Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 398
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа №398)

ПРИНЯТА
Решением Педагогического совета
Протокол от 27.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
ГБОУ школы № 398
от 27.08.2026 г. № 24-од

_____Н.П. Колоколова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 02DF9096BA8E78B004693A5F32B3B573
Владелец: Колоколова Наталья Петровна
Действителен: с 15.12.2025 до 10.03.2027

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ВОЛЕЙБОЛ»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок освоения: 72 часа

Автор/разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Чеплагина Елена Анатольевна

.

Санкт-Петербург

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Волейбол» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон № 273 от 29.12.2012 года «Об образовании в РФ»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 САНИТАРНЫЕ ПРАВИЛА СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от от 28 января 2021 г. № 2 САНИТАРНЫЕ ПРАВИЛА И НОРМЫ САНПИН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О Методических рекомендациях»;
- Распоряжение Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р (с изменениями) Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга;
- Положение о разработке и утверждении дополнительной общеобразовательной программы;
- Устав ГБОУ школы № 398 Красносельского района Санкт-Петербурга.

Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности учащегося. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Волейбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Волейбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Педагогической целесообразностью программы является то, что специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов ребят (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций обучающихся.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность ребят, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии волейболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Направленность программы объединения «Волейбол» по содержанию является физкультурно-спортивной.

Актуальность программы состоит в том, что волейбол – популярный вид спорта. Это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития, и укрепления здоровья для широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания. Коллективный характер волейбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность.

Каждый волейболист может проявить свои личные качества:самостоятельность, инициативу и творчество. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивают основныефизические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Благодаря заинтересованности учащихся в волейболе, появляется возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни ловкости, силы и выносливости, развивать мышечную массу и мыслительные способности занимающихся.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте 10-17 лет. Принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Группа может формироваться как одновозрастной, так и разновозрастной.

По уровню освоения базовым, который предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, не сложное для освоения содержания программы.

Объём и срок освоения Программа рассчитана на один год обучения, 72 учебных часа.

Отличительные особенности. В процессе занятий по данной программе у учащихся этого возраста не только совершенствуются физические качества, но и активно развивают сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, атворческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Цель программы:

Формирование мотивации учащихся к активному, здоровому образу жизни, посредством приобщения к игре в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и координирующей направленностью, техническими действиями и приемами в волейболе;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- развить хорошую общефизическую подготовку;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развить быстроту, координацию, силу, ловкость, прыгучесть, гибкость, реакцию, внимание, сообразительность обучающихся;
- снизить уровень заболеваемости и пропагандировать здоровый образ жизни.

Воспитательные:

- сформировать у учащегося чувство ценных нравственных и морально-волевых качеств, уважение к символам страны;
- сформировать доброжелательное отношение друг к другу;
- укрепить дружбу, чувство товарищества и взаимопонимание между обучающимися.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом в целом и активное отношение к тренировочным занятиям в частности;
- сформировать систему представлений о режиме жизнедеятельности спортсменов;
- сформировать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- будут иметь представление о понятиях «дружба», «товарищество»;
- будут уметь планировать режим дня;
- приобретут умение прогнозировать, планировать, определять последовательность действий в связи с поставленной задачей, или сложившийся ситуации;
- приобретут способность к волевому усилию (саморегуляции).

Предметные результаты:

- овладеют навыками технической подготовки волейболиста (ведение,передачи мяча, удары по мячу);
- овладеют элементарными навыками тактики ведения меча;
- разовьют основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость);
- будут знать основные правила игры в волейбол;
- приобретут навыки участия в, спортивных соревнованиях различных уровней (ОУ, район).

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации

Программа реализуется на русском, государственном языке РФ.

Форма обучения

Программа реализуется в очной форме.

Особенности реализации Данная образовательная программа рассчитана на самый широкий круг обучающихся. С ее помощью можно заниматься волейболом с детьми, не имеющими специальной подготовки, им необходимо лишь иметь медицинский допуск для посещения занятий. Участвовать в обучении могут как мальчики, так и девочки.

Программа рассчитана на 1 год обучения – 72 часа в год, включая участие в соревнованиях и турнирах различного уровня. Одно занятие состоит из двух академических часов.

Обучение реализуется посредством проведения занятий, участия в соревнованиях и волейбольных турнирах, посещениях матчей с участием команд мастеров, выступающих в российском волейбольном первенстве, телевизионных коллективных просмотров и последующих обсуждений игр с участием сильнейших отечественных и зарубежных команд.

Условия набора учащихся:

Для обучения набираются все желающие в возрасте 10-17 лет на основании письменного заявления родителей (законных представителей ребенка) и при наличии медицинского допуска к занятиям.

Условия формирования групп:

Для реализации программы может осуществляться формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп.

Количество учащихся в группах: 15 человек.

Формы организации и проведения занятий:

- групповое занятие;
- инструктаж;
- игра;
- соревнование;
- тестирование.

Материально-техническое оснащение программы:

Для реализации программы требуется следующее материально-техническое оснащение:

- телевизор (проектор) – 1шт.
- компьютер – 1 шт.
- видеозаписи волейбольных матчей
- раздевалка
- скамейки гимнастические;
- перекладина навесная;
- палки и обручи гимнастические;
- скакалки;
- набивные мячи;
- ворота волейбольные;
- форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь);
- мячи волейбольные;
- мячи малые и большие;
- фишки;
- конусы.

Кадровое обеспечение программы:

Педагоги, работающие по данной программе, должны соответствовать квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования», знать особенности работы с учащимися школьного возраста.

Режим занятий:

1 год обучения - 72 часа. Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа, один академический час – 45 минут.

Методика организации занятия:

Занятия по данной программе могут проходить в виде:

- зачетные занятия (сдача нормативов);
- учебное занятие (беды, лекции, просмотры видео записей, анализ просмотренных материалов);
- открытое занятие;
- тренировочное занятия;
- сбор-анализ занятия,
- соревнования,
- дружеские встречи.

Итогом реализации дополнительной образовательной программы является организация тренировочных турниров, эстафет, викторин, соревнований.

Способы проверки результатов освоения программы

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- результаты участия в соревнованиях,
- рост уровня дисциплины,
- рост навыков коллективного взаимодействия и самоорганизации, - стремление к дальнейшему самосовершенствованию.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводится аттестация:

Входная. Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень

Промежуточная. Она проводится в декабре на открытом занятии.

Итоговая. Проводится в конце учебного года на открытом занятии или по результатам соревнований. По итогам диагностики обучающийся получает зачет/незачет и переводится наследующий год обучения.

Результаты итоговой аттестации отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

При реализации Программы используются следующие **методы отслеживания результативности:**

словесные:

- беседа;
- анализ тренировочной и соревновательной деятельности;
- самоанализ;
- разбор игры (игровых эпизодов).

*наглядные***:**

- показ иллюстраций,
- видеоматериалов;
- наглядный показ.

практические:

- соревновательный метод;
- метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный,переменный);
- игровой метод;
- аутотренинг;
- метод круговой тренировки.

психологические:

- наблюдение;
- беседа;
- анкетирование;
- эксперимент.

При выполнении упражнений с мячами используются следующие методы:

Повторный - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).

Интервальный - предполагает многократное повторение упражнения пристрогой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.

Вариативный - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).

Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

Игровой - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

Соревновательный - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
«ВОЛЕЙБОЛ»

1 модуль

№ п/п	Название раздела,темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Общая физическая подготовка**	**6**	**1**	**5**	Контрольное упражнение
1.1	Основы методики обучения в волейболе	1	1		
1.2	Обучение технике подачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1		1	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.3	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	2		2	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.4.	Нападающий удар через сетку	2		2	
2.	**Техника нападения**	**18**		**18**	Контрольное упражнение
2.1	Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	6		6	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
2.2	Игры развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	6		6	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
2.3	Блокирование нападающих ударов	6		6	
3.	**Игра по правилам сзаданием**	**12**		**12**	Контрольное упражнение

3.1	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача.	4		4	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
3.2	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передача мяча двумя руками сверху у стены. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	4		4	тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
3.3	**Основы техники и тактики игры**	4		4	
	Итого	**36**	**1**	**35**	

2 модуль

№ п/п	Название раздела,темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1	**Обучение технике перемещения и передачимяча**	**16**	**1**	**15**	Контрольное упражнение
1.1	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра .	6	1	5	Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.2	Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах. Верхняя прямая подача. Учебно-тренировочная игра.	6		6	Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы
1.3	Техника игры в защите, в нападении	4		4	
2.	**Учебно-тренировочная с заданиями**	**20**		**20**	Контрольное упражнение
2.1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3 . Учебно-	10		10	Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы

	тренировочная игра				
2.2	Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Приеммяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра. Передача из зон 1, 6, 5 в зону3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.Учебно –тренировочная игра .	10	-	10	тестирование на знание правил соревнований и терминологии
	Итого	**36**	**1**	**35**	

Один учебный час – 45 минут.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 398
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа №398)

«УТВЕРЖДЕН»
Приказом от « » 202 г.№
Директор_____Н.П. Колоколова

КАЛЕНДАНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Волейбол»
на 2026-2027 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебный недель	Количество учебный дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2026-2027	01.09.2026	31.05.2027	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

*с указанием продолжительности академического часа в соответствии с локальным нормативным актом образовательной организации.

Режим работы в период школьных каникул.

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий, соревнований, выездов, сборов.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 398
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа №398)

«УТВЕРЖДЕНА»
Директор
ГБОУ школы № 398
_____Н.П. Колоколова
Приказ № ___
от «___»_____202 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
«ВОЛЕЙБОЛ»

Цель программы:

Формирование мотивации учащихся к активному, здоровому образу жизни, посредством приобщения к игре в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и координирующей направленностью, техническими действиями и приемами в волейболе;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- развить хорошую общефизическую подготовку;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развить быстроту, координацию, силу, ловкость, прыгучесть, гибкость, реакцию, внимание, сообразительность обучающихся;
- снизить уровень заболеваемости и пропагандировать здоровый образ жизни.

Воспитательные:

- сформировать у учащегося чувство ценных нравственных и морально-волевых качеств, уважение к символам страны;
- сформировать доброжелательное отношение друг к другу;
- укрепить дружбу, чувство товарищества и взаимопонимание между обучающимися.

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом в целом и активное отношение к тренировочным занятиям в частности;
- сформировать систему представлений о режиме жизнедеятельности спортсменов;
- сформировать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- будут иметь представление о понятиях «дружба», «товарищество»;
- будут уметь планировать режим дня;
- приобретут умение прогнозировать, планировать, определять последовательность действий в связи с поставленной задачей, или сложившийся ситуации;
- приобретут способность к волевому усилию (саморегуляции).

Предметные результаты:

- овладеют навыками технической подготовки волейболиста (ведение,передачи мяча, удары по мячу);
- овладеют элементарными навыками тактики ведения меча;
- разовьют основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость);
- будут знать основные правила игры в волейбол;
- приобретут навыки участия в, спортивных соревнованиях различных уровней (ОУ, район).

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации

Программа реализуется на русском, государственном языке РФ.

Форма обучения

Программа реализуется в очной форме.

Особенности реализации Данная образовательная программа рассчитана на самый широкий круг обучающихся. С ее помощью можно заниматься волейболом с детьми, не имеющими специальной подготовки, им необходимо лишь иметь медицинский допуск для посещения занятий. Участвовать в обучении могут как мальчики, так и девочки.

Программа рассчитана на 1 год обучения – 72 часа в год, включая участие в соревнованиях и турнирах различного уровня. Одно занятие состоит из двух академических часов.

Обучение реализуется посредством проведения занятий, участия в соревнованиях и волейбольных турнирах, посещениях матчей с участием команд мастеров, выступающих в российском волейбольном первенстве, телевизионных коллективных просмотров и последующих обсуждений игр с участием сильнейших отечественных и зарубежных команд.

Условия набора учащихся:

Для обучения набираются все желающие в возрасте 10-17 лет на основании письменного заявления родителей (законных представителей ребенка) и при наличии медицинского допуска к занятиям.

Условия формирования групп:

Для реализации программы может осуществляться формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп.

Количество учащихся в группах: 15 человек.

Формы организации и проведения занятий:

- групповое занятие;
- инструктаж;
- игра;
- соревнование;
- тестирование.

Материально-техническое оснащение программы:

Для реализации программы требуется следующее материально-техническое оснащение:

- спортивный инвентарь;
- спортивный зал.

Кадровое обеспечение программы:

Педагоги, работающие по данной программе, должны соответствовать квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования», знать особенности работы с учащимися школьного возраста.

Режим занятий:

1 год обучения - 72 часа. Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа, один академический час – 45 минут.

Методика организации занятия:

Занятия по данной программе могут проходить в виде:

- зачетные занятия (сдача нормативов);
- учебное занятие (беды, лекции, просмотры видео записей, анализ просмотренных материалов);
- открытое занятие;
- тренировочное занятия;
- сбор-анализ занятия, соревнования;
- соревнования, дружеские встречи.

Итогом реализации дополнительной образовательной программы является организация тренировочных турниров, эстафет, викторин,соревнований.

Планируемые результаты:

К концу года обучения обучающийся будет:

знать:

- правила игры в волейбол**.**

уметь:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть основами техники волейбола.
- различные приемы владения мяча.
- знать основы судейства.

Способы проверки результатов освоения программы

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- результаты участия в соревнованиях,
- рост уровня дисциплины,
- рост навыков коллективного взаимодействия и самоорганизации, - стремление к дальнейшему самосовершенствованию.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится аттестация:

Входная. Определяет стартовый уровень умений и спортивной подготовки учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе.

Входная аттестация проводится в сентябре и включает в себя изучение уровня общей физической подготовки, направленное на определение стартового уровня общей физической подготовленности детей.

Промежуточная. Она проводится в декабре (открытые занятия). В промежуточную аттестацию добавлены испытания по технической и специальной физической подготовке.

Итоговая. Проводится в конце учебного года на открытом занятии или по результатам соревнований.

Результаты промежуточной аттестации отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 модуль

1. Обучение технике перемещения и передачи мяча.

Теория: Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Обучение технике подачи мяча. Нижняяпрямая подача. Верхняя прямая подача. Подача с вращением мяча. Подача в прыжке. Верхняя передача мяча.

Практика: Отработка приемов.

Форма контроля: Техническая подготовка (ТП)

(Стойка игрока. Приёмы и передачи мяча двумя руками снизу, двумя руками сверху. Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия - блоки, страховки).

2. Техника нападения

Практика: Отработка приемов. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Судейство учебной игры в волейбол.

Игра «Волейбол». Подача в прыжке.

Форма контроля: Тактическая подготовка (ТП) (Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча).

3. Учебно-тренировочные игры с заданиями.

Практика: Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передачамяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча снизудвумя руками. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.

Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол. Передачи мяча сверхудвумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол.

Форма контроля: Специальная физическая подготовка (СФП)(Подвижные игры. Эстафеты).

2 модуль

1. Обучение технике перемещения и передачи мяча.

Теория: Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Техника защиты. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх. Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Обучение технике подачи мяча. Нижняяпрямая подача. Верхняя прямая подача. Подача с вращением мяча. Подача в прыжке. Верхняя передача мяча.

Практика: Отработка приемов.

Форма контроля: Тактическая подготовка (ТП) (Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча).Контрольно-оценочные и переводные испытания.

2. Игра по правилам с заданием

Практика: Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Передачамяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6в зоны 3, 4. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.

Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Прием мяча с подачи в зону 3. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол. Передачи мяча сверхудвумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебная игра в волейбол.

Форма контроля: Контрольно-оценочные и переводные испытания.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 398
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа №398)

«УТВЕРЖДЕН»
Директор
ГБОУ школы № 398
_____Н.П. Колоколова
Приказ № ___
от «___»_____202 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Волейбол»
на 2026-2027 учебный год
_____ФИО

№	Дата	Тема \ содержание занятия	Кол-во часов	Примечание
		Основы методики обучения в волейболе.	1	
		Обучение технике подачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	1	
		Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	2	
		Нападающий удар через сетку	2	
		Командные тактические действия в нападении, защите.	2	
		Двухсторонняя учебная игра.	2	
		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2	
		Блокирование нападающих ударов	2	
		Блокирование нападающих ударов	2	
		Блокирование нападающих ударов	2	
		Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением.	2	
		Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача.	2	
		Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4.	2	
		Прием и передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	2	
		Практика.Основы техники и тактики игры	2	

		Практика.Основы техники и тактики игры	2	
		Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх.	2	
		Прием мяча с подачи в зону 3.	2	
		Передача мяча снизу двумя руками над собой.	2	
		Передача мяча снизу двумя руками в парах.	2	
		Учебно – тренировочная игра.	2	
		Учебно – тренировочная игра.	2	
		Техника игры в защите, в нападении	2	
		Техника игры в защите, в нападении	2	
		Техника игры в защите, в нападении	2	
		Техника игры в защите, в нападении	2	
		Техника игры в защите, в нападении	2	
		Верхняя прямая подача.	2	
		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели.	2	
		Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	2	
		Прием мяча с подачи в зону 3.	2	
		Учебно-тренировочная игра	2	
		Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3.	2	
		Учебно- тренировочная игра.	2	
		Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи.	2	
		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4	2	
		Учебно – тренировочная игра .	2	
		ИТОГО	72	

«СОГЛАСОВАН»
Заведующий ОДОД ГБОУ школы № 398
_____С.А. Мерзликина
«_ __»_____202 г.

Форма плана воспитательной работы объединения

№ п\п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание

Форма плана работы с родителями

№ п\п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание

ЛИТЕРАТУРА

Для педагога

1. Бабушкин Г.Д., Рогов И.А. Психологический практикум для специализации «Теория и методика видов спорта» – Омск: СибГАФК, 1996.– 83 с.
2. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. Никитушкип В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М.,1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.

Для обучающихся и родителей

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Мармор В.К. Специальные упражнения волейболиста. – Кишинев: «Карта Молдовеняскэ», 1975.
4. Мерзляков В.В., Гордышев В.В. Игры, эстафеты, игровые упражнения волейболиста. – Волгоград, 1977.
5. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.

Приложение 1

Критерии оценки метапредметных и личностных результатов освоения программы

Уровень мотивации к занятиям по мозговомуштурмы	Постоянно интересуется	Периодически интересуется	Не интересуется
Уровень социализации	Выполняет все требования и нормы, принятые в объединении, считает себя полноправным членом коллектива, соблюдает технику безопасности	С удовольствием выполняет большинство требований и норм, принятых в объединении, считает себя лучше или хуже других членов коллектива	Нарушает принятые в объединении нормы поведения, противопоставляет себя группе, не соблюдает технику безопасности
Уровень коммуникативной культуры	Не испытывает трудностей в общениис педагогом, адекватно реагирует наего просьбы, критику, требования. Свободно общается со всеми участниками объединения	Небольшие, легко устранимые затруднения в общениис педагогом: отказ в выполнении ряда просьб, несогласие с замечаниями и критикой, готовность ижелание разбираться в случае проблем, избирательное общение	Остро реагирует на критику и замечаниясо стороны педагога, игнорирует его просьбы и требования. Испытывает проблемы в общении с родителями другихучащихся. Обособленная позиция, замкнутость, конфликты с другими учащимися
Кругозор в области когнитивных навыков	Систематическое посещение занятий, просмотры видеоматериалов, прочитывание литературы, выполнение заданий	Эпизодическое посещение культурных мероприятий, просмотры видеоматериалов, выполнение заданий	Нет данных о посещении мероприятий, просмотре видеоматериалов и выполнение заданий