

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
**«Тосненский районный детско-юношеский центр»**

**РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА**

на заседании Педагогического совета  
МБОУ ДО «Тосненский районный детско-  
юношеский центр»

Протокол от 02.05.23 № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ ДО «Тосненский  
районный детско-юношеский центр»

В.И. Сукорина  
Приказ от 02.05.23 № 8034



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«СЕКЦИЯ ВОЛЕЙБОЛА»**

Возраст обучающихся: 11 – 18 лет  
Срок реализации: 1 год  
Количество учебных часов: 56 часов

Автор-составитель:  
Лысенко Валерий Викторович,  
педагог дополнительного образования

Тосно  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовой основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Детская йога» являются следующие документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
- Федеральный закон от 24.03.2021 №51-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 30.12.2020 №517-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 26.05.2021 №144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- 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»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 25 августа 2020 года № 636 «Об утверждении методических рекомендаций о механизмах и критериях отбора спортивно одаренных детей»;
- Областной закон Ленинградской области от 24.02.2014 № 6-оз «Об образовании в Ленинградской области»;
- Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Тосненский районный детско-юношеский центр».

**Направленность** программы: физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения** – базовый;

**Актуальность** программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся старших классов в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

В настоящее время многие школьники ведут малоподвижный образ жизни, большое количество времени проводят за компьютером. Занятия по программе «Секция волейбола» позволяют детям и подросткам восполнить недостаток двигательной активности, овладеть основными навыками данного вида спорта. Программа предусматривает проведение

теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях (теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий). Содержание учебно-тренировочной работы в секции отвечает требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей школьников. В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями обучающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены. В конце учебного года проводятся итоговые соревнования. В группах занимаются дети с разным уровнем развития. Количественный состав 15 обучающихся. Это позволяет уделить внимание каждому ребенку и дать им полный объем знаний и умений, предусмотренных программой.

**Отличительная особенность** в том, что данная программа уделяет необходимое количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено мало внимания. Кроме этого, предполагается использование мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала. Совершенствование навыков и умений различных видов техники волейбола, развивая быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость повысить общую физическую подготовку, что позволит обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности и в других видах спорта. Занятия волейболом являются общедоступным видом спорта, раскрывающим себя в разнообразии дисциплин, т.е. видов спортивных упражнений: бега, прыжков, метания. Занятия волейболом способствуют положительному оздоровительному эффекту, высокой работоспособности, развитию волевых качеств личности.

#### **Адресат программы**

Участниками программы дополнительного образования по программе «Секция волейбола» являются дети и подростки 11-18 лет. Зачисляются все желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний. Группы формируются, из обучающихся, имеющих справку об отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям спортом от врача-педиатра и согласие родителей.

Наполняемость групп: от 15 человек.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Режим занятий:** два раза в неделю по 1 часу.

**Объем** тренировочной нагрузки в неделю: 2 часа.

Максимальное количество часов – 56 часов.

#### **Цель и задачи программы**

**Цель:** Формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение к регулярным тренировкам.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- сформировать знания и умения в области волейбола;
- обучить и совершенствовать технику двигательных действий;
- обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой, показателями физической подготовленности;

- обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

**Развивающие;**

- повысить техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- развивать основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию и гибкость;
- расширить функциональные возможности организма.

**Воспитательные:**

- воспитать организованность, самостоятельность, активность в процессе двигательной деятельности;
- воспитать нравственные и волевые качества личности обучающихся;
- воспитать привычку к занятиям физической культурой, как самостоятельно, так и в коллективе.

**Планируемые результаты освоения программы:**

***Предметные:***

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний об истории игры в баскетбол, правилах игры, организации и проведении соревнований по волейболу;
- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий по волейболу с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий по волейболу с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры волейбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

***Метапредметные:***

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

***Личностные:***

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил безопасного поведения во время занятий и соревнований.

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; тестирование и медицинский контроль; участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах; инструкторская и судейская практика обучающихся.

Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности, игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – элементарным и простым.

Отличительной особенностью данной образовательной программы от уроков физической культуры, является направленность на формирование учебно-исследовательских навыков, развитие интереса к предмету.

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Групповые и индивидуальные,
- Теоретические и практические занятия, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций и практическую части: ОФП и игры;
- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),
- Занятия оздоровительной направленности;
- Эстафеты;

Главная задача педагога дать обучающимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола. Образовательный процесс строится так, чтобы обучающиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: количество часов в год – 56 ч., 2 раза в неделю по 1 учебным часам.

### **Материально-технические условия**

Для реализации данной программы имеется и может быть использовано:

Для обучения тактики и техники надо всегда иметь раздаточный материал, инструкционные и технологические карты, упражнения. Это очень облегчает задачу обучения. Методическим приёмом является введение соответствующих ограничений в действиях игроков защиты и нападения и введение условностей.

*Необходимый спортивный инвентарь:*

- волейбольные мячи -10 штук;
- набивные мячи -7-10 шт;
- перекладины для подтягивания в висе – 1 шт.;
- волейбольная сетка;
- гимнастические маты;
- баскетбольные и теннисные мячи -10 штук;

*Спортивные снаряды:*

- гимнастические скамейки – 3 шт.;
- гимнастическая стенка – 3 пролета.

**Учебный план  
2023-2024 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
<b>1</b>	<b>Основы знаний</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
1.1	Вводное занятие, техника безопасности.	1	1	-	
1.2	История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу	1	1	-	
<b>2</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	
2.1	Гимнастические упражнения	7	2	5	
2.2	Лёгкоатлетические упражнения	10	3	7	
2.3	Подвижные игры	3		3	
<b>3</b>	<b>Техническая подготовка</b>	<b>20</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	
3.1	Техника передвижения и стоек	2	1	1	
3.2	Техника приёма и передач мяча сверху	3	1	2	
3.3	Техника приёма мяча снизу	2	-	2	
3.4	Боковая нижняя подача	2	-	2	
3.5	Нижняя прямая подача	2	-	2	
3.6	Прямая верхняя подача	2	-	2	
3.7	Нападающий удар, скидка	3	1	2	
3.8	Защитные действия, (страховка, падения)	2	1	1	
3.9	Одиночное блокирование	2	1	1	
<b>4</b>	<b>Тактическая подготовка</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	
4.1	Индивидуальные действия	2	-	2	
4.2	Групповые действия	2	1	1	
4.3	Командные действия	3	1	2	
4.4	Тактика защиты	3	1	2	
4.5	<b>Контрольные испытания и соревнования</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
	Всего:				

**Календарный учебный график  
На 2022-2024 учебный год**

Педагог дополнительного образования: Лысенко Валерий Викторович  
Наименование дополнительной общеобразовательной программы:  
«Секция волейбола»

Год обучения	№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель год	Количество учебных часов всего в год	Количество во учебных занятий (дней)	Режим занятий
2023/2024		01.11.2023	31.05.2024		56	56	2 раза в неделю по 1 часу

## Рабочая программа

В группах в большом объеме должны применяться различные упражнения, воспитывающие гибкость, ловкость, силу, подвижность в суставах (наклоны, сгибания, разгибания, вращения, махи), на месте и в движении, индивидуально, с партнером и в группе. Много времени следует отвести играм с мячом.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- Познакомить с историей возникновения данного вида спорта и его развития, с правилами игры и соревнований;
- Научить специальным упражнениям для овладения навыками игры;
- Знакомство с игровой специализацией по функциям игроков;
- Подготовка и выполнение нормативных требований по видам подготовки.
- Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
- Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;
- Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
- Освоить технику верхних передач;
- Освоить технику передач снизу;
- Освоить технику верхнего приема мяча;
- Освоить технику нижнего приема мяча;
- Освоить технику подачи мяча снизу.

#### *Развивающие:*

- Развитие двигательной активности, координации движений, выносливости;
- Развитие навыков игры в волейбол, тактических знаний, приёмов владения мячом и игровой ситуацией;
- Развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- Содействие правильному физическому развитию детей и подростков;
- Приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;

#### *Воспитательные:*

- Укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- Повышение общей физической подготовленности;
- Воспитание командного духа.



## **Планируемые результаты освоения программы:**

### *Предметные:*

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний об истории игры в баскетбол, правилах игры, организации и проведении соревнований по волейболу;
- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий по волейболу с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий по волейболу с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры в волейбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

### *Метапредметные:*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

### *Личностные:*

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил безопасного поведения во время занятий и соревнований.

По окончании учебного года обучения, учащийся должны:

1. Знать общие основы волейбола;
2. Расширять представление о технических приемах в волейболе;
3. Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;

4. Уметь играть по упрощенным правилам игры;
5. Владеть понятиями терминологии и жестикуляции;
6. Получить навыки технической подготовки волейболиста;
7. Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
8. Освоить технику верхних передач;
9. Освоить технику передач снизу;
10. Освоить технику верхнего приема мяча;
11. Освоить технику нижнего приема мяча;
12. Освоить технику подачи мяча снизу.

## Содержание программы

### Раздел 1.

#### Введение

Правила безопасности при занятиях волейболом.  
Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.  
Режим дня спортсмена.  
История возникновения и развития волейбола.  
Правила игры.

### Раздел 2.

#### Общая физическая подготовка (ОФП)

Значение ОФП в подготовке волейболистов.  
Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.  
Эстафеты. Подвижные игры.  
**Игровые задания** с элементами спортивных игр:  
волейбол: «Точный пас», «Вверх-вниз», «Навстречу через сетку»;

### Раздел 3.

#### Техническая подготовка (ТП)

Значение технической подготовки в волейболе.  
Стойки игрока.  
Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху).  
Поддачи снизу.  
Прямые нападающие удары.  
Защитные действия (блоки, страховки).

### Раздел 4.

#### Тактическая подготовка (ТП)

Правила игры в волейбол.  
Значение тактической подготовки в волейболе.  
Тактика подач.  
Тактика передач.  
Тактика приёмов мяча.

**Календарно-тематический план**  
На 2023/2024 учебный год

Дополнительная общеобразовательная программа «Секция волейбола».

Группа № \_\_\_\_ 1 год обучения

Расписание:

Педагог дополнительного образования: \_\_\_\_\_

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Тип занятия	Формы контроля	Дата проведения	
					план	факт
<b>1</b>	<b>Введение</b>	<b>2</b>	комбинированное	наблюдение		
1.1	Вводное занятие, техника безопасности.	1	комбинированное	наблюдение		
1.2	История развития волейбола. Правила игры и соревнований по волейболу	1	комбинированное	наблюдение		
<b>2</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>20</b>	комбинированное	наблюдение		
2.1	Гимнастические упражнения	7	комбинированное	наблюдение		
2.2	Легкоатлетические упражнения	10	комбинированное	наблюдение		
2.3	Подвижные игры	3	комбинированное	наблюдение		
<b>3</b>	<b>Техническая подготовка</b>	<b>20</b>	комбинированное	наблюдение		
3.1	Техника передвижения и стоек	2	комбинированное	наблюдение		
3.2	Техника приёма и передач мяча сверху	3	комбинированное	наблюдение		
3.3	Техника приёма мяча снизу	2	комбинированное	наблюдение		
3.4	Боковая нижняя подача	2	комбинированное	наблюдение		
3.5	Нижняя прямая подача	2	комбинированное	наблюдение		
3.6	Прямая верхняя подача	2	комбинированное	наблюдение		
3.7	Нападающий удар, скидка	3	комбинированное	наблюдение		
3.8	Защитные действия, (страховка, падения)	2	комбинированное	наблюдение		
3.9	Одиночное блокирование	2	комбинированное	наблюдение		
<b>4</b>	<b>Тактическая подготовка</b>	<b>10</b>	комбинированное	наблюдение		
4.1	Индивидуальные действия	2	комбинированное	наблюдение		
4.2	Групповые действия	2	комбинированное	наблюдение		

4.3	Командные действия	3	комбинированное	наблюдение		
4.4	Тактика защиты	3	комбинированное	наблюдение		
4.5	<b>Контрольные испытания и соревнования</b>	<b>4</b>	комбинированное	наблюдение		
	<b>Итого:</b>	<b>56</b>				

## Оценочные и методические материалы.

### Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Девочки	Мальчики
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м)	5,0	6,0
	в прыжке с места (м)	7,5	9,5

**Контрольно-переводные нормативы по технической подготовке  
(девушки и юноши)**

№ п/п	Контрольные нормативы	На конец учебного года
1.	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	3
2.	Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4	3
3.	Передача сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование)	-
4.	Подача на точность: 10-12 лет - верхняя прямая; 13-15 лет - верхняя прямая по зонам; 16-17 лет- в прыжке.	3
5.	Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (в 16-17 лет с низкой передачи)	3
6.	Нападающий удар с переводом из зоны 2 в зону 5, из зоны 4 в зону 1 (16-17 лет с передачи за голову)	3
7.	Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность	3
8.	Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность	2
9.	Блокирование одиночное нападающего из зоны 4 (2) по диагонали	2

**Контрольно-переводные нормативы по интегральной подготовке  
(девушки и юноши)**

№ п/п	Контрольные нормативы	На конец учебного года
1.	Прием снизу, верхняя передача	5
2.	Нападающий удар, блокирование	5
3.	Блокирование - вторая передача	5
4.	Переход после подачи к защитным действиям, после защитных действий к нападению	5

**ПРОТОКОЛ**  
**результатов промежуточной аттестации обучающихся**  
**2023/2024 учебный год**

Дополнительная общеобразовательная программа «Секция волейбола»

ФИО педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя):

№ группы: \_\_\_\_\_ Дата проведения: \_\_\_\_\_

Форма проведения контроля: \_\_\_\_\_

Критерии оценки результатов: по баллам

**Результаты промежуточной аттестации**

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметные	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

от 20 и более – высокий уровень;

от 13 до 19 баллов – средний уровень;

до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам промежуточной аттестации

- высокий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)

- средний уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)

- низкий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)

- отсутствовало \_\_\_\_\_ чел.

Освоили обучение по дополнительной общеобразовательной программе «\_\_\_\_\_»

\_\_\_\_\_ обучающихся (\_\_\_\_\_%).

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Заведующий отделом \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Методист \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



**ПРОТОКОЛ**  
**результатов итогового контроля обучающихся**  
**2023/2024 учебный год**

Дополнительная общеобразовательная программа «Секция волейбола»  
 ФИО педагога дополнительного образования (тренера-преподавателя):  
 № группы: \_\_\_\_\_ Дата проведения: \_\_\_\_\_  
 Форма проведения контроля: \_\_\_\_\_  
 Критерии оценки результатов: по баллам

**Результаты итогового контроля**

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии и параметры оценки			Сумма баллов	Уровень обученности
		Предметные	Метапредметные	Личностные		

Критерии уровня обученности по сумме баллов:

- от 20 и более – высокий уровень;
- от 13 до 19 баллов – средний уровень;
- до 12 баллов – низкий уровень.

По результатам итогового контроля

- высокий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- средний уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- низкий уровень обученности имеют \_\_\_\_\_ чел. (\_\_\_\_\_%)
- отсутствовало \_\_\_\_\_ чел.

По результатам итогового контроля \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_% ) обучающихся окончили обучение в полном объеме по дополнительной общеобразовательной программе «\_\_\_\_\_»

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
 Заведующий отделом \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
 Методист \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

### Формы и методы, используемые при изучении основных разделов программы

№ п/п	Название раздела	Форма занятий	Методы	Дидактический материал	Форма подведения итогов
1	Теоретическая подготовка.	Групповое занятие	Словесный	Карточки с заданиями. тестами	Тесты Опрос
2	Общесфизическая подготовка (ОФП)	Групповое занятие Индивидуальная работа	Круговая тренировка Наглядный Фронтальный	Кубики н/мячи барьеры	Подвижные игры Соревнования
4	Техническая подготовка (ТП)	Групповое занятие Круговая тренировка	Повторный Демонстрационный Метод усложнений условий выполнения	Мяч-амортизатор Магнитная доска в/мячи	Мини-волейбол Подводящие игры
5	Тактическая подготовка (ТПП)	Групповое занятие Круговая тренировка	Повторный Метод усложнений условий выполнения	Мяч-амортизатор Магнитная доска	Подвижные игры Соревнования
6	Контрольно-переводные нормативы (КПН)	Групповое занятие Индивидуальная работа	Фронтальный Соревновательный	Кубики н/мячи в/мячи	Соревнование

## Список информационных источников.

Данная программа составлена с использованием специальной литературы волейболу. В программе задействованы методики обучения двигательным навыкам, которые на данный момент являются наиболее современными и используются при подготовке волейболистов. Программа позволяет варьировать нагрузку ребенка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации. Занятия проводятся в группе, в которую зачисляются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий волейболом.

### Литература для педагога

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунынский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. -М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

### Литература для учащихся:

1. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С. Родиченко и др. - М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.

### Интернет – ресурсы

- <https://volley.ru/> - Федерация волейбола России  
<http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России.  
<http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации;  
<http://zdd.1september.ru/> - Здоровье детей  
<http://spo.1september.ru/> - Спорт в школе