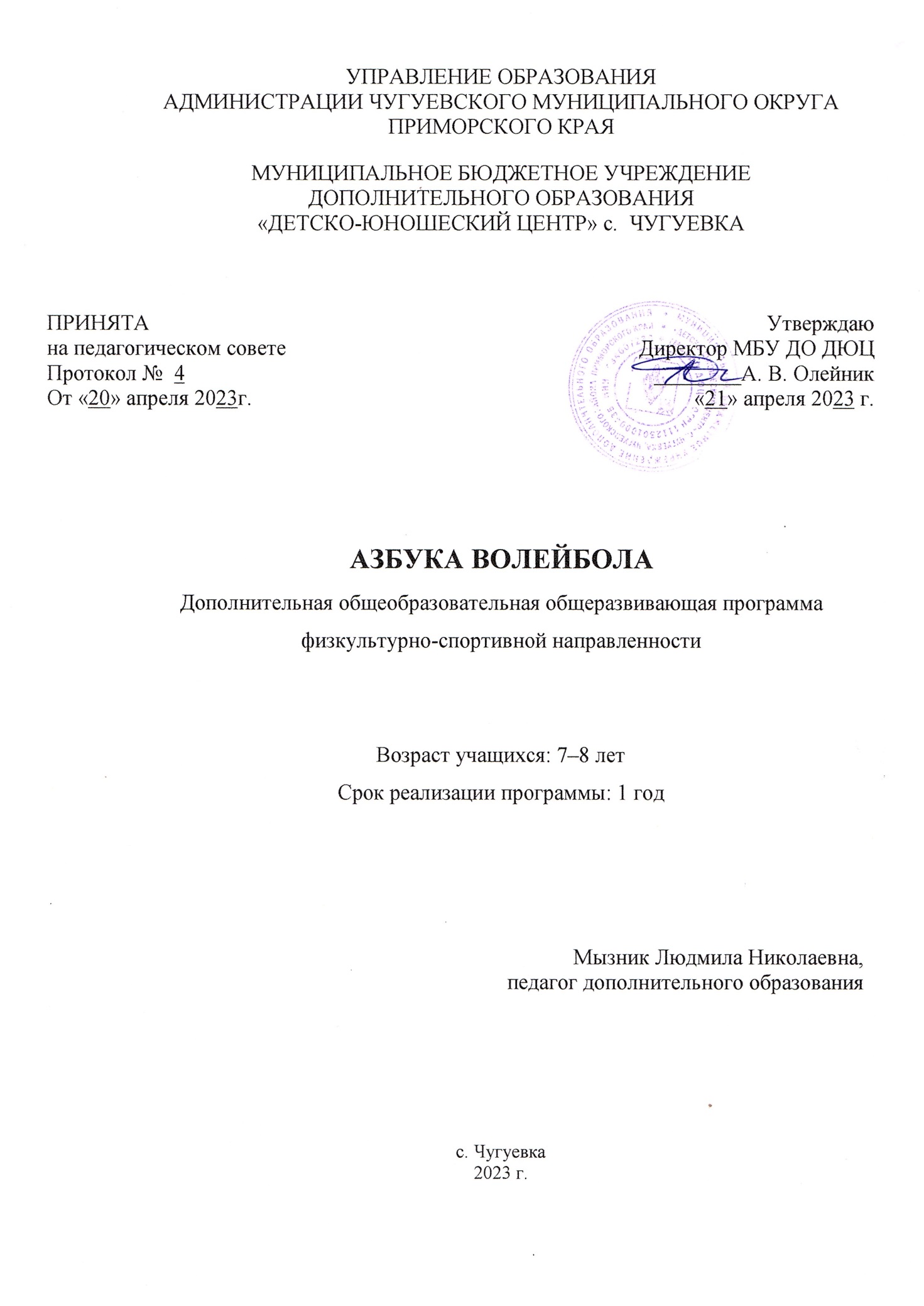
****

**Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ**

**1.1 Пояснительная записка**

**Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время предметам спортивной направленности уделяется большое внимание. В младшем школьном возрасте происходят значительные преобразования в деятельности всех физиологических систем детского организма. Каждому возрастному периоду жизни ребёнка присущи свои особенности, которые необходимо учитывать при физическом воспитании школьников. Зная их, можно рационально и оптимально строить процесс обучения и воспитания. Занятия по программе «Азбука волейбола» в детско-юношеском центре способствуют формированию здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Учитывая, что состояние здоровья детей является одним из наиболее чувствительных показателей, отражающих качество окружающей среды и адаптационные возможности организма ребёнка, необходимо удовлетворить потребность детей в организованной двигательной активности, способствовать укреплению здоровья с помощью игры в пионербол, волейбол как одним из средств физкультурно-спортивной оздоровительной направленности.

Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Так же занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов.

**Направленность программы** - физкультурно-спортивная.

**Язык программы** – государственный язык РФ – русский.

**Уровень освоения -** стартовый. Стартовый уровень обучения по программе даёт возможность ребёнку определиться с правильностью выбранного вида деятельности. Предусматривает воспитание интереса к спорту и приобщение к волейболу; начальному обучению технике и тактике, правилам игры; развитию физических качеств в общем плане и с учетом специфики волейбола, воспитанию умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и коллективно (подвижные игры, мини-волейбол).

Программа составлена с использованием специальной литературы по обучению волейболу. В программе задействованы методики обучения игре в волейбол, которые в 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.

Реализация программы подразумевает использование технологии критического мышления. Основная форма теоретического занятия – беседа с элементами проблемно поискового подхода, переходящая в дискуссию. Вопросы, на которые учащимся предстоит ответить в ходе занятия, формулируются таким образом, чтобы они позволяли создавать ситуации неожиданности, конфликта, предположения, опровержения.

**Адресат программы**

Программа «Азбука волейбола» объединения «Волейбол» адресована учащимся 1-2-х классов (7–8 лет) Чугуевского муниципального округа. При наборе и зачислении детей для обучения по данной программе учитывается следующие факторы:

- положительная мотивация к занятиям волейболом;

- отсутствие медицинских противопоказаний для занятий волейболом.

Младший школьный возраст**–**это возраст, когда ребёнок проходит первый этап школьного образования. В этот период складывается специфическая интеллектуальная способность общего характера – умение действовать в уме. Как нельзя лучше этот процесс мышления представлен в занятиях волейболом, поэтому эта игра признана оптимальным материалом или моделью для развития способностей действовать в уме. Развитие мышления в волейболе складывается, как искусственно-естественный процесс, в котором «искусственная» составляющая определяется усилиями учащего. Развитое мышление юного волейболиста характеризуется такими показателями, как самостоятельность, практичность, дисциплинированность, изобретательность, самообладание. Эти пять показателей являются основополагающими при формировании мышления юного спортсмена.

Количество обучаемых в объединении 10–20 человек.

**Организации образовательного процесса**

**Режим занятий**

Форма обучения - очная. Основной формой организации образовательного процесса являются занятие - тренировка и соревнование. Эти формы являются наиболее эффективны в плане подготовки и обучения.

Занятия состоят из теоретической и практической частей, причем, большую часть времени занимает практическая часть.

Групповые занятия из расчета 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

**Объём** учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию программы «Азбука волейбола» составляет 72 часа.

**Срок реализации программы**: продолжительность образовательного процесса – 1 год.

**1.2 Цель и задачи программы**

**Цель программы:** укрепление физического здоровья учащихся образовательных учреждений Чугуевского муниципального округа посредством игры в волейбол.

**Задачи программы**:

**Воспитательные:**

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;

- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;

- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

-воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни;

- способствовать снятию стрессов и раздражительности;

- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

**Развивающие**:

- развить координацию движений и основные физические качества;

- способствовать повышению работоспособности учащихся;

- развивать двигательные способности;

- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

**Обучающие**:

- обучить основным техническим приемам волейбола;

- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;

- обучить основным тактическим приёмам волейбола;

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

**1.3 Содержание программы**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, модуля, темы | Количество часов | | | Формы аттестации контроля |
| всего | теория | практика |
| **1** | **Основы знаний. Введение в программу** | **1** | **1** | **-** | **Тестирование** |
| 1.1 | Тема Вводное занятие | 1 | 1 | - |  |
| **2** | **Раздел 2. Общая физическая подготовка** | **9** | **0.5** | **8.5** |  |
| 2.1 | Тема: Общеразвивающие упражнения | 9 | 0.5 | 8.5 |  |
| **3** | **Раздел 3. Специальная физическая подготовка** | **9** | **0.5** | **8.5** |  |
| 3.1 | Тема: Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий | 9 | 0.5 | 8.5 |  |
| **4** | **Раздел 4. Техническая подготовка** | **40** |  | **40** | **Входное тестирование** |
| 4.1 | Тема: Основы техники игры. Стойка. Перемещения в стойке | 4 | 1 | 3 | Итоговое тестирование |
| 4.2 | Тема: Основы техники игры. Передача мяча | 9 | 0.5 | 8.5 | Зачет |
| 4.3 | Тема: Основы техники игры Приём мяча снизу двумя руками | 9 | 0.5 | 8.5 | Зачет |
| 4.4 | Тема: Основы техники игры. Подача мяча | 9 | 0.5 | 8.5 | Зачет |
| **5** | **Тактическая подготовка** | **9** | **0.5** | **8.5** | **Зачет** |
| 5.1 | Тема: Основы тактики игры |  |  |  |  |
| **6** | **Интегральная подготовка.** | **11** | **0.5** | **10.5** |  |
| **7** | **Контрольно-оценочные испытания** | **2** | **0.5** | **1,5** | **Сдача контрольных нормативов** |
|  | Итого | 72 | 4 | 68 |  |

**Содержание учебного плана**

**Раздел 1: Основы знаний. Введение в программу.**

**Тема 1.1: Вводное занятие.**

*Теория*. Введение в общеобразовательную программу. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Закаливание организма. Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение. Оказание первой медицинской помощи. Физическая культура и спорт в России. История возникновения волейбола.

**Раздел 2: Общая физическая подготовка.**

**Тема 2.1: Общеразвивающие упражнения.**

*Теория*. Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

*Практика*. Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

**Раздел 3: Специальная физическая подготовка.**

**Тема 3.1: Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий.**

*Теория*. Значение СФП в подготовке волейболистов. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

*Практика*. Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойки волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии) - сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег 3х5. Бег (приставные шаги) в колонне по одному (в шеренге) вдоль границ площадки.

**Раздел 4: Техническая подготовка.**

**Тема 4.1: Основы техники игры. Стойка. Перемещения в стойке**

*Теория*. Значение технической подготовки в волейболе.

Понятие о стойке игрока, перемещение в стойке. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений и стоек с техническими приемами Техника передвижений в стойке волейболиста с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу

*Практика*. Действия без мяча. Перемещения и стойки: - стартовая стойка (И.п.) в сочетании с перемещениями; - ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперёд; - перемещения приставными шагами спиной вперёд; - двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; - прыжки; - сочетание способов перемещений.

**Тема 4.2: Основы техники игры. Передача мяча.**

*Теория*. Специальные технические приемы. Понятие передачи мяча сверху двумя руками. Техника передачи мяча в парах на месте, со сменой мест.

*Практика*.  Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками: - передача на точность, с перемещением в парах; - встречная передача, передача в треугольнике. Отбивание мяча в прыжке кулаком через сетку в непосредственной близости от неё. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад.

**Тема 4.3: Основы техники игры. Приём мяча снизу двумя руками.**

*Теория*. Правильное положение рук и ног при выполнении нижнего приема. Передвижения при выполнении приема. Правила безопасного выполнения.

*Практика*.  Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Прием мяча снизу в группе.

**Тема 4.4: Основы техники игры. Подача мяча.**

*Теория*. Специальные технические приемы подачи мяча

*Практика*. Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Нижняя прямая подача мяча. Верхняя прямая подача мяча.

**Раздел 5: Тактическая подготовка.**

**Тема 5.1: Основы тактики игры.**

*Теория.* Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

*Практика:* Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации.  Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

**Раздел 6: Интегральная подготовка.**

*Теория:* Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

*Практика:* Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру. Специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

**Раздел 7: Контрольно-оценочные испытания**

**Тема 7.1: Итоговое занятие**

*Теория*. Правила сдачи контрольно-оценочных испытаний

*Практика*. Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, нападающий удар.

**1.4 Планируемые результаты**

Основной показатель работы дополнительного образования по волейболу - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической и теоретической подготовленности.

**Личностные результаты**: обучающиеся по программе «Азбука волейбола» будут:

- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий по волейболу, их планирования и содержательного наполнения;

- владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из волейбола и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой;

**Метапредметные результаты**

*Обучающиеся будут уметь***:**

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- 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;

- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- овладеют основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

**Предметные результаты**

К концу обучения по данной программе учащиеся будут

**знать:**

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;

- как правильно распределять свою физическую нагрузку;

- правила игры в волейбол;

- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;

- правила проведения соревнований;

- значение утренней гимнастики и правило ее проведения;

- понятие о гигиене и правило ее соблюдения;

- правила соревнований по волейболу;

- гигиенические требования к одежде и спортивной форме

**уметь:**

- проводить специальную разминку для волейболиста

- овладеют основами техники волейбола;

- овладеют основами судейства в волейболе;

- вести счет;

- выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;

- выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;

- выполнять специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи;

- играть по упрощенным правилам волейбола;

- применять полученные знания в ходе учебной игры.

**РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

**2.1 Условия реализации программы**

**1. Материально-техническое обеспечение:**

Для занятий по программе требуется:

1) спортивный зал (18×9 м);

2) спортивный инвентарь и оборудование и его соответствие технике безопасности:

1.сетка волейбольная – 1 штука;

- стойки волейбольные – 2 штуки;

- мячи волейбольные – 15 штук;

- мячи футбольные – 4 штуки;

- мячи теннисные – 10-12 штук;

- фишки – 10 штук;

- гантели – 10-12 пар;

- гимнастическая стенка – 6-8 пролетов;

- гимнастические скамейки – 3-4 штуки;

- гимнастические маты – 3 штуки;

- кольца баскетбольные –2 штуки;

- скакалки – 15-20 штук;

- рулетка – 1 штука;

- секундомер – 2 штуки;

- насос ручной – 1 штука;

- макет площадки с фишками – 1 комплект;

3)Техническое оснащение:

- проектор;

- экран;

- видео – диски;

- магнитофон;

- компьютер.

**2. Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

*Аудио, видео-, фото-, интернет-источники:*

- <https://spo.1sept.ru/spoarchive.php> Газета в газете «Спорт в школе»

- <http://www.abcsport.ru/> Обзор спортивных школ и спортивных обществ

*Дидактическое обеспечение программы*:

- Картотека упражнений по волейболу (карточки).

- Картотека общеразвивающих упражнений для разминки

- Схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе.

- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»

- «Правила игры в волейбол».

- Видеозаписи выступлений обучающихся.

- «Правила судейства в волейболе».

- Регламент проведения турниров по волейболу различных уровней

*Нормативно-правовая база:*

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 2073-ФЗ «Об образовании в РФ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09–3242 «О направлении информации»

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;7. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детей «Детско-юношеский центр» с. Чугуевка;

*Список литературы для педагога:*

1. Безбородов А.: Практические занятия по волейболу. Учебное пособие, - СПб.: Лань, 2022 г. - 76 с.
2. Витман Д.Ю., Эртман Ю.Н.: Теория и методика обучения базовым видам спорта. Спортивные игры (волейбол) — краткосрочный курс, -СПб.: Лань, 2022 г. – 88с.
3. Журин А. В. Волейбол. Техника игры, Учебное пособие, - СПб.: Лань, 2022 г. – 56 с.
4. Журин А. В. Спортивные игры. Анализ технических приемов игры в волейбол. Учебное пособие, - СПб.: Лань, 2022 г. – 60 с.

*Список литературы для обучающихся:*

1. Лев Россошик: Праздник, который всегда со мной. – М.: Спорт, 2018 г. – 240 с.

**2.2 Оценочные материалы и формы аттестации**

**Формы аттестации**

Программа предусматривает входящую, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

Основной критерий спортивно-оздоровительной работы - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатами в начале года.

**Входящий контроль.** Проводится в начале учебного года для определения уровня физической подготовки

Упражнения для оценки уровня физической подготовленности каждого ребенка:

- челночный бег 5х6;

- бросок набивного мяча 1 кг двумя руками из-за головы сидя;

- прыжок в длину с места.

Основной критерий спортивно-оздоровительной работы - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатами в начале года (индивидуально - ориентируемся по показателям каждого ребенка в начале и в конце учебного года)

**Промежуточный контроль** 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.

**Текущий контроль** выполнения технических приемов регулярно проводится в виде: соревновательных упражнений («Кто больше», «Точно в цель» и т.п.). А также в виде: контрольных и товарищеских игр. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

**Итоговая аттестация** проводится в конце обучения и предполагает зачет в форме тестирования по общей физической подготовке и контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Умения и навыки проверяют во время участия обучающихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства внутригрупповых соревнований.

**Оценочные материалы**

Пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение обучающимися планируемых результатов дополнительной общеразвивающей программы (ФЗ № 273, ст.2, п.9; ст. 47, п.5).

**Содержание и методика контрольных испытаний**

**Физическое развитие**

**Техническая подготовка**

Оценка нормативов по технической подготовке выполняется в зависимости от года обучения.

**Теоретическая подготовка**

Специальные знания проверяются систематически при помощи контрольных бесед во время практических трени­ровочных занятий, для чего выделяется время (5-10 мин).

**Формы отслеживания и фиксации результатов реализации программы:**

Аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, материал

тестирования, протокол соревнований, фото, видеозапись игр, отзывы детей

и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

аналитический материал по итогам проведения диагностики,

диагностическая карта, открытое занятие, соревнования

**2.3. Методическое обеспечение программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Тема программы** | **Форма организации и проведения занятия** | **Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса** | **Дидактический материал, техническое оснащение занятий** | **Вид и форма контроля, форма предъявления результата** |
| 1 | Основы знаний. Введение в программу | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная | Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала.  Конспекты занятий для педагога. | Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства. | Вводный, положение о соревнованиях по волейболу. |
| 2 | Общефизическая подготовка | Индивидуальная, групповая, подгрупповая,  поточная, фронтальная | Словесный,  наглядный показ,  упражнения в парах, тренировки | Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего | Тестирование,  карточки судьи, протоколы |
| 3 | Специальная подготовка | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах | Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. | Литература, схемы,  справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего | Зачет, тестирование, учебная игра,  промежуточный тест. |
| 4 | Техническая подготовка | Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах | Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.  Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего  Терминология, жестикуляция. | Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест,  соревнование |
| 5 | Тактическая подготовка. | групповая, подгрупповая, коллективно-групповая | практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра. | Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи | Учебная игра,  промежуточный отбор,  соревнование |
| 6 | Интегральная подготовка | Групповая, подгрупповая, коллективная, в парах | Словесный, объяснение, беседа, практические занятия.Рассказ, показ, демонстрация | Наглядный материал | Учебная игра, |
| 7 | Контрольно-оценочные испытания кая часть) | Организация и проведение выполнения нормативов. | Методические рекомендации по проведению нормативов. | Оборудованный спортивный зал. | Результаты контрольных испытаий. |

**2.4. Календарный учебный график**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продолжительность учебного года, неделя | | 36 |
| Количество учебных дней | | 72 |
| Продолжительность учебных периодов | 1 полугодие | 11.09.2023- 31.12.2023 |
| 2 полугодие | 09.01.2024- 31.05.2024 |
| Возраст детей, лет | | 7-8 лет |
| Продолжительность занятия, час | | 1 |
| Режим занятия | | 2 раза/нед |
| Годовая учебная нагрузка, час | | 72 |

**2.5. Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия | Объем | Дата проведения |
| Проведение практических учений и инструктажей с обучающимися:   * «Как вести себя при террористическом акте»; * «Правила пожарной безопасности»; * «Правила техники безопасности»;   «Правила поведения на дорогах» |  | 01.09.23. -05.09.23 |
| Праздник «День рождения района» |  | 14.09.23 |
| Мероприятия, посвящённые Дню Приморского края |  | 25.10.23 |
| Мероприятия, посвящённые Дню народного единства |  | 04.11.23 |
| Мероприятия, посвящённые Дню согласия и примирения |  | 07.11.23 |
| Районные соревнования по волейболу |  | В течение года |
| Мероприятия, посвящённые Международному Дню прав человека |  | 10.12.23 |
| Новогодние утренники |  | 26.12.23-30.12.23 |
| Военно-патриотический месячник |  | 23.01.24.-23.02.24 |
| Акция против употребления ПАВ «Мы за здоровый образ жизни» |  | 29.01.24 |
| Соревнования ко Дню защитника Отечества |  | 23.02.24 |
| Военно–спортивная игра «Зарница» |  | февраль |
| Неделя здоровья |  | 01.04.24.-08.04.24 |
| Патриотический месячник, посвящённый годовщине Победы над фашистской Германией |  | 15.04.24.-15.05.24 |
| Игра - соревнование, посвящённая Международному дню защиты детей «Праздник детства» |  | 01.06.24 |

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Волейбол: теория и практика. Учебник / под общей редакцией В. В. Рыцарева / - М.: Спорт, 2019. – с. 456, ил.

2. Губа В. П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства: монография / В. П. Губа, Л. В. Булыкина, П. В. Пустошило. – М.: Спорт, 2019. – 192 с.

3. Иорданская Ф. А. Функциональная подготовленность волейболистов: диагностика, механизмы адаптации / Ф. А. Иорданская. – М.: Спорт, 2019. – 176 с.

4. А. А. Безбородов. Практические занятия по волейболу. – М.: Из-во Лань, 2022 г.

5. Е. В. Фомин, Л. В. Булыкина, Л. В. Силаева. Физическое развитие и физическая подготовка юных волейболистов. М.: Спорт, 2019 г.

6. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. / учебное пособие Е.Ю. Коротаева. - М.: Проспект, 2019.-145с.