Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детский дом искусств «Ритм» г. Курска»

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г. № 4

Утверждаю
Директор МБУДО «Дом искусств «Ритм»
_____ Е.Г. Атрепьева
Приказ от «31» мая 2023 г. №116

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«Супер фаворит»

(продвинутый уровень)

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Соколов Евгений Александрович,
педагог дополнительного образования

г. Курск, 2023 г.

В программу внесены изменения п дополнения в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г.
Протокол № 4

Утверждаю
Директор МБУДО «Дом искусств «Ритм»
_____ Г.П. Атрепьева
Приказ от «31» мая 2023 г. №116

Оглавление

1.	**Комплекс основных характеристик программы**	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель программы	9
1.3.	Задачи программы	9
1.4.	Планируемые результаты	9
1.5.	Содержание программы	11
2.	**Комплекс организационно-педагогических условий**	19
2.1.	Календарный учебный график	19
2.2.	Оценочные материалы	19
2.3.	Формы аттестации	21
2.4.	Методические материалы	23
2.5.	Условия реализации программы	30
3.	**Рабочая программа воспитания**	31
4.	**Список литературы**	35
	Приложения	38
1.	Календарно-тематическое планирование	38
2.	Календарный учебный график	55
3.	Календарный план воспитательной работы	56
4.	Оценочный материал по разделам программы	58

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа «Супер фаворит» разработана на основе следующей *нормативно-правовой базы*:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 14.01.2021 г. № 127 ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 01.12.2022) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».
- Приказ Минтруда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403).
- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 № 882/391 (в ред. от 26.07.2022) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678 р).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573).
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 23.12.2022) «Об образовании в Курской области» (принят Курской областной Думой 04.12.2013).
- Приказ Комитета образования и науки Курской области от 30.08.2021 №1-970 (ред. от 01.04.2022) «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей в Курской области».
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ».
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский дом искусств «Ритм» г. Курска» (утв. приказом комитета образования города Курска от 25 декабря 2015 года № 1322).

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский дом искусств «Ритм» г. Курска» (утв. приказом по учреждению от 15 февраля 2023 года № 45а).

- Положение о промежуточной аттестации учащихся различных форм объединений (утв. приказом по учреждению от 15 февраля 2023 года № 45а).

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы «Супер фаворит» заключается в том, что социальный заказ родителей и детей на программы физкультурно-спортивной направленности возрос. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у учащихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана дополнительная общеразвивающая программа «Супер фаворит», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Волейбол, как и другие спортивные игры, способствует гармоническому развитию личности, что является главной целью физического воспитания.

Слагаемыми данной деятельности является: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области спорта, мотивы и умения осуществлять спортивную и физкультурно-оздоровительную деятельность.

Широкое применение волейбола объясняется несколькими примерами: доступность игры для различного возраста; возможность его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использование его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодежи; простотой правил игры; высоким зрелищным эффектом игрового состязания; простотой инвентаря, оборудования и площадки для игры.

Волейбол – командная игра, где каждый игрок действует с учетом действий своего партнера. Для игры характерны разнообразные чередования движений, быстрая смена ситуаций, изменение интенсивности и продолжительности деятельности каждого игрока. Условия игровой деятельности приучают занимающихся: подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели; действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильные решения. Эти особенности способствуют воспитанию у детей чувства коллективизма; настойчивости, решительности, целеустремленности, внимания и быстроты мышления; способности управлять своими эмоциями; совершенствованию основных физических качеств

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Супер фаворит» от базового образования соответствующего профиля является то, что обучение сложной технике игры основывается на совершенствовании умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения позволяют развивать и совершенствовать координационные способности: ориентирование в пространстве, быстроту реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Педагогическая целесообразность программы позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Новизна данной программы состоит в том, что она направлена на оздоровление и повышение уровня физической подготовленности школьников младшего школьного возраста на основе применения оздоровительно-тренирующих воздействий и приемлемых средств спортивной тренировки в таком виде спорта как волейбол. Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочного процесса в спортивной секции, возможных результатах освоения программы и методах их оценки, учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Уровень программы – углубленный.

Адресат программы. Программа адресована детям среднего и старшего школьного возраста 14-17 лет. Возрастные и психологические особенности детей данной возрастной группы представлены в таблице 1.

14-16 лет. Это время освоения тактического мышления. Мозг подростка уже готов решать тактические задачи и принимать быстрые решения. В этот момент тренер уже видит, кто из ребят может стать настоящим чемпионом;

16-17 лет. Это возраст, когда подросток должен показать все приобретенные навыки. Сильных игроков формируют в команды для участия в важных соревнованиях. В это время начинается старт в спортивной карьере, ведь ребята уже имеют спортивные разряды и могут участвовать во взрослых соревнованиях.

Таблица 1.

Возрастные и психологические особенности детей

Возраст детей	**Период детства**	**Возрастные и психологические особенности детей**
12-14 лет	Ранний подростковый период	У ребёнка наблюдается: - приспособляемость к быстрорастущему телу; - установление здоровой подростковой независимости; - достижение чувства самосознания; - самоприятие, признание и развитие хороших сторон, и признание и исправление плохих сторон.
15-17 лет	Средний подростковый период	Ребёнок: - достигает зрелых взаимоотношений с ровесниками обоих полов; - играет мужскую или женскую роль в обществе; - принимает свое физиологическое развитие и учится эффективно использовать свой организм; - достигает эмоциональной независимости от родителей и других взрослых; - выбирает профессию и готовится к ее приобретению; - развивает интеллектуальные навыки и представления, необходимые для гражданской компетенции; - желает и достигает социально-ответственного поведения.

Важным аспектом задачи, стоящей перед педагогом дополнительного образования, является понимание учащихся. Знание характерных особенностей детей различных возрастов поможет педагогу:

- понять их внутренний мир, поведение детей;
- правильно спланировать время занятий;
- подготовиться к важным мероприятиям;

- преподавать с большей эффективностью.

Условия набора детей: в спортивную секцию принимаются дети, успешно прошедшие обучение по программе базового уровня «Фаворит» (волейбол), а также могут поступать и вновь прибывшие, после специального собеседования или прошедшие другие испытания, при наличии определенного уровня общего развития и интереса, имеющие медицинское заключение врача.

Основанием перевода учащихся на следующий год обучения является соответствие результатов обучения планируемым результатам и оценке обучения.

Наполняемость групп:

1 год обучения – 12-15 человек.

2 год обучения – 10-12 человек.

Объем и срок освоения программы.

Программа «Супер фаворит» рассчитана на два года обучения.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 288.

Количество часов на каждый год обучения – 144.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (длительность академического часа – 45 минут; перерыв между часами одного занятия – 10 минут).

Язык обучения: русский.

Форма обучения – очная; заочная – в актированные дни и во время карантина занятия по программе проводятся с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (информационно-коммуникативной образовательной платформы «Сферум» с использованием российского мессенджера – «VK Мессенджер»).

Формы организации образовательного процесса – групповая, состав обучающихся разновозрастной, постоянный.

Коллективная форма проведения занятий дает возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружеские взаимоотношения, деловое сотрудничество между педагогом и детьми. Занятия проводятся в хорошо освещенном помещении, где у каждого обучающегося есть свое рабочее место, необходимый материал для работы.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы традиционная, реализуется в рамках учреждения.

Набор в группы осуществляется через регистрацию заявки в АИС «Навигатор дополнительного образования детей Курской области» https://p46.навигатор.дети.

1.2. Цель программы

Цель программы: формирование у учащихся устойчивых потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основами игры в волейбол.

1.3. Задачи программы

Достижению поставленной цели способствует решение следующих педагогических задач:

Образовательные:

- обучать техническим приёмам и правилам игры;
- обучать тактическим действиям с постепенным переходом к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- обучать приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучать навыкам регулирования психического состояния;
- повышать игровую культуру на основе изучения правил игры в волейбол и игрового опыта;
- обучать практическим навыкам организации и судейства соревнований по волейболу.

Развивающие:

- развивать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умения игры в волейбол;
- расширять функциональные возможности организма;
- развивать техническую и тактическую подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умений игры в волейбол;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.
- развивать игровое мышление на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров.

Воспитательные:

- воспитывать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни;
- воспитывать игровую дисциплину, самостоятельность, ответственность и инициативность в выборе и принятии решений;
- формировать потребность в регулярных занятиях спортом,
- формировать навыки самоконтроля, гигиенические навыки, трудолюбие, выдержку.

1.4. Планируемые результаты

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

- роль систематических занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья;
- технические приёмы и правила игры;
- тактические действия игры;

- приёмы и методы контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;
- основные приёмы самоконтроля;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;

уметь:

- правильно распределять физическую нагрузку;
- проводить специальную разминку для волейболиста;
- вести счет;
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

Владеть:

- основами техники и тактики волейбола;
- основами судейства в волейболе;
- коммуникативными навыками в результате коллективных действий.

В результате занятий по программе у детей будут сформированы устойчивый интерес к изучаемому материалу, адекватная позитивная самооценка и самовосприятие; развиты чувства сочувствия, сопереживания, ответственности за выполнение поставленной задачи.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

1.5. Содержание программы

1 год обучения

Таблица 2.

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Зачёт/ входной контроль
2.	Теоретическая подготовка	6	6	-	Устный опрос/ текущий контроль
3.	Общая физическая подготовка	30	9	21	Тестирование / текущий контроль
4.	Специальная физическая подготовка	14	4	10	Тестирование/ текущий контроль
5.	Техническая подготовка	32	10	22	Игровые задания / текущий контроль
6.	Тактическая подготовка	22	6	16	Наблюдение/ текущий контроль
7.	Интегральная подготовка	6	3	3	Наблюдение/ текущий контроль
8.	Основы судейства. Правила соревнований	4	2	2	Игровые задания / текущий контроль
9.	Контрольно- переводные испытания	4	1	3	Нормативы/ текущий контроль
10.	Массовая работа учебного характера.	8	2	6	Соревнование/ текущий контроль
11.	Повторение.	14	-	14	Сдача нормативов / промежуточный контроль
12.	Итоговое занятие.	2	-	2	Зачет/ итоговый контроль
	Итого:	**144**	**43**	**101**	

Содержание учебного плана

I. Вводное занятие.

Теория: Правила техники безопасности, страховка и самостраховка. Физкультурно-спортивная этика. Гигиена. Правила по предупреждению травматизма при проведении занятий по волейболу.

Практика: Диагностирование уровней: физического развития; функционального состояния; физической подготовленности; воспитанности.

Формы проведения занятий: Беседа, лекция, зачет

2. Теоретическая подготовка.

Теория: Физическая культура и спорт в России. История развития волейбола. Основные правила игры волейбол. Гигиена тренировочного процесса, врачебный контроль.

Формы проведения занятий: устный опрос.

3. Общая физическая подготовка.

Теория: Общеразвивающие упражнения и упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых. Акробатические упражнения. Группировки в приседе. Сидя, лежа, на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед и назад). Стойка на лопатках. Кувырок вперед из упора присев. Переворот в сторону. Легкоатлетические упражнения.

Специально беговые и прыжковые упражнения. Челночный бег. Ускорения до 20,30,60 м. Старт и стартовый разгон. Эстафетный бег. Повторный бег 3-4 раза по 30-60 м. Бег с препятствиями от 100 до 200м. Метания мяча в цель, на дальность, в движущуюся цель.

Практика: Основные упражнения на месте и в движении. Упражнения на развитие мышц туловища, ног; на растягивание, расслабление и координацию движений.

Формы проведения занятий: подвижные игры.

4. Специальная подготовка

Теория: 1. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.

Бег, перемещения по сигналу из различных и.п. Бег с остановками и изменением направления. По сигналу – выполнение определенного задания в беге. Подвижные игры.

2. Упражнения для развития прыгучести.

Прыжки: обычные и многократные на одной и обеих ногах на месте, из различных исходных положений, со скакалкой.

3.Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма, передач, подач мяча.

Практика: стойки, передвижения, передачи, приемы двумя руками, одной рукой, подачи, блокирование, страховка, тактические действия.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия.

5. Техническая подготовка.

Теория: Техника нападения.

Перемещения и стойки в сочетании с техническими приемами нападения. Передача мяча сверху двумя руками. Передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подводящие упражнения к нападающему удару.

Техника защиты.

Прием мяча. Выполнение приема мяча из различных и.п. прием мяча с подачи. Страховка. Прием мяча после отскока от стены, пола.

Практика:

- Стойки: высокая, средняя, низкая.

• Передвижения: шагом, приставным шагом, двойным шагом, скрестным шагом, бегом, скачком, прыжком, падением.

• Передача сверху: над собой, длинные, короткие, средние, из зоны в зону, в пределах зоны, высокие, низкие, спиной к партнеру, к сетке.

• Прием: двумя руками снизу над собой, двумя руками снизу после подачи, двумя руками снизу от сетки, одной рукой снизу.

• Подача: нижняя и верхняя прямые подачи, верхняя прямая в прыжке.

• Блокирование: одиночное, групповое.

• Страховка.

• Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

6. Тактическая подготовка.

Теория: Тактика нападения.

Индивидуальные групповые, командные действия. Обучение расстановке игроков, переход. Чередование передачи. Выбор необходимого места на площадке при приеме мяча. Первая передача связующему игроку. Вторая передача.

Тактика защиты.

Индивидуальные, групповые, командные действия. Перемещения к сетке, при приеме мяча. Страховка. Выбор действия: прием в защите или страховка. Взаимодействие игроков задней линии. Расположение игроков при приеме.

Практика: командные действия, групповые действия, индивидуальные действия.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

7. Интегральная подготовка.

Теория: Упражнения на переключение в выполнении технических приемов нападения и защиты повышенной интенсивности и дозировки с целью обучения навыков технических приемов и развития специальных приемов в единстве.

Учебные игры. Система заданий в игре, включающая основной материал по технической и тактической подготовке.

Психологическая подготовка (в течение занятий)

Психологическая подготовка служит важным условием успешного решения задач в системе подготовки волейболистов. Такая подготовка способствует качественному обучению навыкам игры. Основные задачи психологической подготовки: воспитание моральных качеств, формирование чувства коллектива, установление и воспитание совместимости спортсменов в процесс их деятельности, адаптация к условиям тренировочного процесса.

Эффективность психологической подготовки достигается посредством умелого применения обширных средств и методов: лекции, беседы, специальные знания в области психологии, личный пример тренера, побуждение к деятельности, поручения, обсуждение в коллективе, участие в играх.

Практика: упражнения, учебные игры.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

8. Основы судейства.

Теория: Правила игры. Жесты волейбольного арбитра.

Практика: Пробная игра с судейством.

Формы проведения занятий: игровые задания

9. Контрольно-переводные испытания

Теория: Педагогический контроль:

1) контроль за физическим развитием обучающегося;

2) контроль физической и технической подготовленностью. Физическое развитие.

Обследование физического развития производится по общепринятой методике биометрических измерений (рост, вес, группа здоровья).

Физическая подготовка: тестирование по общей физической подготовке с целью проверки развития основных физических качеств. Бег 30 м-быстрота, челночный бег - координация, прыжок в длину с места - скоростно-силовые качества, бег 1 км - выносливость, наклон вперед - гибкость.

Техническая подготовка: стойка и перемещения игрока, передача мяча над собой в кругу, стоя у стены, передача мяча снизу над собой и с продвижением вперед, подача мяча.

Тактическая подготовка: действия при второй передаче, прием мяча снизу, взаимодействие в команде.

Практика: стойки, перемещения, приемы передачи мяча, бег.

Формы проведения занятий: Зачет

10. Массовые мероприятия учебного характера.

Практика: Посещение спортивных соревнований разного уровня, экскурсии, спортивные соревновательные конкурсы, участие в аттестационном экзамене.

Формы проведения занятий: экскурсия, экзамен, соревнование.

11. Повторение.

Практика: Выполнение заданий на закрепление, повторение и воспроизведение пройденного, а также упражнения творческого и проблемного характера.

Формы проведения занятий: Соревнования

12. Итоговое занятие.

Практика: Демонстрация физической и специальной подготовки, проявление волевых качеств в процессе спортивных соревновательных конкурсов.

Формы проведения занятий: Веселые старты

2 год обучения

Таблица 2.

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
13.	Вводное занятие.	2	1	1	Зачёт/ входной контроль
14.	Теоретическая подготовка	6	6		Устный опрос/ текущий контроль
15.	Общая физическая подготовка	30	9	21	Тестирование / текущий контроль

16.	Специальная физическая подготовка	14	4	10	Тестирование/ текущий контроль
17.	Техническая подготовка	32	10	22	Игровые задания / текущий контроль
18.	Тактическая подготовка	22	6	16	Наблюдение/ текущий контроль
19.	Интегральная подготовка	6	3	3	Наблюдение/ текущий контроль
20.	Основы судейства. Правила соревнований	4	2	2	Игровые задания / текущий контроль
21.	Контрольно- переводные испытания	4	1	3	Нормативы/ текущий контроль
22.	Массовая работа учебного характера.	8	2	6	Соревнование/ текущий контроль
23.	Повторение.	14	-	14	Сдача нормативов / промежуточный контроль
24.	Итоговое занятие.	2	-	2	Зачет/ итоговый контроль
	Итого:	**144**	**43**	**101**	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Правила техники безопасности, страховка и самостраховка. Физкультурно-спортивная этика. Гигиена.

Практика: Диагностирование уровней: физического развития; функционального состояния; физической подготовленности; воспитанности.

Формы проведения занятий: Беседа, лекция, зачет

2. Теоретическая подготовка.

Теория:

1. Влияние тренировочных нагрузок и профилактические восстановительные мероприятия.
2. Гигиена тренировочного процесса, самоконтроль.
3. Основы техники и тактики игры в волейбол.
4. Правила игры волейбол.

Формы проведения занятий: устный опрос.

3. Общая физическая подготовка.

Теория:

1. Общеразвивающие упражнения и упражнения на развитие силы.

2. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса; для мышц туловища и шеи; для мышц ног и таза. Стреч упражнения. Статические упражнения.

3. Акробатические упражнения.

Группировки в приседе. Сидя, лежа, на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед и назад). Стойка на лопатках. Кувырок вперед из упора присев. Переворот в сторону с места и с разбега. Упражнения на равновесие.

4. Легкоатлетические упражнения (10ч.)

Ускорения до 20,30,60 м. Старт и стартовый разгон. Эстафетный бег. Повторный бег 3-4 раза по 30-60 м. Бег с препятствиями от 100 до 200м. Прыжковые упражнения различной сложности. Челночный бег 3х10м,6х10м,10х10м.

5.Подвижные игры.

6. Спортивные игры. Волейбол. Гандбол. Баскетбол.

Практика: Общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие мышц рук, туловища, ног; акробатические и легкоатлетические упражнения.

Формы проведения занятий: подвижные игры.

4. Специальная подготовка.

Теория:

1. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.

2. Упражнения для развития прыгучести.

Прыжки: обычные и многократные на одной и обеих ногах на месте, из различных исходных положений, со скакалкой. Упражнения с отягощением. Прыжки на одной и на обеих ногах на месте и в движении лицом вперед. То же с отягощением.

3. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передач мяча.

Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание в лучезапястных суставах, отталкивание от стены, броски и упражнения с набивным мячом. Броски набивного мяча и наблюдение за партнером в зависимости от действия партнера, изменение высоты подбрасывания; броски мяча во встречных колоннах.

4. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча. Круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Упражнения с набивным мячом. Бросок гандбольного мяча через сетку на точность в зоны. Упражнения с волейбольным мячом. Совершенствование ударного движения подачи по мячу.

5. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов, блокирования.

Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз - стоя на месте и в прыжке. Имитация прямого нападающего удара. Многократное выполнение нападающих ударов с собственного подбрасывания. Прыжковые упражнения в сочетании с подниманием рук вверх и касанием предмета. Передвижение вдоль сетки - лицом к ней приставными шагами.

Практика: стойки, передвижения, передачи, приемы двумя руками, одной рукой, подачи, блокирование, страховка, тактические действия.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия.

5. Техническая подготовка.

Теория: Техника нападения. Перемещения и стойки. Перемещения и стойки в сочетании с техническими приемами нападения. Перемещения различными способами на максимальной скорости в сочетании с остановками, прыжками, стойками. Передача мяча. Передача мяча сверху, снизу в парах, через сетку. Передача мяча сверху двумя руками с отвлекающими действиями. Передачи мяча сверху двумя руками, различные по высоте и расстоянию у сетки, со стенкой, в прыжке и на месте. Подача мяча.

Нижняя прямая подача на точность, по зонам. Верхняя прямая подача. Чередование способов подач в сочетании с требованиями точности. Совершенствование изученных подач. Нападающий удар. Обучение нападающему удару. Основные фазы нападающего удара (разбег, толчок, удар, приземление). Имитация нападающего удара. Нападающий удар из зон 2,4. Передача мяча сверху двумя руками. Передача мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подводящие упражнения к нападающему удару у стены. Прямой нападающий удар. Техника защиты. Стойки и перемещения игрока при приеме снизу. Прием мяча. Выполнение приема мяча из различных и.п. прием мяча с подачи. Страховка. Прием мяча после отскока от стены, пола. Выполнение приема мяча различными способами и с последующим падением: подач, различных нападающих ударов.

Практика:

- Стойки: высокая, средняя, низкая.
- Передвижения: шагом, приставным шагом, двойным шагом, скрестным шагом, бегом, скачком, прыжком, падением.
- Передача сверху: над собой, длинные, короткие, средние, из зоны в зону, в пределах зоны, высокие, низкие, спиной к партнеру, к сетке.
- Прием: двумя руками снизу над собой, двумя руками снизу после подачи, двумя руками снизу от сетки, одной рукой снизу.
- Подача: нижняя и верхняя прямые подачи, верхняя прямая в прыжке.
- Блокирование: одиночное, групповое.
- Страховка.
- Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

6. Тактическая подготовка.

Теория: Тактика нападения.

Индивидуальные групповые, командные действия. Обучение расстановке игроков, переход. Чередование передачи. Выбор необходимого места на площадке при приеме мяча. Первая передача связующему игроку. Вторая передача.

Чередование нападающих ударов на силу и точность. Тактические комбинации. Тактика игры в нападении со второй передачи. Розыгрыш мяча. Варианты системы игры в нападении со второй передачи игроком передней линии.

Тактика защиты.

Индивидуальные, групповые, командные действия. Перемещения к сетке, при приеме мяча. Страховка. Выбор действия: прием в защите или страховка. Взаимодействие игроков задней линии. Расположение игроков при приеме. Индивидуальное блокирование. Взаимодействие и перемещение игроков задней линии при атаке соперника. Варианты расположения игроков при приеме подачи.

Практика: командные действия, групповые действия, индивидуальные действия.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

7. Интегральная подготовка.

Теория:

1. Упражнения на переключение в выполнении технических приемов нападения и защиты повышенной интенсивности и дозировки с целью совершенствования навыков технических приемов и развития специальных качеств в единстве.

2. Упражнение на переключение в выполнении тактических действий в нападении и защите повышенной интенсивности и дозировки и с целью совершенствования навыков тактических действий, технических приемов и развития специальных качеств в единстве.

3. Учебные игры. Система заданий в игре, включающая основной материал по технической и тактической подготовке.

4. Контрольные игры. Применяются систематически для решения учебных задач. Особая их роль при подготовке к соревнованиям.

Психологическая подготовка (в течение занятий)

Воспитание высоких моральных качеств, формирование у ребят чувство коллектива, разносторонних интересов. Воспитание волевых качеств. Адаптация к условиям соревнований. Настройка на игру, методы руководства командой в игре.

Включение в процесс предсоревновательной подготовки определенную систему психолого-педагогических воздействий. Изучение структуры взаимоотношений в команде. Изучение эффективности игрового взаимодействия методом контролируемого наблюдения. Стресс и борьба с ним.

Проведение совместных занятий с командами других школ, с командой девочек. Упражнения большой сложности в процессе физической, технико-тактической и интегральной подготовки. Участие в соревнованиях с использованием установок на игру, разборов проведенных игр.

Практика: упражнения, учебные игры.

Формы проведения занятий: учебно-тренировочные занятия

8. Основы судейства.

Теория: Правила игры. Жесты волейбольного арбитра.

Практика: Пробная игра с судейством.

Формы проведения занятий: игровые задания

9. Контрольно-переводные испытания

Теория: Педагогический контроль:

1) контроль за физическим развитием обучающегося;

2) контроль физической и технической подготовленностью. Физическое развитие.

Обследование физического развития производится по общепринятой методике биометрических измерений (рост, вес, группа здоровья).

Физическая подготовка: тестирование по общей физической подготовке с целью проверки развития основных физических качеств. Бег 30 м-быстрота, челночный бег - координация, прыжок в длину с места - скоростно-силовые качества, бег 1 км - выносливость, наклон вперед - гибкость.

Техническая подготовка: стойка и перемещения игрока, передача мяча над собой в кругу, стоя у стены, передача мяча снизу над собой и с продвижением вперед, подача мяча.

Тактическая подготовка: действия при второй передаче, прием мяча снизу, взаимодействие в команде.

10. Массовые мероприятия учебного характера.

Практика: Посещение спортивных соревнований областного уровня, экскурсии, спортивные соревновательные конкурсы, участие в аттестационном экзамене.

Формы проведения занятий: экскурсия, экзамен, соревнование.

11. Повторение.

Практика: Выполнение заданий на закрепление, повторение и воспроизведение пройденного, а также упражнения творческого и проблемного характера.

Формы проведения занятий: Соревнования

12. Итоговое занятие.

Практика: Демонстрация физической и специальной подготовки, проявление волевых качеств в процессе спортивных соревновательных конкурсов.

Формы проведения занятий: Веселые старты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты начала и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель и количество учебных дней, праздничные и нерабочие дни, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы (Приложение 2).

2.2. Оценочные материалы

Для отслеживания качества усвоения детьми изучаемого материала проводится входная, промежуточная и итоговая диагностика, с использованием единой шкалы оценки результатов (Таблица 3):

- *минимальный уровень* – ребёнок выполняет образовательную программу не в полном объеме;
- *базовый уровень* – ребёнок стабильно занимается, выполняет образовательную программу;
- *повышенный уровень* – ребёнок проявляет устойчивый интерес к занятиям, принимает участие в конкурсах, выставках и фестивалях;
- *творческий уровень* – ребёнок проявляет ярко выраженные способности к изучаемому виду деятельности, занимает призовые места в выставках, конкурсах и фестивалях.

Таблица 4.

Критерии освоения технических и тактических действий

Уровень освоения	Назвать и выполнить техническое (тактическое) действие в стандартных условиях
Минимальный уровень	Назвал и выполнил с грубыми ошибками.
Базовый уровень	Назвал и выполнил с незначительными ошибками. Проговаривает последовательность действий. Слушает и понимает речь других.

Повышенный уровень	Назвал и выполнил без ошибок. Совместно с педагогом и другими учащимися дает эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
Творческий уровень	Участие в соревнованиях.

Оценочная деятельность осуществляется через систему вознаграждения.

Используются следующие способы:

1. Одобрение и аргументированная похвала.

2. Вознаграждение действием: все учащиеся являются активными участниками занятий.

3. Предоставление самостоятельности в выполнении заданий.

4. Делегирование полномочий (исполнение роли лидера).

5. Благодарность детям и родителям.

Программа предусматривает проведение *психолого-педагогического мониторинга*, включающего в себя:

1. Определение уровня личностного развития обучающихся.

2. Проведение входного контроля и итоговой аттестации освоения дополнительной общеобразовательной программы. Определение динамики достижения предметных, метапредметных и личностных результатов.

3. Наблюдения за социально значимой деятельностью обучающихся, в которых отражаются все достижения и результаты в предметной и метапредметной сфере.

Оценка личностных, предметных и метапредметных результатов происходит согласно уровню их сформированности (низкий, средний, высокий) и отражаются в карте показателей результативности деятельности личностного развития обучающихся, в протоколах результатов входного контроля, итоговой аттестации и в карте социально значимой деятельности.

Используя методы наблюдения, оценивается развитие личности обучающихся по следующим показателям:

– мотивация к познанию и творчеству в деятельности;

– уровень умственной активности;

– гражданская идентичность;

– самооценка;

– отношение к публичной деятельности;

– взаимоотношения со сверстниками;

– взаимоотношения с педагогами.

Объектами мониторинга являются:

– знания, умения, навыки, сформированные компетенции по изучаемому курсу;

– уровень и качество выполняемых действий, проводимых мероприятий;

– мастерство, культура и техника исполнения действий;

– степень самостоятельности и уровень способностей.

Диагностические методики.

В процессе реализации программы используются следующие методики и диагностики:

–анкета «Удовлетворенность образовательным процессом»;

–методика С. В. Тетерского «Самочувствие ребенка в коллективе»;

–методика Дембо-Рубинштейн «Самооценка»;

–методика Э. Торренса «Невербальная креативность»;

–методики по развитию познавательного процесса;

–методика определения кратковременной зрительной памяти;

–методика исследования объема внимания.

Результаты мониторинга являются основанием для корректировки программы и поощрения обучающихся.

Диагностические и оценочные материалы уровня освоения программы обучающими представлены в приложении.

2.3. Формы аттестации

Для отслеживания и фиксации результатов, их предъявления и демонстрации применяются следующие формы: журнал учета работы педагога; карты оценки результатов освоения программы; наблюдение; опрос; анкетирование; практическая работа; зачёт; проведение игр, спортивных конкурсов и состязаний на площадках и в спортивном зале, используя разный спортивный инвентарь, мячи различного диаметра, кегли, фишки, ориентиры и др.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводится контроль. Контроль обучения осуществляется систематически и реализуется в различных формах: диагностика; входной контроль, текущий контроль; промежуточный (тематический) контроль; итоговый контроль.

Входной контроль – оценка стартового уровня образовательных возможностей обучающихся при поступлении в объединение, проводится в начале обучения с целью предварительного выявления уровня подготовки обучающегося к выбранному виду деятельности; уровня его воспитанности (ценностные ориентиры). Входной контроль проводится в форме анкетирования, беседы.

Текущий контроль – оценка уровня и качества освоения тем программы и личностных качеств обучающихся, осуществляется на каждом занятии с целью установления качества и эффективности выбранных форм занятий, методов обучения и способов деятельности обучающихся, а также с целью проверки усвоения ими содержания образовательной программы. Текущий контроль осуществляется с помощью педагогического наблюдения, игр, бесед, индивидуальных и групповых заданий различных типов.

Промежуточный (тематический) контроль осуществляется по окончании изучения определенного раздела программы с целью установления степени усвоения обучающимися содержания образовательной программы и планирования педагогической деятельности, деятельности на следующих этапах обучения, определения необходимости коррекции знаний и умений, повторения уже изученного материала. Тематический контроль организуется в форме образовательных игр, использующих и расширяющих основные понятия, факты,

термины и определения раздела. При проведении тематического контроля, при необходимости, используются тестовые задания, задания творческого характера.

Итоговый контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися программы по завершению учебного года, включает в себя понятия, факты, термины и определения по всему содержанию программы.

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач, является комплексным, проводится регулярно и своевременно, основывается на объективных и количественных критериях.

Контроль за эффективностью обучения проводится с помощью специальных контрольных нормативов по годам обучения. Особое внимание при контроле уделяется соблюдению одинаковых условий: время дня и предшествующая нагрузка. Контрольные проверки желательно проводить в торжественной конкурсной обстановке.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие – по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Контроль на этапе начальной подготовки используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Он должен быть комплексным, проводиться регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях.

Контрольные испытания или тесты являются основным инструментом контроля уровня физической работоспособности, двигательных и психических качеств, степени владения техническими приемами, их стабильности и эффективности, недочетов в системе планирования нагрузок. Нормативы по физической и технической подготовке занимающиеся сдают на каждом году обучения, что позволяет получить результаты, отражающие уровень подготовленности волейболистов на определенном этапе тренировочного процесса, а также динамику роста или снижения этих показателей. Нормативные требования контрольных упражнений по физической подготовке, составленные в соответствии с этапами спортивной подготовки и Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта волейбол, представлены в Приложении к программе.

При планировании контрольных мероприятий рекомендуется следующий порядок и последовательность выполнения упражнений: на скорость, на силу, на

выносливость, на технику. В отдельных случаях порядок проверки может быть изменен.

2.4. Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии.

Освоение программы «Супер фаворит» предусматривает использование современных образовательных технологий, что в практике обучения является обязательным условием интеллектуального, творческого развития учащихся: игровые технологии; проектные методы обучения; здоровьесберегающие технологии; технология личностно-ориентированного образования; технология развивающего и интенсивного обучения; технология проблемного обучения; обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа); информационно-коммуникационные технологии.

Любая из этих педагогических технологий является составной частью учебного процесса, а методы и приемы, способы и формы обучения являются ее элементами. Выбор методов занятий зависит от цели, содержания, возрастных особенностей детей, уровня развития детей, материальной базы образовательного учреждения.

Методы обучения.

Выбор методов занятия зависит от цели, содержания, возрастных особенностей детей, уровня развития детей, психологических и физиологических особенностей детей, материальной базы образовательного учреждения.

В процессе обучения игры в волейбол используются следующие методы:

- словесный (вербальный);
- наглядный (визуальный);
- словесно-наглядный;
- целостный (основной);
- расчленённый;
- метод сопряжённых воздействий;
- метод срочной информации;
- метод двигательной информации;
- соревновательный метод;
- игровой метод.

При проведении занятий используются следующие *методы организации*:

Фронтальный метод применяется при каждом занятии, когда одно и то же упражнение выполняется детьми одновременно при проведении ходьбы, бега, ОРУ. Педагог может давать указания и оценивать учащихся только в общей форме.

Поточный способ – все выполняют упражнение «потоком», когда один занимающийся ещё не закончил выполнение задания, а другой уже приступает к нему. Это могут быть упражнения с продвижением вперёд (например, упражнения в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке). При этом таких потоков может быть 2 – 3.

Посменный способ заключается в том, что дети выполняют упражнения сменами, по несколько человек одновременно, остальные в это время наблюдают за товарищами.

В начале обучения, когда педагог должен контролировать действия каждого ребенка, упражнения выполняются сменами по 2 – 3 человека. По мере овладения движением количество детей в смене увеличивается.

Групповой метод – заключается в распределении занимающихся на 2 – 3 группы. Одна под наблюдением педагога разучивает новое упражнение или приём, а другие самостоятельно выполняют заданные упражнения или играют. Затем дети меняются местами.

В процессе занятия может быть использован – *индивидуальный метод*, когда каждый занимающийся самостоятельно выполняет данное ему задание под контролем педагога. В целях уточнения деталей общего для всех упражнение тоже выполняется индивидуально по выбору педагога (это одна из разновидностей индивидуального метода).

Методы организации учебно-воспитательной работы (словесные, наглядные, практические, репродуктивные проблемно-поисковые).

Методы стимуляции и мотивации (требование-совет, требование-доверие, просьба, условие, поощрение, замечание, соревнование).

Методы преподавания (объяснительный, объяснительно-побуждающий, инструктивно-практический).

Методы учения (исполнительный, репродуктивный, продуктивно-практический, репродуктивно-поисковый).

Выбор методов занятия зависит от цели, содержания, возрастных особенностей детей, уровня развития детей, психологических и физиологических особенностей детей, материальной базы образовательного учреждения.

Наиболее целесообразно при обучении детей смешанное использование разных методов организации, ведущее к повышению эффективности занятий. Методика проведения занятий с детьми исходит из особенностей их развития.

Учебная работа в объединении осуществляется на основе данной программы, которая содержит материал теоретических и практических занятий. Теоретические занятия имеют короткую форму и проходят в процессе практических занятий. Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. При обучении необходимо применять упражнения, эстафеты, подвижные игры, в которых активно участвуют все занимающиеся; обучающиеся должны ежедневно делать утреннюю разминку, выполнять задания педагога по самостоятельному повышению уровня своей физической подготовки.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких качеств физических, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация.

Личность одаренного ребёнка-спортсмена характеризуется тем, что в основе ее творческой деятельности лежат мотивы, интересы, потребности, непосредственно связанные с содержанием тренировочной и соревновательной деятельности. Спортивная деятельность, мотивированная на данной основе, позволит учащемуся успешнее освоить образовательную программу и развить интеллектуально-творческие способности. Однако общеизвестно, что успехов в реализации своих творческих способностей добивается часто не тот ребёнок, который обладает

высоким интеллектом и способностью к творческому мышлению, а тот, кто более настойчиво и упорно идёт к своей цели.

На теоретических занятиях учащийся овладевает игровыми приемами и навыками изучаемого вида спорта, осваивает методические основы (планирования, методов обучения, тактики). Занятия подразделяются на учебные, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные, а соревнования – на главные, основные, отборочные.

На учебных занятиях изучают различные элементы техники и тактики, исправляют ошибки, закрепляют знакомые двигательные действия, знакомятся с новыми обманными движениями, способами защиты, техническими действиями. В тренировочных занятиях многократно повторяют хорошо освоенные элементы техники и тактики, закрепляют их варианты в условиях различного объема и интенсивности их выполнения. Учебно-тренировочные занятия представляют собой тип занятий, объединяющий учебные и тренировочные занятия. В них осваивают новый учебный материал и закрепляют пройденный. Контрольные занятия проводятся с конкретной задачей проверки и оценки подготовленности волейболистов по разделам подготовки – технической, тактической, физической, волевой.

В практических занятиях очень важное значение имеют упражнения. Целесообразность занятий какими-либо упражнениями определяется пользой, которую они могут принести для повышения функциональных возможностей организма. Поэтому необходимо сознательно выбирать и применять различные упражнения.

Для решения трех основных задач физической культуры и спорта – укрепление и сохранение здоровья, оптимальное развитие физических качеств и гармоничное развитие физиологических функций необходимо применять разнообразные упражнения. Их условно разделяют на четыре основные группы:

1) К первой группе относятся соревновательные упражнения. Например, это бег на длинные и короткие дистанции, передачи мяча на скорость, передвижения приставным шагом, передвижения скрестным шагом и т.д.;

2) Во вторую группу входят общеразвивающие упражнения для всестороннего физического развития учащихся;

3) В третью группу входят подготовительные специальные упражнения, предназначенные для развития физических качеств;

4) К четвертой группе относятся подвижные игры.

Особенности и формы организации образовательного процесса:

- *фронтальная:* работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- *коллективная*: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно;
- *групповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач;
- *индивидуальная*: работа педагога с одним обучающимся для выполнения

индивидуальных задач.

Тип учебного занятия по дидактической цели.

Программа предоставляет возможности для выбора типа занятия в соответствии с дидактической целью: вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированное занятие.

Формы организации учебного занятия.

Программа предоставляет широкие возможности для выбора формы организации учебного процесса: занятие-сообщение, практическая работа, наблюдение, самостоятельная работа, экскурсии, викторина, игровое упражнение, зачет, индивидуальная работа, соревнование, турнир, чемпионат, эстафета.

Коллективная форма проведения занятий дает возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружеские взаимоотношения, деловое сотрудничество между педагогом и детьми.

Программа предоставляет широкие возможности для выбора формы и типов учебного занятия:

-*тип по дидактической цели*: вводное занятие, занятия по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированное занятие;

-*формы по особенностям коммуникативного взаимодействия*: беседа, презентация, занятие-сообщение, импровизация, игра (деловая, ролевая, телеигра), праздник, экскурсия, виртуальная экскурсия, занятие-путешествие, занятие-игра, викторина, тематический кроссворд, дискуссия, мастер-класс, игровое упражнение, учебно-практическое задание, проектная работа, зачет, конкурс, практикум, творческая встреча, защита проектов, индивидуальная работа.

Алгоритм учебного занятия.

Основной формой работы с детьми по программе является учебное занятие, структура которого включает: вводную, основную и заключительную части.

Учебно-тренировочное занятие по волейболу строится следующим образом:

Вводная часть – организация детей, сообщение цели и задач занятия, мотивация, эмоционально-положительный настрой (энергетические упражнения, коммуникативные игры и упражнения, мозговая гимнастика)

Любая работа – будь то, на волейбольной площадке, или в тренажерном зале, либо на стадионе, без соответствующей подготовки (разогрева и растягивания) будет критической для организма и может быть причиной травм и различных повреждений.

Растягивание поможет игроку подготовиться к тренировкам и играм, не только физически, но и психологически (позволяет сконцентрироваться). Тщательно выполняя растягивания, у ребёнка снижается мышечное напряжение, предотвращаются различные повреждения и уменьшается риск получения травм.

Задачи вводной части занятия:

- подготовка инвентаря и места для проведения занятий;
- организация учащихся;

- подготовка их для наиболее успешного решения задач основной части занятия.

Средства подготовительной части занятия:

- строевые упражнения;
- упражнения на внимание;
- различные виды ходьбы, бега, прыжков;
- общеразвивающие, подготовительные подводящие упражнения;
- ранее изученные упражнения из техники волейбола.

Проведение подготовительной части занятия:

- теоретическая подготовка;
- выполнение программы растягивания в полном объёме (статическое, динамическое, пассивное).

Статическое растягивание

Выполняется методом удержания определенных позиций на заданный отрезок времени, в максимально возможной амплитуде движения. При выполнении статического растягивания, движения выполняются медленно, до ощущения натяжения в мышцах. Вы можете ощущать дискомфорт, но не в коем случае боль.

Правила статического растягивания:

1) удерживайте каждую позицию минимум 15-20 секунд;
2) повторяйте каждое движение дважды;
3) выполняйте растяжку минимум 5-7 раз в неделю (даже если не тренируетесь);
4) старайтесь выполнять программу статического растягивания полностью.

Динамическое растягивание

Выполняется с наиболее полной амплитудой движения и более активно, чем статическое растяжение. Выполняется динамическое растягивание после статического. Это помогает лучше подготовиться к тренировке и игре. Динамическое растягивание помогает активизировать нейромышечную систему. Динамическое растягивание является промежуточным этапом, между статическим растягиванием и тренировкой.

Существует две формы динамического растягивания:

1) выполнение упражнений в положении стоя на месте;
2) выполнение специфических скоростных движений.

Пассивное растягивание

Чрезвычайно эффективно для достижения максимальной амплитуды движения. Для выполнения пассивного растяжение необходима помощь партнера по команде или тренера по физической подготовке. Помощник, выполняя растягивание должен быть осторожен, чтобы не травмировать растягиваемую область.

Доводы за использование пассивного растягивания:

1) позволяет добиться увеличения амплитуды движения за более короткое время, потому что помощь партнера помогает изолировать растягиваемую группу мышц и позволяет вам полностью расслабиться;

2) позволяет спортсменам, помогая, друг другу, понять механизм растягивания и научиться, правильно определять диапазон амплитуды движения. Кто бы ни помогал вам, он должен соблюдать правильную технику выполнения.

Правила выполнения:

1) помощник, выполняющий растягивание, должен контролировать движение и выполнять его медленно;

2) пассивное растяжение не должно быть болезненным: максимально. Спортсмен должен чувствовать натяжение в зоне растягивания.

3) продолжительность растягивания должен контролировать сам спортсмен, пока он не почувствует, что этого достаточно. Больше не всегда значит лучше;

4) помощник и игрок должны поддерживать постоянную устную связь, которая гарантирует, что растягивание безопасно и адекватно.

Основная часть – объяснение нового материала, упражнения, повторение учебного материала, самостоятельная практическая деятельность.

Задачи основной части занятия:

- повышение физической подготовленности учащихся;
- воспитание у обучающихся специальных двигательных качеств;
- изучение и совершенствование техники игры в нападении и защите;
- освоение элементов тактики в нападении и защите;
- обучение учащихся применять приобретённые умения и навыки в различных условиях игровой деятельности.

Средства основной части занятия:

- подготовительные, подводящие, специальные по технике и тактике упражнения;
- подвижные игры;
- учебные и двусторонние игры в волейбол.

При проведении основной части занятия:

- используется максимальное количество мячей;
- применяется поточная, игровая нормы занятий, круговая тренировка;
- соблюдается последовательность этапов обучения, а именно: ознакомление с приёмом, разучивание приёма в упрощённых условиях, изучение в усложнённых условиях и закрепление приёма в игровых условиях.

Рекомендации по проведению основной части занятия:

1) необходимо стремиться использовать максимальное количество мячей;

2) применять поточную, игровую форму занятий, круговую тренировку;

3) при обучении элементам техники и тактики игры в волейбол соблюдать последовательность этапов обучения, а именно: ознакомление с приемом, разучивание приема в упрощенных условиях, изучение в усложненных условиях и закрепление приема в игровых условиях;

4) тренировочные игры должны носить целевую игровую направленность, а потому регламентировать действия игроков на 90-95%.

В двухсторонних играх игрокам следует давать возможность использовать все ранее разученные технические приемы и тактические действия произвольно.

Заключительная часть – анализ, соревнование, рефлексия, поощрение детей.

По окончании любой тренировочной программы должен следовать короткий период охлаждения (выход из рабочего, напряжённого состояния). Это работа на более низком уровне интенсивности. Эти упражнения позволят восстановиться вашему пульсу, избежать ненужной нагрузки на сердце и подготовиться к заключительной фазе тренировки - после тренировочному растягиванию.

Короткий период охлаждения – выход из рабочего, напряжённого состояния.

Упражнения на более низком уровне интенсивности, позволяющие восстановиться пульсу занимающихся, избежать ненужной нагрузки на сердце и подготовиться к заключительной фазе тренировки – после тренировочного растягивания.

Для решения данных задач используются следующие упражнения:

- имитационные;
- на внимание;
- на координацию движений;
- на дыхание и расслабление;
- малоподвижные игры.

Игнорировать заключительную часть занятия крайне не рекомендуется.

Основой организации работы с детьми по данной программе является следующая система *дидактических принципов*:

- Принцип психологической комфортности: создается образовательная среда, обеспечивающая снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса.
- Принцип преемственности: учёт преемственности задач, средств и методов подготовки.
- Принцип комплексности: тесная взаимосвязь всех сторон образовательного процесса (физической, психологической и воспитательной работы, педагогического контроля).
- Принцип вариативности: вариативность программного материала для практических занятий.
- Принцип доступности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип воспитывающего обучения (активность, наглядность).
- Принцип прочного усвоения знаний, умений и навыков.
- Принцип индивидуального подхода.
- Принцип сознательности и активности.

Неоценимую пользу в освоении дополнительной общеобразовательной программы «Супер фаворит» оказывает воспитательная работа, которая проводится как во время учебно-тренировочных занятий, так и дополнительно на внутристудийных и спортивных мероприятиях.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;

- система морального стимулирования;
- наставничество старших.

Основные организационно-воспитательные мероприятия:

- беседы с учащимися (об истории спорта, о здоровом образе жизни и т.д.);
- анкетирование учащихся и родителей;
- встречи с выдающимися спортсменами;
- посещение спортивных праздников и соревнований городского, окружного и региональных уровней;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- организация чествования лучших спортсменов учреждения.

Дидактические материалы:

Учебно-наглядные пособия, демонстрационный и раздаточный материалы подобраны и систематизированы в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями (Таблица 4).

Методический фонд и средства обучения:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Супер фаворит»;
- конспекты занятий;
- тематические папки с подборкой наглядного и познавательного материала по темам и разделам программы.

Таблица 4

Дидактико-методические материалы

№ п/п	Название разделов	Методические и дидактические материалы
1.	Вводное занятие.	- Электронные средства образовательного назначения (слайдовая презентация); - раздаточный материал для обучающихся (бланки диагностических заданий, карточки с заданиями); - наглядные пособия; - диагностический материал для проведения стартовой диагностики.
2.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	- Учебная литература: Бишаева А.А., Малков А.А. «Физическая культура. Учебник»; Виленский М. Я., Горшков А. Г. «Физическая культура. Учебник»; Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. «Теория и история физической культуры»; - справочная литература; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентация); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
3.	Общефизическая подготовка.	- Учебная литература: Беляев А.В., Булыкина Л.В. «Волейбол: теория и методика тренировки»; Железняк Ю.Д. «Спортивные

		игры: Техника, тактика обучения»; Чехов О. «Основы волейбола»; - справочная литература; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентация); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
4.	Технические действия.	- Учебная литература: Беляев А.В., Булыкина Л.В. «Волейбол: теория и методика тренировки»; Железняк Ю.Д. «Спортивные игры: Техника, тактика обучения»; Чехов О. «Основы волейбола»; - видеоматериалы; - аудиоматериалы; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - методические разработки занятий; - раздаточный материал для обучающихся (карточки с заданиями); - наглядные пособия.
5.	Тактические действия	- Методические разработки занятий (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - видеоматериалы (тренировочные видеоролики); - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации, индивидуальные задания, групповые задания); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
6.	Игровая деятельность.	- Учебная литература: Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова; «Спортивные игры : техника, тактика, методика обучения»; - учебные пособия - методические разработки занятий.
7.	Массовая работа учебного характера.	- Учебные пособия; - видеоматериалы; - аудиоматериалы; - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
8.	Повторение.	- Видеоматериалы; - аудиоматериалы; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».

9.	Итоговое занятие.	- Видеоматериалы (видеозаписи занятий и мероприятий); - аудиоматериалы; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - раздаточный материал для обучающихся (бланки диагностических заданий); - наглядные пособия; - оценочные материалы для контроля за результатами освоения учащимися ДООП; - диагностические методики, позволяющие оценить достижения обучающихся, диагностировать мотивацию достижений личности; - реквизит.

2.5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале (волейбольной площадке), оборудованном волейбольной сеткой, покрытием, раздевалками для девочек и мальчиков, спортивным инвентарём, техническими средствами обучения.

– Волейбольные мячи – 15 шт.
– Волейбольная сетка – 2 шт.
– Набивные мячи различной массы – 10 шт.
– Скакалки – 20 шт.
– Стойки –4 шт.
– Жгуты и экспандеры – 10 шт.
– Секундомер – 1 шт.
– Стойки для перемещений– 12 шт.
– Гимнастические скамейки – 6 шт.
– Гимнастический мостик – 1 шт.
– Гимнастические маты – 6 шт.
– Гантели, гири различной массы – 20 шт.
– Насос ручной со штуцером – 2шт.
– Рулетка – 1шт.
– Макет площадки с фишками – 2шт.
– Таблицы на тему «Техника выполнения основных приемов игры в волейбол».
– Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для волейбола, футболки, майки, шорты).

Информационное обеспечение:

- наличие официального сайта ОО в сети Интернет.
- наличие официальной группы vk.com.
- виртуальные компьютерные галереи по темам;
- электронные презентации;
- интернет- ресурсы.

Кадровое обеспечение:

Реализация данной программы предусматривает привлечение педагога дополнительного образования, владеющего теоретическими и практическими знаниями в данной области.

Критерии отбора педагогических работников:

- профессионально-педагогическая компетентность, наличие теоретической и практической подготовки в соответствии с профилем деятельности;

-профессионально-педагогическая информированность;

-умение творчески применять имеющиеся знания на практике, программировать свою деятельность, анализировать и развивать свой опыт с учетом современных условий;

-знание основных законодательных и нормативных документов по вопросам образования и защиты прав обучающихся.

Для успешного освоения программы необходимо сотрудничество с:

-педагогом-психологом и методистом учреждения, медицинским работником,

- учреждениями физкультурно-спортивной направленности города, области.

3. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания «Супер фаворит» решает основную идею комплексного подхода в образовательно-воспитательном процессе обучения, предполагая применение нестандартных форм и методов работы с детьми, т.к. воспитывающая деятельность имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Воспитательная система сочетает в себе традиционные ценности и инновационные подходы к воспитанию, создает условия для дальнейшего совершенствования процесса воспитания подрастающего поколения. Программа реализует модель воспитания детей с использованием культурного наследия города Курска и Курской области, традиции народов, направленных на сохранение развития этнокультурного и языкового многообразия страны.

Цель программы: создание благоприятных условий для формирования активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции и приобретения обучающимися опыта осуществления социально значимых дел.

Задачи программы:

- предоставлять возможности каждому ребёнку участвовать в культурно-досуговой деятельности;

- содействовать в организации единого образовательного пространства, разумно сочетающего внешние и внутренние условия воспитания обучающегося;

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;

- содействовать в формировании сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих людей;

- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности коллектива;

- формировать социально-значимые ценности и социально адекватные приемы поведения;

- развивать компетенции, включающие знания, умения, навыки, способы деятельности, развитие универсальных способностей и форм мышления, необходимые для успешного осуществления не только учебной, но и предпрофессиональной и в дальнейшем профессиональной деятельности;

- содействовать в активном и полезном взаимодействии учреждения, детского объединения и семьи по вопросам воспитания обучающихся;

- развивать воспитательный потенциал, поддержку социальных инициатив и достижений обучающихся через традиционные мероприятия, выявлять и работать с одаренными детьми;

- совершенствовать систему воспитательной работы, активно применяя современные инновационные технологии в дополнительном образовании.

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся спортивной секции «Супер фаворит» в возрасте 14-17 лет, а также их родителей (законных представителей).

Приоритетные направления воспитательной работы:

- здоровьесберегающее воспитание (спортивно-оздоровительная работа) – воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения;

- интеллектуальное воспитание – оказание помощи обучающимся в развитии в себе способностей мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни и при этом действовать целесообразно;

- социокультурное воспитание – передача обучающимся знаний, умений, навыков, социального общения людей (как позитивного, так и негативного), опыта поколений;

- нравственное и духовное воспитание (работа с детьми группы «риска», родителями, общественностью) – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;

- формирование коммуникативной культуры – создание условий для проявления обучающимися детского объединения инициативы и самостоятельности, ответственности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к коллективной деятельности;

- гражданско-патриотическое воспитание – формирование у обучающихся соответствующих знаний о праве, правовых нормах как регуляторов поведения человека в обществе и отношений между личностью и государством, требующих самостоятельного осознанного поведения выбора поведения и ответственности за него;

- воспитание положительного отношения к труду (творческое направление) – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о

ценности труда и творчества для личности, общества и государства; лидерских качеств и развитие организаторских способностей, умения работать в коллективе, воспитание ответственного отношения к осуществляемой трудовой и творческой деятельности;

- экологическое воспитание – формирование ценностного отношения к природе, к окружающей среде, воспитание бережного отношения к процессу освоения природных ресурсов региона;

- правовое воспитание и культура безопасности – формирование образа мышления обучающихся на верный выбор в ситуациях, которые могут нанести вред здоровью и жизни человека.

Формы и содержание деятельности.

В соответствии с программой воспитания образовательной организации работа по данным направлениям осуществляется по модулям: *«Детское объединение», «Воспитательная среда», «Работа с родителями», «Профилактика».*

Воспитание обучающихся строится как целенаправленно организованная деятельность детей, вовлекающая их во взаимодействие с социальной и природной средой и формирующая у них систему ценностных отношений.

Формы коллективной деятельности детей и взрослых, где воспитательное взаимодействие осуществляется скрыто, незаметно по ходу общей работы: коллективные творческие дела, коллективные творческие праздники, коллективные творческие игры, церемонии награждения, открытые дискуссионные площадки, праздники, фестивали и др. Они эмоционально и ценностно привлекательны для ребят и предоставляют возможность каждому внести свой личный вклад в общее дело, позволяют приобретать разнообразный социальный опыт в различных видах деятельности. Все это создает творческую природу, особую природу социального творчества, когда дети и взрослые создают форму нового, лучшего способа взаимодействия.

Формы прямого открытого воспитательного воздействия, где педагог целенаправленно формирует какое-либо общественно значимое нравственно обусловленное свойство личности или конкретное мнение:

- у*чебное занятие* – это своеобразный «кирпичик», из совокупности которых складывается весь образовательный процесс в спортивной секции «Супер фаворит» это источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству;

- *рождение и закрепление традиций* – эмблема, форма, символы жизни; традиционные дела к определенным датам и событиям жизни коллектива.

- *социальные проекты и акции* – развитие ценностных отношений;

- *индивидуальные и групповые консультации*.

Планируемые результаты

- 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 помощи членам коллектива, умение находить с ними общий язык и общие интересы.

- Приобщение к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения.

- Формирование личностных качеств, необходимых для жизни.

- Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания.

- Развитие воспитательного потенциала семьи.

- Поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

Основные направления самоанализа воспитательного процесса:

1. *Результаты воспитания, социализации и саморазвития обучающихся объединения.*

Рассматривается динамика личностного развития обучающихся в каждом конкретно взятом объединении (коллективе). Анализ осуществляется на основе критериев, обозначенных в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе спортивной направленности «Фаворит +», реализуемой в объединении.

2. *Состояние организуемой в объединении совместной деятельности детей и взрослых.*

Проводится анализ наличия в объединении интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности детей и взрослых.

Показатели организуемой совместной деятельности детей и взрослых:

- системность воспитательной деятельности (наличие общих ключевых мероприятий, традиций объединений, реализуемых интегрированных проектов и т.п.);

- координация всех звеньев воспитательной системы;

- наличие положительной эмоциональной атмосферы обучения, способствующей оптимальному напряжению умственных и физических сил обучающихся;

- открытость воспитательного и преобразовательного процессов объединения общественности (наличие медиа пространства, социального партнёрства, организация социально значимой деятельности и др.);

- соответствие личностно-развивающего потенциала занятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы спортивной направленности «Супер фаворит» воспитательной миссии и традициям объединения;

- наличие органов детского самоуправления, детских общественных объединений, и их активность;

- наличие форм работы по самоопределению и профориентации обучающихся;

- вовлечённость семьи в воспитательный процесс объединения, наличие мероприятий с участием семьи;

- наличие предметно-эстетических зон (оформление и эстетика общих и учебных помещений) и др.

Итог самоанализа – фиксация результатов, выявленных проблем, над которыми предстоит работать педагогу, корректировка действий для получения последующих желаемых результатов.

4. Список литературы

1. Анализ проведения урока физкультуры / Под ред. В. А. Муравьев, И. П. Залетаев. – М. : Спорт Академ Пресс, 2002. – 92 с.
2. Белкин А. С. Основы возрастной педагогики. – М. : Академия, 2000. – 192 с.
3. Беляев А. В. Волейбол на уроке физической культуры. – М. : ФИС, 2005. – 144 с.
4. Бергер Г. И. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5 – 6 кл.: пособие для учителя. – М. : Владос, 2004. – (Конспекты уроков). – 110 с.: ил.
5. Бергер Г. И., Бергер Ю. Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5 – 9 кл.: Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М. : Владос, 2002. – 144 с.: ил.
6. Боковец В. С. Специальные упражнения волейболиста. – Брест: Аккаде мия, 2005. – 176 с.
7. Эффективность использования интегральных упражнений на занятиях по волейболу / Гринченко А. Е, Шалар О. Г, Шалар А. П // Физическая культура в школе. – 2003. - № 1. – С. 23-27.
8. Спортивные игры / Железняк Ю.Д, Портнов Ю. М, Савин В. П, Лексаков А. В. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 520 с.
9. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / Петров П. К. М.: Академия, 2009. – 272 с.
10. Иванков Ч. М. Методические основы теории физической культуры и спорта. М. : Инсан, 2005. – 368 с.
11. Ивойлова А. В. Волейбол для всех. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 212 с.
12. Ивойлов А. В. Тактическая подготовка волейболистов. – М. : Физкультура и спорт, 2001. – 232с.
13. Клещев Ю. Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 192 с.
14. Физическая активность детей / Кондо М, Мацуда И, Сугиара Ф // Специалист. – 2002. – № 7. – с. 38.
15. Коренберг В. Б. Спортивная метрология: учеб. М.: Физическая культура, 2008. – 368 с.
16. Кузнецов В. С. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. – М. : Владос, 2004. – (Библиотека учителя физической культуры). – 175 с.: ил.
17. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. – М. : Советский спорт, 2006. – 208 с.

18. Методика обучения игре в волейбол: метод. пособие для студентов фак. физ. культуры / Под ред. В. Ю. Шнейдером: Всерос. федерация волейбола. – М.: Олимпия: Человек, 2008. – 55 с.: табл.

19. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование: метод. пособие / Под ред. А. В. Беляев: Всерос. федерация волейбола. – М. : Олимпия: Человек, 2008. – 54 с.

20. Осколкова В. А., М. С. Сунгуров. Техника и тактика игры в волейбол. – М.: Физкультура и спорт,2005. – 253 с.

21. Учеб. пособие / Железняк Ю. Д, Кашкаров В. А, Кравцевич И. П, Черных Е. В, Мещеряков И. Л, Панов С. Ф, Шкляров В. Б; Под ред. Ю. Д. Железняка. — 2-е изд., испр. — М. : Академия, 2005. — 384 с.

22. Рубина Е. Педагогические основы воспитания школьников // Начальная школа. – 2005. – № 7. – с. 57-61.

23. Сапин Н. Р., Брыксина З. Г. Анатомия и физиология детей и подростков. – М.: Академия, 2000. – 271с.

24. Склярова Т. В. Возрастная педагогика и психология: Учебное пособие для студентов педагогических вузов, педагогов, воспитателей. – М. : Покров, 2004. – 144 с.

25. Смирнов Ю. И., Полевщиков М. М. Спортивная метрология: Учебник. — М, 2000. – 232 с.

26. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студ., пед. вузов по специальности - Физическая культура / Под ред.: Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. – 397 с.

27. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. Учебник / Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова и др. – М. : Академия, 2004. – 517 с.

28. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. Учебник для студ. Учреждений высш. проф. образования / [Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнов, В. П. Савин, А. В. Лексаков]; под ред. / Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. –7 изд., стер. – М. : Академия, 2012. – 520 с.

29. Уловистова Н. В. Нормативно-правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта. – М. : Советский спорт, 2003. – 148 с.

30. Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. В. А. Коваленко. – М., 2000. – 315 с.

31. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие. – М., 2000. – 376 с.

32. Чермит А. Д. Теория и методика физической культуры. – М. : Советский спорт, 2005. – 272 с.

33. Шнейдер В. Ю. Методика обучения игре в волейбол. – М. : Олимпия пресс, 2007. – 57 с. 50.

Список литературы для учащихся

1. Волейбол для всех; ТВТ Дивизион – Москва, 2012. – 156с.

2. Кунянский В. А. Волейбол. О судьях и судействе; СпортАкадемПресс – Москва, 2013. – 184 с.

3. Методический сборник №5. Комплексная тренировка связующего игрока. Методическое пособие Всероссийской федерации волейбола. Авторы составители пособия: Шляпников С. К. – мастер спорта, заслуженный тренер России Кривошеин А. А. – Москва: ВФВ, 2011. – 173с.

Интернет ресурсы

1. Методика опережающего обучения детей игре в волейбол: [Электронный ресурс]. URL: free/kursovaya…igre_v_voleybol

2. Обучение игре в волейбол: [Электронный ресурс]. URL: festival.1september.ru›articles/573494/

3. Обучение волейболу. Информационный портал об игре волейбол. «VolleyMos.ru›: [Электронный ресурс]. URL: www.infosport.ru

4. «Волейбол». Спортивные видео-уроки: [Электронный ресурс]. URL: panakapitana.ru›category/volleyball/

5. Спорт в твоем дворе. Обучение волейболу. Тренировки для начинающих: [Электронный ресурс]. URL: dvorsportinfo.ru›articles/obuchenie-volejbolu…

6. Российская федерация волейбола: [Электронный ресурс]. URL: http://www. https://volley.ru/

7. Сайт «Я иду на урок физкультуры»: [Электронный ресурс]. URL: http://spo.1september.ru/urok/

8. «Физическая культура» научно-методический журнал: [Электронный ресурс]. URL: http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2000n2/index.htm

9. Энциклопедия по видам спорта: [Электронный ресурс]. URL: http://www.infosport.ru/sp/

10. Здоровье и образование специализированный портал: [Электронный ресурс]. URL: http://www.valeo.edu.ru/data/index.php

11. Сайт учителей физкультуры: [Электронный ресурс]. URL: http://fizkultura-na5.ru

Приложение 1 к ДООП «Супер фаворит»

Календарно-тематический планирование
1 год обучения

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			**Вводное занятие. Техника безопасности.** Правила волейбола Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	2	Инструктирование	Спортивный зал	Тест-игра
2.			**Физическая культура и спорт в России**. Историческая информация о волейболе	2	Беседа	Спортивный зал	Опрос
3.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке.** Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. Развитие выносливости.	2	Практикум	Спортивный зал	зачёт
4.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.** Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	2	Учебное занятие	Спортивный зал	Тест-игра
5.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке.** Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	опрос
6.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах**. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
7.			**Кувырок вперед, назад, в сторону. Развитие гибкости.** Бег вдоль границ площадки, выполняя различные упражнения. Подводящие упражнения для приема и передач, подач	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение

8.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах.** Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Тестирование по ОФП.	2	Игровое задание	Спортивный зал	опрос
9.			**Развитие скоростно-силовых качеств.** Стойки, перемещения волейболиста. Челночный бег 3х10м, 5х10м. Подводящие упражнения для приема и передач, подач.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
10.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах.** Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение
11.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке.** Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
12.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке.** Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Тренировка	Спортивный зал	тестирование
13.			**Прыжки в высоту с прямого разбега.** Волейбол. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	2	Тренировка	Спортивный зал	Выполнение нормативов
14.			**Нижняя прямая подача с 3-6 м.** Эстафеты. Игра в мини-волейбол Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Веселые старты	Спортивный зал	соревнования
15.			**Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов.** ОРУ с набивными мячами. Игра ручной мяч.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	викторина
16.			**Челночный бег с изменением направления.** Из различных и.п. Подводящие упражнения для приема и передач. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Играв мини-волейбол. Передача двумя руками сверху на месте	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания

17.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах.** Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
18.			**Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед**. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изученным техническим приемам и выполнение этих же приемов. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	соревнования
19.			**ОРУ у гимнастической стенки**. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Игра в мини-волейбол	2	Тренировка	Спортивный зал	Товарищеская встреча
20.			**Стойки и перемещение игрока.** Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	опрос
21.			**Прием снизу двумя руками на месте и после перемещения.** Прием мяча после подачи. Прием снизу двумя руками. Прием наброшенного мяча партнером–на месте и после перемещения в парах, направляя мяч вперед-вверх. Учебная игра	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	соревнования
22.			**Стойки и перемещение игрока.** Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	зачёт
23.			**Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов.** ОРУ со скакалками и резиновыми эспандерами.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
24.			**Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах**. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение

25.			**Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах**. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 м. Подвижные игры	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
26.			**Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.** Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Подводящие упражнения с малым мячом для нападающего удара.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
27.			**Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.** Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищеская встреча
28.			Многократное выполнение технических приемов–одного и в сочетаниях. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
29.			**Основные правила игры волейбол.** Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Игра ручной мяч	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
30.			**Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.** Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра	2	Тренировка	Спортивный зал	Товарищеская встреча
31.			**Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.** Прием подачи и первая передача в зону нападения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	Практическое задание	Спортивный зал	Игровые задания
32.			**Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, прыгучести.** Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. **Нападающий удар при встречных передачах.** Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	2	Товарищеская игра	Спортивный зал	Игровые задания
33.			**Многократное выполнение технических приемов–одного и в сочетаниях.** Развитие выносливости.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение

			Подвижные игры. Самостоятельная работа				
34.			**Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели**. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра	2	Учебное занятие	Спортивный зал	Товарищеская встреча
35.			**Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов.** ОРУ со скакалками и резиновыми эспандерами. Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Учебная игра	2	Учебное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
36.			**Многократное повторение тактических действий.** Игра «Два мяча через сетку». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра	2	Тренинг	Спортивный зал	наблюдение
37.			**Гигиена и режим юного спортсмена.** Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра мини-футбол.	2	Соревнование	Спортивный зал	наблюдение
38.			**Совершенствование передачи мяча сверху в парах, тройках, со стенкой. ОРУ у гимнастической стенки.** Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Падения.	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	зачет
39.			**Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.** «Эстафета с прыжками», игра «Перестрелка».	2	Посещение УК	Спортивный зал	Игровые задания
40.			**Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.** Верхняя прямая подача нацеленная. Верхняя прямая подача (планирующая) по указанным зонам.	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение
41.			**Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность.** Ручной мяч. Подготовительные игры: «Два мяча через сетку» с различными заданиями, эстафеты с перемещениями и передачами.	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение

42.			**Действия в нападении. Тактика свободного нападения.** Игра в нападение через зону**.** Выбор места для выполнения подачи; выбор места для второй передачи и в зоне. Групповые действия: взаимодействие игроков зон и с игроком зоны при первой передаче.	2	Тренировка	Спортивный зал	Товарищеская встреча
43.			**Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника–сверху или снизу.** Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение
44.			**Круговая тренировка.** Учебная игра. Самостоятельная работа	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
45.			**Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи**: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
46.			**Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.** Действия в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону **3.** Выбор места для выполнения подачи; выбор места для второй передачи и в зоне **3.**	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
47.			**Групповые действия**: взаимодействие игроков зон 5, 6, 1 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы). Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	2	Учебная игра	Спортивный зал	Товарищеская встреча
48.			**Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач**. Имитация. Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
49.			**Развитие общей выносливости. Подвижные игры.** Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4 (2).	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение

50.			**Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача.** Передачи мяча. Чередование тактических действий (индивидуальных и коллективных) в нападении. Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (2) при приеме подачи.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
51.			**Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения.** Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3. Бег с изменением направления из различных и. п. Челночный бег 3х10 м, 5х10м.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
52.			Индивидуальные действия: выбор **способа приема мяча от соперника –сверху или снизу.** Прием подачи и первая передача в зону нападения. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
53.			**Чередование тактических действий (индивидуальных и коллективных) в нападении.** Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (2) при приеме подачи.	2	Соревнование	Спортивный зал	Товарищеская встреча
54.			**Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника –сверху или снизу.** Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	наблюдение
55.			**Блокирование одиночное.** Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
56.			**Подготовка мест занятий, инвентаря.** Счет. Жестикуляция судей. Развитие волейбола. Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ со скакалками и резиновыми экспандерами.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение

57.			**Действия в защите и нападении.** Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3. Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
58.			**Сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро.** Прием мяча сверху после отскока от стены. Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
59.			**Групповые действия: взаимодействие игроков** задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (2) при приеме подачи.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищеская встреча
60.			**Прием мяча снизу из различных и. п., перемещений**. Стойки и перемещения – совершенствование, перекаты, падения. Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
61.			**Групповые действия**: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3 (2) при приеме подачи.	2	Учебная игра	Спортивный зал	Игровые задания
62.			**Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность.** Ручной мяч. Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 6.	2	Защита проекта	Спортивный зал	Товарищеская встреча
63.			**Прием мяча снизу из различных и. п., перемещений.** Стойки и перемещения – совершенствование, перекаты, падения.	2	Тренировка Командные действия: при спорном мяче.	Спортивный зал	Игровые задания
64.			**Командные действия**: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Круговые движения рук в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Упражнения с резиновыми амортизаторами. Упражнения с набивным мячом.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания

65.			**Верхняя прямая подача нацеленная.** Верхняя прямая подача (планирующая) по указанным зонам. Упражнения с набивными мячами – лежа на спине и лицом вниз, сгибание и поднимание ног, мяч зажат между стопами ног, прогибание, наклоны, упражнения в парах.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
66.			**Тестирование технических приёмов.** Подача мяча, передачи в парах, над собой. Подвижные игры.	2	Соревнование	Спортивный зал	Игровые задания
67.			**Круговая тренировка. Учебная игра.** Тестирование по правилам волейбола. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	2	Соревнование	Спортивный зал	Игровые задания
68.			Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, прыгучести. Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3 (2), вторая передача игроку зоны 4(2).	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	Игровые задания
69.			**Бег 1000 м, прыжок в длину с места. Бег 30м.** Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Самостоятельная работа	2	Активный отдых	Спортивный зал	Товарищеская встреча
70.			**Технические элементы волейбола подачи, передачи, нападающий удар, различные способы приёма мяча.** Встречные эстафеты, упражнения на развития силы.	2	Диагностика	Спортивный зал	Игровые задания
71.			**Товарищеская игра. Самостоятельная работа**	2	Диагностика	Спортивный зал	Товарищеская встреча
72.			**Подведение итогов.**	2	Экзамен	Спортивный зал	зачет
			Итого	144			

2 год обучения

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма /тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			Вводное занятие. Правила охраны труда и техника безопасности	2	Инструктирование	Спортивный зал	Тест-игра
2.			Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу. Техника	2	Беседа	Спортивный зал	наблюдение

			безопасности на занятиях. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола				
3.			Развитие скоростно-силовых качеств. Имитация передач. Прыжок в длину с места. Бег 30м.	2	Практикум	Спортивный зал	Тест-игра
4.			Упражнения для развития навыков быстроты, ответных действий, прыжковые упражнения. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	2	Лекция	Спортивный зал	зачёт
5.			Перемещения и стойки. Прием сверху двумя руками. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. ОРУ, силовые упражнения для мышц рук, плечевого пояса, прыжковые упражнения.	2	Практикум	Спортивный зал	Тест-игра
6.			Перемещения и стойки. Прием сверху двумя руками Прием мяча после отскока от стены (расстояние 1-2 м). Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами.	2	Учебное занятие	Спортивный зал	опрос
7.			Развитие гибкости, статические упражнения. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
8.			Развитие скоростно-силовых качеств. Стойки, перемещения волейболиста. Челночный бег 3х10м, 5х10м. Подводящие упражнения для приема и передач, подач.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
9.			Прием снизу двумя руками. Прием наброшенного мяча партнером – на месте и после перемещения в парах, направляя мяч вперед вверх. Бросок набивного мяча (1 кг) из п.сед на полу на дальность.	2	Тренировка	Спортивный зал	опрос

10.			Бег вдоль границ площадки, выполняя различные упражнения. Подводящие упражнения для приема и передач, подач. Кувырок вперед, назад, в сторону. Развитие гибкости.	2	Игровое задание	Спортивный зал	Игровые задания
11.			Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая подача. Ира в мини-волейбол. Круговая тренировка.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
12.			Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, специальные прыжковые упражнения.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
13.			Передачи мяча сверху двумя руками, над собой на месте и после перемещения различными способами. В парах, тройках, верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая подача.	2	Тренировка	Спортивный зал	тестирование
14.			Комплекс ОРУ на развитие гибкости, стреч упражнения. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Подводящие упражнения с малым мячом для нападающего удара.	2	Тренировка	Спортивный зал	Выполнение нормативов
15.			Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая подача, верхняя прямая подача. Прием снизу, сверху. Прием мяча с подачи.	2	Тренировка	Спортивный зал	соревнования
16.			Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Спортивная игра гандбол. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая подача, верхняя прямая подача.	2	Веселые старты	Спортивный зал	викторина
17.			Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая подача, верхняя прямая подача. Челночный бег с изменением направления. из различных и. п. Подводящие упражнения для приема и передач.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
18.			Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью. ОРУ с гимнастической скакалкой. Развитие скоростно-силовых	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания

			качеств. Мини-футбол.				
19.			Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага. Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изученным техническим приемам и выполнение этих же приемов.	2	Тренировка	Спортивный зал	соревнования
20.			ОРУ у гимнастической стенки. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Подводящие упражнения с малым мячом для нападающего удара.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищеская встреча
21.			Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью. Прием сверху двумя руками нижней прямой подачи. Прием снизу двумя руками на месте и после перемещения.	2	Тренировка	Спортивный зал	опрос
22.			Перемещение из зоны 4в зону 3и обратно с имитацией блокирования в каждой зоне. Перемещение из зоны 2в зону 1и обратно с имитацией блокирования в каждой зоне. Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Ручной мяч.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	соревнования
23.			Передачи мяча. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью. Освоение терминологии, принятой в волейболе. Правила игры. Самостоятельная работа	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	зачёт
24.			Прыжки в высоту с прямого разбега. Волейбол. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
25.			Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Передачи мяча. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
26.			Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. «Эстафета с прыжками», игра «Перестрелка». Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью. Подача мяча. Передачи мяча.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение

27.			Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Прием подачи и первая передача в зону нападения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
28.			Прием подачи и первая передача в зону нападения. Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Подвижная игра «Два капитана	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищескаяв стреча
29.			Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, специальные прыжковые упражнения. Чередование технических приемов в различных сочетаниях.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
30.			Бег с изменением направления из различных и.п. Челночный бег 3х10м, 5х10м. Гигиена и режим юного спортсмена.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
31.			Встречная эстафета с мячом. ОРУ, упражнения с набивными мячами. Верхняя прямая подача.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищескаяв стреча
32.			Прием подачи и первая передача в зону нападения. Развитие общей выносливости. Подвижные игры. Самостоятельная работа	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
33.			Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация. Совершенствование передачи мяча сверху в парах, тройках, со стенкой.	2	Практическое задание	Спортивный зал	Игровые задания
34.			Чередование тактических действий (индивидуальных и коллективных) в нападении и защите. Развитие выносливости. Подвижные игры.	2	Товарищеская игра	Спортивный зал	наблюдение
35.			Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация Отбивание мяча кулаком через сетку в прыжке, после перемещения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищескаяв стреча
36.			Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Подвижная игра «Два капитана». Отбивание мяча кулаком через сетку в прыжке, после перемещения.	2	Учебное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
37.			Многократное выполнение технических приемов – одного и в сочетаниях. Прыжки в высоту с прямого разбега.	2	Учебное занятие	Спортивный зал	наблюдение

			Развитие скоростно-силовых качеств.				
38.			Нагрузка и отдых юного спортсмена. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	2	Тренинг	Спортивный зал	наблюдение
39.			Развитие выносливости. Подвижные игры. Прямой нападающий удар. Подачи мяча в стену – расстояние 6-9 м, через сетку.	2	Соревнование	Спортивный зал	зачет
40.			Прием подачи и первая передача в зону нападения. Развитие выносливости. Подвижные игры. Самостоятельная работа	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	Игровые задания
41.			Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Имитация Прямой нападающий удар. Подачи мяча в стену – расстояние 6-9 м, через сетку.	2	Посещение УК	Спортивный зал	наблюдение
42.			Многократное выполнение технических приемов – одного и в сочетаниях Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Ручной мяч	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение
43.			Отбивание мяча кулаком через сетку в прыжке, после перемещения. Индивидуальные действия: выбор места для выполнения второй передачи у сетки, для подачи.	2	Тренировка	Спортивный зал	Товарищеская встреча
44.			Индивидуальные действия: выбор места при приеме подачи, при приеме мяча, направленного соперником через сетку. Блокирование одиночное. Прием сверху, снизу двумя руками.	2	Тренировка	Спортивный зал	наблюдение
45.			Развитие выносливости. Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 м. Подвижные игры	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
46.			Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей. Блокирование одиночное. Прием сверху, снизу двумя руками.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
47.			Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
48.			Индивидуальные действия: выбор способа приема	2	Учебная игра	Спортивный	Товарищеская

			мяча от соперника – сверху или снизу. Развитие скоростно-силовых качеств			зал	встреча
49.			Прием мяча снизу из различных и. п., перемещений. Стойки и перемещения – совершенствование, перекаты, падения.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
50.			Круговая тренировка Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при первой передаче, игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2 при второй передаче.	2	Учебная игра	Спортивный зал	наблюдение
51.			Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач. Прямой нападающий удар.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
52.			Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6, 5, 1 с игроком зоны 3(2) при приеме подачи. Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность. Ручной мяч	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
53.			Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1. Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
54.			Групповые действия: взаимодействие игроков задней линии и передней линии при первой передаче; игроков зон 6,5,1 с игроком зоны 3(2) при приеме подачи Подготовительные игры: «Два мяча через сетку» с различными заданиями, эстафеты с перемещениями и передачами.	2	Учебная игра	Спортивный зал	Товарищеская встреча
55.			Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1 Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра.	2	Соревнование	Спортивный зал	наблюдение

56.			Прием мяча с падением, перекатом. Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2; игроков зон 5,6,1 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы).	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	наблюдение
57.			История развитие волейбола. Основы техники и тактики игры волейбол. Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
58.			Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3(2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра	2	Учебная игра	Спортивный зал	Игровые задания
59.			Групповые действия: взаимодействие игроков зон 5,6,1 с игроками зон 4 и 2 при приеме подачи и с передачи (обманы). Прием мяча с падением, перекатом. Прием мяча с подачи	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	наблюдение
60.			Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3(2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра мини-футбол.	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Товарищеская встреча
61.			Прием мяча с падением, перекатом. Прием мяча с подачи. Выполнение различных упражнений со стенкой (прием-подача) Блокирование одиночное	2	Учебно-тренировочное занятие	Спортивный зал	Игровые задания
62.			Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии: прием подачи и первая передача в зону 3(2), вторая передача игроку зоны 4 (2). Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
63.			Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 6. ОРУ у гимнастической стенки. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Падения.	2	Учебная игра	Спортивный зал	Товарищеская встреча

64.			Стойки, перемещения волейболиста. Челночный бег 3х10м, 5х10м. Подводящие упражнения для приема и передач, подач. Сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро. Прием мяча сверху после отскока от стены.	2	Защита проекта	Спортивный зал	Игровые задания
65.			Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра	2	Тренировка Командные действия: при спорном мяче.	Спортивный зал	Игровые задания
66.			Многократное повторение тактических действий. Игра «Два мяча через сетку». Подвижные игры с элементами волейбола. Развитие выносливости.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
67.			Подача мяча, передачи в парах, над собой. Тестирование по ОФП.	2	Тренировка	Спортивный зал	Игровые задания
68.			ОРУ с отягощением. Группировка, перекаты в группировке из различных положений. Падения. Влияние тренировочных нагрузок и профилактические восстановительные мероприятия	2	Соревнование	Спортивный зал	Игровые задания
69.			Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра	2	Соревнование	Спортивный зал	Игровые задания
70.			Бег 1000м, бег 30м, Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Спортивная игра	2	Работа над ошибками	Спортивный зал	Товарищеская встреча
71.			Тестовое задание по правилам волейбола. Технические элементы волейбола подачи, передачи, нападающий удар, различные способы приёма мяча. Встречные эстафеты, упражнения на развития силы.	2	Активный отдых	Спортивный зал	Игровые задания
72.			Товарищеская игра. Самостоятельная работа	2	Диагностика	Спортивный зал	Товарищеская встреча
73.			Подведение итогов	2	Диагностика	Спортивный зал	зачет
			Итого	144			

Приложение 2 к ДООП «Супер фаворит»

Календарный учебный график

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Супер фаворит»

на 2023 - 2024 учебный год (36 учебных недель)

Срок реализации – 2 год, 144 часа в год, 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа продолжительностью 45 мин.)

№ п/п	Год обучения, уровень, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1 г. об., углубленный группа 1	10.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа		Сентябрь Декабрь Май
2.	2 г. об., углубленный группа 2	10.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа		Сентябрь Декабрь Май

Приложение 3 к ДООП «Супер фаворит»

Календарный план воспитательной работы
на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки и место проведения	Ответственный
Модуль «Детское объединение»				
1.	«Здравствуй, наш любимый Ритм»	День открытых дверей	01.09.2023 г. МБУДО «Дом искусств «Ритм»	Зам. директора по ОМР, зав. отделом, педагог д/о
2.	Турнир по волейболу среди образовательных учреждений.	Соревнования	В течение года	Педагог д/о
3.	«Папа, мама и я – спортивная семья»	Спортивный праздник	Октябрь 2023 г.	Педагог д/о
4.	«Спортландия»	Спортивно - массовое мероприятие.	Октябрь 2023 г.	Заведующий отделом, педагог д/о
5.	«Ура! Каникулы!»	Внутристудийные досуговые мероприятия.	Осенние каникулы	Педагог д/о
6.	«Сильные, смелые, ловкие»	Эстафета	Ноябрь 2023 г.	Педагог д/о
7.	«Ура! Каникулы!»	Внутристудийные досуговые мероприятия.	Зимние каникулы	Педагог д/о
8.	Мини-турнир по волейболу, приуроченный празднованию Дня защитника Отечества	Мини-турнир	Февраль 2024 г.	Педагог д/о
10.	«Ура! Каникулы!»	Внутристудийные досуговые мероприятия.	Весенние каникулы	Педагог д/о
11.	«День здоровья»	Спортивный праздник	Апрель 2024 г.	Педагог д/о
12.	Мини-турнир по Волейболу ко Дню Победы	Мини-турнир	Май 2024 г.	Педагог д/о
Модуль «Воспитательная среда»				
13.	«Край, в котором мы живем»	Познавательно-воспитательное мероприятие.	19-23.09.2023 г. Концертный зал на базе филиала ОО	Педагог д/о
14.	«Вместе мы едины!»	Познавательно-воспитательное мероприятие, посвященное Дню народного единства.	03.11.2023 г. Концертный зал на базе филиала ОО	Педагог-организатор, педагог д/о
Модуль «Работа с родителями»				
15.	«Культурные ценности семьи и их значение для	Родительское собрание.	04.09.2023 г. МБУДО «Дом искусств «Ритм»	Педагог д/о

	ребёнка»			
16.	«Папа и я – лучшие друзья»	Развлекательная программа, посвященная Дню отца.	09.09.2023 г. Концертный зал на базе филиала ОО	Педагог-организатор, педагог д/о
17.	«Папа, мама, я – спортивная семья»	Спортивный досуг	Осенние каникулы Зал для занятий спортом на базе филиала ОО	Педагог-организатор, педагог д/о
18.	«Как стать хорошими родителями»	Родительское собрание.	23-25.01.2024 г. МБУДО «Дом искусств «Ритм»	Педагог д/о
19.	«Наши взлеты и падения».	Родительское собрание (круглый стол).	23-28.05.2024 г. МБУДО «Дом искусств «Ритм»	Педагог д/о
Модуль «Профилактика»				
20.	«Дорожная азбука»	Конкурсно-развлекательная программа в рамках Недели безопасного движения.	25-29.09.2023 г. Концертный зал на базе филиала ОО	Педагог-организатор, педагог д/о
21.	«НЕТ вредным привычкам»	Познавательно-воспитательное мероприятие.	Декабрь 2023 г. Концертный зал на базе филиала ОО	Педагог-организатор, педагог-психолог, педагог д/о

Приложение 4 к ДООП «Супер фаворит»

Оценочные материалы

Мониторинг оценки результатов обучения

№ п/п	Ф.И. учащегося	Результаты мониторинга									
		Предметные			Метапредметные			Личностные			Участие в соревнованиях
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											
15.											

Обозначения

1 – Стартовая диагностика

2 – Промежуточная диагностика (I полугодие)

3 – Итоговая диагностика (II полугодие)

Обозначение диагностики:

н/с – минимальный;

с – базовый;

в/с – повышенный;

в – творческий.

Приложение 5 к ДООП «Супер фаворит»

Мониторинг результатов обучения
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Супер фаворит»

№ п/п	Показатели	Критерии	Уровень	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Теоретическая подготовка					
1.	Теоретические знания по основным разделам программы.	Соответствие теоретических знаний обучающихся программным требованиям	Минимальный	Обучающийся владеет менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой	Опрос
			Базовый	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	
			Повышенный	Освоен практически весь объем теоретических знаний, предусмотренных программой	
			Творческий	Обучающийся владеет полным объемом теоретических знаний	
2.	Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный	Обучающийся не применяет в процессе обучения специальную терминологию	Тестирование
			Базовый	Обучающийся применяет в процессе обучения менее ½ специальных терминов	
			Повышенный	Обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой	
			Творческий	Специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с содержанием	
Практическая подготовка					
1	Практические навыки и умения предусмотренные ДООП	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный	Обучающийся владеет менее чем ½ объема знаний и умений, предусмотренных	Практическая работа

				программой	
			Базовый	Объем усвоенных навыков и умений составляет более ½.	
			Повышенный	Освоен практически весь объем навыков и умений, предусмотренных программой	
			Творческий	Обучающийся владеет полным объемом навыков и умений, предусмотренных программой	
2.	Применение специального оборудования и оснащения	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием	Наблюдение
			Базовый	Работает с оборудованием с помощью педагога	
			Повышенный	Работает с оборудованием под наблюдением педагога	
			Творческий	Работает с оборудованием самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
3.	Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Минимальный	Обучающийся самостоятельно может выполнить только простейшие практические задания	Анализ работ
			Базовый	Обучающийся выполняет задания на основе образца	
			Повышенный	Обучающийся выполняет практические задания с элементами творчества	
			Творческий	Обучающийся выполняет творческие задания самостоятельно, на основе своих знаний и умений	
Общеучебные умения и навыки					
1	Умение подбирать и анализировать	Самостоятельность в подборе и	Минимальный	Обучающийся испытывает	

	специальную литературу	анализе литературы		серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей	
			Базовый	Обучающийся работает с литературой с помощью педагога или родителей	
			Повышенный	Обучающийся работает с литературой самостоятельно, но под контролем педагога	
			Творческий	Обучающийся работает с литературой самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
2.	Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерных источников информации	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с компьютерными источниками, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей	
			Базовый	Обучающийся работает с компьютерными источниками с помощью педагога или родителей	
			Повышенный	Обучающийся работает с компьютерными источниками самостоятельно, но под контролем педагога	
			Творческий	Обучающийся работает с компьютерными источниками самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
3.	Умение	Самостоятельность	Минимальный	Обучающийся	

	осуществлять учебно-исследовательскую работу	в учебно-исследовательской деятельности		испытывает серьезные затруднения в учебно-исследовательской деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей	
			Базовый	Обучающийся осуществляет учебно-исследовательскую деятельность с помощью педагога или родителей	
			Повышенный	Обучающийся выполняет учебно-исследовательскую деятельность самостоятельно, но под контролем педагога	
			Творческий	Обучающийся выполняет учебно-исследовательскую деятельность самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
4.	Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, исходящей от педагога	Минимальный	Обучающийся не может воспроизвести услышанную информацию	
			Базовый	Обучающийся воспроизводит ½ услышанной информации с помощью педагога	
			Повышенный	Обучающийся воспроизводит ½ услышанной информации самостоятельно	
			Творческий	Обучающийся воспроизводит услышанную информацию самостоятельно почти дословно	
5.	Умение выступать перед аудиторией и участвовать в дискуссии	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации, самостоятельность	Минимальный	Обучающийся не может публично выступить, защитить свой проект, избегает обсуждения чужих выступлений.	

		и логика в построении дискуссионного выступления	Базовый	Обучающийся выступает публично, испытывает сложности в защите проекта, избегает обсуждения чужих выступлений.	
			Повышенный	Обучающийся выступает публично, испытывает сложности в защите проекта; воспринимает выступления других обучающихся, задает вопросы.	
			Творческий	Обучающийся выступает публично, не испытывает сложности в защите проекта, выделяет из выступлений других обучающихся главные моменты, задает вопросы.	
6.	Умение организовать свое рабочее (учебное) место, навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Способность самостоятельно подготавливать рабочее место к занятию и убирать за собой	Минимальный	Обучающийся не может организовать свое рабочее место	
			Базовый	Обучающийся организовывает свое рабочее место с помощью педагога	
			Повышенный	Обучающийся организовывает свое рабочее место, опираясь на советы педагога	
			Творческий	Обучающийся самостоятельно организовывает свое рабочее место.	

Оценочный лист

	ФИО обучающегося	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки					
		Критерий №1	Критерий №2	Критерий №1	Критерий №2	Критерий №3	Критерий №1	Критерий №2	Критерий №3	Критерий №4	Критерий №5	Критерий №6
1												
2												
3												
4												

5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

Обозначение диагностики:

н/с – минимальный;

с – базовый;

в/с – повышенный;

в – творческий.

Оценка воспитанности обучающихся

Для проверки достижения воспитательных целей и задач проще всего использовать педагогический метод наблюдений, который предполагает непосредственное восприятие изучаемых педагогических явлений, процессов. Для получения надежных (обоснованных) выводов необходимо следующее:

1. Наблюдения желательно проводить регулярно, в течение учебного года.

2. Обучающийся должен наблюдаться в разных образовательных ситуациях (на занятиях, в общении с товарищами, на мероприятиях и т.д.).

3. Вмешиваться в ход процесса наблюдения нельзя.

4. Результаты наблюдения фиксируются и оцениваются.

5. Для наиболее полной и точной оценки привлекаются педагог-психолог, методист, заведующий отделом.

№	ФИО	___ год обучения											
		Ситуации наблюдения											
		На занятиях			На массовых мероприятиях			С товарищами			Со взрослыми		

Критерии оценки воспитанности

1. Знание норм нравственности, этики взаимоотношений и общения;

2. Осознание необходимости единства внутренней потребности следовать нравственным нормам и привычкам, выполняя их в повседневной жизни;

3. Уровень выработанных привычек культуры поведения;

4. Доброжелательность, вежливость, деликатность;

5. Умение оценить свое поведение, принести извинения за бестактность, некорректное отношение с собеседником;

6. Умение сдерживать себя, не показывая плохое настроение, неуважительное отношение к личности по каким-либо причинам;

7. Умение выслушать, способность уважать мнение собеседника.

Приложение 6 к ДООП «Супер фаворит»

Контрольные нормативы

Возраст, лет	Уровень подготовленности					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег на 20 м (сек.)						
10	4,1	4,2–4,3	4,4–4,7	4,1	4,2–4,4	4,5–4,7
11	3,9	4,0–4,1	4,2–4,3	4,0	4,1–4,3	4,4–4,6
12	3,8	3,9–4,2	4,3–4,4	3,9	4,0–4,3	4,4–4,6
13	3,4	3,5–3,9	4,0–4,2	3,8	3,9–4,2	4,3–4,5
14	3,4	3,5–3,8	3,9–4,1	3,7	3,7–4,0	4,1–4,3
15	3,4	3,5–3,7	3,8–4,0	3,6	3,7–3,9	4,0–4,2
16	3,3	3,4–3,6	3,7–3,9	3,5	3,6–3,8	4,0–4,2
17	3,3	3,4–3,6	3,7–3,9	3,5	3,6–3,8	4,0–4,2
Высота подскока (см)						
10	33	27–33	22–26	33	27–32	21–26
11	38	33–37	28–32	36	31–35	26–30
12	41	35–40	30–34	41	35–40	29–34
13	44	39–43	34–38	43	37–42	31–36
14	48	43–47	39–42	45	39–44	34–38
15	54	48–53	41–47	46	40–45	35–39
16	61	56–60	50–55	48	41–47	36–40
17	61	56–60	50–55	48	41–47	36–40
Бег на 60 м (сек.)						
10	9,9	10,0–10,4	10,5–11,0	10,7	10,8–11,5	11,6–12,3
11	9,5	9,6–10,0	10,1–10,6	10,1	10,2–10,7	10,8–11,3
12	9,3	9,4–9,8	9,9–10,2	9,7	9,8–10,5	10,6–11,2
13	8,5	8,6–9,1	9,2–9,6	9,3	9,4–9,9	10,0–10,9
14	8,4	8,5–9,0	9,1–9,5	9,1	9,2–9,8	9,9–10,5
15	8,3	8,4–8,9	9,0–9,2	8,8	8,9–9,4	9,5–10,2
16	8,2	8,3–8,8	8,9–9,1	8,7	8,8–9,3	9,4–9,9
17	8,2	8,3–8,8	8,9–9,1	8,7	8,8–9,3	9,4–9,9

Примечание. Бег на *20 м и 60 м выполняется с высокого старта. Для измерения высоты подскока обучающийся не должен выходить за пределы квадрата 50*г50 см (точка отсчета при положении стоя на всей ступне).

Возраст, лет	Уровень подготовленности					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Ведение мяча на 20 м (сек.)						
10	10,6	10,7–11,1	11,2–11,7	11,0	11,1–11,6	11,7–12,2
11	9,7	9,8–10,3	10,4–10,9	10,5	10,6–11,0	11,1–11,5
12	9,5	9,6–10,1	10,2–10,6	10,4	10,5–11,0	11,1–11,5
13	9,1	9,2–9,6	9,7–9,9	9,6	9,7–10,2	10,3–10,9
14	8,7	8,8–9,3	9,4–9,6	9,4	9,5–10,0	10,1–10,7
15	8,2	8,3–8,8	8,9–9,3	9,1	9,2–9,8	9,9–10,5
16	8,0	8,1–8,7	8,8–9,2	9,0	9,1–9,7	9,8–10,4

17	8,0	8,1–8,7	8,8–9,2	9,0	9,1–9,7	9,8–10,4
Штрафные броски (из 10 раз)						
10	–	–	–	–	–	–
11	5	4	3	4	3	2
12	5	4	3	4	3	2
13	6	4–5	3	5	4	3
14	6	4–5	3	5	4	3
15	7	5–6	4	6	4–5	3
16	7	5–6	4	6	4–5	3
17	7	5–6	4	6	4–5	3
Броски в движении после ведения (из 5 раз)						
10	–	–	–	–	–	–
11	3	2	1	3	2	1
12	4	3	2	3	2	1
13	4	3	2	4	2–3	1
14	4	4	3	4	2–3	1
15	5	4–5	3	5	3–4	2
16	5	4–5	3	5	3–4	2
17	5	4–5	3	5	3–4	2
Броски с точек (из 20 раз)						
10	–	–	–	–	–	–
11	7	5	3	5	4	3
12	10	7	5	8	6	5
13	12	9–11	7–8	10	7–9	6
14	12	9–11	7–8	10	7–9	6
15	14	10–13	7–9	11	8–10	7
16	14	10–13	7–9	11	8–10	7
17	14	10–13	7–9	11	8–10	7

Примечание. *Ведение мяча на 20 м. Обучающийся ведет мяч правой рукой на 20 м. Фиксируется время продвижения (в сек.), а также дается экспертная оценка техники выполнения ведения.*

Приложение 7 к ДООП «Супер фаворит»

Контрольные упражнения

Контрольные упражнения	**Ошибки**
Серийные передачи мяча сверху двумя руками над собой. мальчики девочки “В” – 25 20 “В/С” – 20 15 “С” – 15 10 “Н” – менее 10 передач.	Мяч принимается на чрезмерно согнутые руки, на уровне груди или за головой. Отсутствие согласованности в движении рук, ног, туловища. Высота передачи ниже 1м.
Серийные передачи мяча снизу над собой. мальчики девочки “В” – 25 20 “ В/С ” – 20 15 “ С ” – 15 10 “Н” – менее 10 передач.	Мяч принимается на согнутые в локтевых суставах руки. Отсутствие согласованности в движении рук, ног, туловища. Высота передачи ниже 1м.
Нижняя прямая и боковая подачи из-за лицевой линии в зоны: 1, 5, 6. “ В ” – из 6, 4 подачи. “ В/С ” – из 6, 3 подачи. “ С ” – из 6, 2 подачи. “Н” – из 6, 0 подач.	Количество не выполненных подач в указанную зону.
Прямая верхняя подача из-за лицевой линии в указанную, правую или левую стороны площадки. “ В ” – из 6, 3 подачи. “ В/С ” – из 6, 2 подачи. “ С ” – из 6, 1 подачи. “Н” – из 6, 0 подач.	Количество не выполненных подач на указанную, левую или правую стороны площадки.
Верхняя боковая подача из-за лицевой линии (выполняется при желании). “ В ” – из 6, 3 подачи. “ В/С ” – из 6, 2 подачи. “ С ” – из 6, 1 подачи. “Н” – из 6, 0 подач.	Количество не выполненных подач в любое место противоположной площадки.
Нападающий удар через сетку из любой зоны с верхней передачи (в прыжке или без прыжка). “ В ” – из 6, 4 подачи. “ В/С ” – из 6, 3 подачи. “ С ” – из 6, 2 подачи. “Н” – из 6, 0 подач.	Не своевременный выход к мячу. Во время прыжка согнуты ноги. Не правильный замах рукой. Удар произведен с недостаточной силой.

Приложение 8 к ДООП «Супер фаворит»

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА
мониторинга результатов обучения детей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Супер фаворит»

группа _____ педагог д/о_____

ФИО учащегося																		
вид диагностики / **показатели**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**	**Стартовая**	**Промежуточная**	**Итоговая**
Формирование компетенций у обучающихся																		
Овладение теоретическими знаниями, предусмотренными программой.																		
Овладение практическими знаниями, предусмотренными программой.																		
Умение слушать и слышать педагога, принимать во внимание мнение товарищей.																		
Умение вести беседу: задавать вопросы собеседнику и отвечать на его вопросы.																		