SPORT», 2015
15. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. / учебное пособие Е.Ю. Коротаева. – М.; Проспект, 2018

**Список литературы, рекомендуемой для учащихся и их родителей (законных представителей):**

1. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003.
2. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М.: ФиС.2001г.
3. Спортивная гимнастика. Программа. – М.: Советский спорт, 2005
4. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - М.: ФиС, 2000.
- 5.Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.
6. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. - М.: ФиС, 2001.
7. Зацiorский В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС, 2003.

**Перечень Интернет-ресурсов:**

1. URL: <https://infourok.ru/>
2. URL:<https://multiurok.ru/>

### **3. Приложения**

#### **3.1. Оценочные материалы**

**Оценочные материалы (Приложение 1):**

- промежуточная и итоговая проверка качества усвоения знаний и навыков обучающихся осуществляется с помощью системы поэтапных аттестационных испытаний в процессе обучения за обучающимися;
- диагностическая карта оценки ЗУН по Программе;
- тесты, карты оценки способностей и знаний;
- участие в соревнованиях: городских, республиканских, всероссийских.
- открытые занятия.

#### **3.2. Методические материалы**

Методическая литература и методические разработки для обеспечения образовательного процесса (Приложение 2):

- планы- конспекты отчетных занятий;
- сценарии воспитательных мероприятий.

**Диагностическая карта оценки ЗУН обучающихся по Программе « \_\_\_\_\_ ».**  
**Дата проведения диагностики \_\_\_\_\_**

№	ФИО обучающихся	Знания. Умения. Навыки.														ИТОГО  Сформированность ЗУН каждого обучающегося в баллах	
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
	<b>ИТОГО</b> сформированность ЗУН группы в %																

Педагог ДО \_\_\_\_\_

*ФИО, подпись*

ЗУН по каждому параметру оцениваются по 10 бальной системе, методом наблюдения.  
 Диагностика проводится не менее трёх раз в год – входная (сентябрь), промежуточная (январь, февраль), итоговая (май).

## Приложение 2

### Сценарий праздника ко дню физкультурника.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

- развивать у детей интерес к занятиям физкультурой и спортом;
- содействовать проявлению физических и волевых усилий
- воспитывать чувство коллективизма, стремление к спортивным победам.

**Инвентарь:** 8 ориентиров, корзина с маленькими мячами, 8 малых обручей, 2 больших мяча, 2 средних мяча, 2 эстафетные палочки, 18 дощечек, канат, флажки красного и синего цвета.

**Ход праздника.**

**Ведущий:** сегодня у нас весёлый праздник-день физкультурника. День физкультурника в нашей стране отмечают с 1939 года, во вторую субботу августа. Этому празднику почти 80 лет. В этом году датой всенародно любимого праздника станет 12 августа. По всей стране в день физкультурника вспоминают и поздравляют лучших спортсменов и проводят спортивные праздники. И в нашем детском саду мы тоже проведём весёлые и интересные спортивные состязания.

А чтобы добиться хороших результатов каждый спортсмен должен себя хорошо чувствовать, быть в хорошем настроении. Поэтому я и вас хочу спросить, как ваши дела и как вы живете? Ответы детей.

**Ведущий:** Кто так отвечает? Надо выставить вперед большой палец и сказать: «*Вот так!*»

**ИГРА «Вот так!»**

**Ведущий:** Как дела?

**Дети:** Вот так! (показывают большой пальчик)

**Ведущий:** Как в детсад идете?

**Дети:** Вот так! (изображают ходьбу на месте)

**Ведущий:** Как домой из садика бежите?

**Дети:** Вот так! (бегут на месте)

**Ведущий:** Как без воспитателя шумите?

Дети Вот так! (топают ногами)

**Ведущий:** А как в тихий час спите?

Дети: Вот так! (складывают ладони вместе, прикладывают к щеке, закрывают глаза)

**Ведущий:** Как над шутками смеетесь?

Дети: Вот так! (схватившись за живот, смеются вместе с Клоуном)

**Ведущий:** А как плачете, когда мама не дает шоколадку?

Дети: Вот так! (трут кулачками глаза, изображают плач)

**Ведущий:** Как шалите?

Дети: Вот так! (надув щеки, хлопнуть по ним)

**Ведущий:** А с чего должно начинаться утро каждого человека? Я предлагаю вам, ребята, начать наш праздник с **разминки.**

***Ритмическая разминка «Мы ногами, мы руками».***

Мы ногами топ-топ (*топают ногами*),

Мы руками хлоп-хлоп (*хлопают руками*),

Мы глазами миг-миг (*мигают глазами*),

Мы плечами чик-чик (*поднимают одновременно правое и левое плечо*).

Раз – сюда, раз – туда (*правой рукой в сторону, левой рукой в сторону*),

Повернись вокруг себя (*повороты вокруг себя*.)

Раз – присели (*приседают, руки на поясе*),

Два – привстали (*встают, руки на поясе*).

Руки кверху все подняли (*поднимают руки вверх*),

Сели – встали, сели – встали (*приседают, встают, руки на поясе*).

Ванькой-встанькой словно стали (*легкое покачивание головой вправо-влево*),

А потом пустились вскачь (*подскоки на месте*),

Будто мой упругий мяч (*подскоки на месте*).

Раз-два, раз-два (*шагают на месте*),

Заниматься нам пора (*шагают на месте*).

**Ведущий:** А сейчас команды зачитают торжественную клятву:

*Не жалеть ни рук, ни ног, расстрясти чуть-чуть жирок, что б быстрее черепахи бегать ты быстрее смог.  
Клянемся!*

*Честь команды защищать и доверие оправдать, ну а если проиграем, все равно не унываем!  
Клянемся!*

*Всем сегодня помогать - где держать, а где толкать и соперникам подножку, ни за что не подставлять.  
Клянемся!*

**Ведущий:** Чтоб расти и закаляться, будем спортом заниматься.

Тренируйся детвора,

В добрый час, физкульт!

**Все хором:** ура!!!

**Ведущий:** Объявляю товарищескую встречу открытой.

**Эстафета 1 «Змейка»**

Первый участник пробегает дистанцию, оббегая на пути ориентиры. Возвращаясь к команде, он берёт за руку второго участника и выполняет тоже задание вдвоём. В дальнейшем задание повторяется с каждым новым участником. Выигрывает команда, которая в полном составе первая справится с заданием.

**Эстафета 2 «Скакуны»**

Первый участник на мяче скачет до ориентира и обратно. Передаёт эстафету (мяч) следующему игроку. Выигрывает команда, которая первая справится с заданием.

**Эстафета 3 «Быстрые ноги»**

Первый участник пробегает дистанцию, оббегая ориентир, возвращается к своей команде, передает мяч следующему участнику и встает в конец команды.

**Эстафета 4 эстафета «Не ленись, проползи»**

Участники каждой команды строятся в колонну друг за другом, широко расставив ноги. Последний участник, держа в руках эстафетную палочку, проползает под ногами всех игроков, становится впереди колонны и передаёт эстафетную палочку назад. Когда эстафетная палочка оказывается у последнего игрока, он начинает эстафету заново. Побеждает команда, игроки которой все выполнят задание и встанут на свои места, как в начале эстафеты.

### **Эстафета 5 «Посадка и сбор урожая»**

Первый участник бежит до первого обруча, кладёт в него мяч, продолжая движение вперёд, оббегает ориентир, возвращается к своей команде, передает эстафету следующему участнику. В этой эстафете половина участников раскладывают мячи в обручи, вторая половина участников по аналогии собирают мячи обратно в корзину.

### **Эстафета 6 «Болото»**

Участники команды стоят на дощечках друг за другом. В руках первого игрока ещё одна дощечка. Задача участников с помощью лишней дощечки пройти дистанцию, от старта до финиша, огибая ориентир.

### **Эстафета 7 «Тачка»**

Данная эстафета проводится в парах, первый участник в паре двигается на руках, второй держит его за ноги. Задача участников пройти дистанцию и вернувшись к команде передать эстафету следующей паре.

### **Конкурс «Перетягивание каната»**

***Подведение итогов, награждение победителей.***