
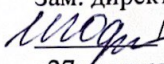


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Гимназия №25» города Курска

ПРИНЯТО

Решением методического
объединения педагогов
дополнительного образования
МБОУ «Гимназия №25»
Протокол от «23» августа 2024 г.
№1
Руководитель МО
 /Косяшникова Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР
 Людина М.И.
«27» августа 2024 года

Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности

«Волейбол»

(физкультурно-спортивная направленность)

Уровень основного общего образования

Срок освоения программы: 1 год (6 классы)

Составитель:

Трунова В.М.,
Учитель физической культуры МБОУ «Гимназия №25» г.Курска

Курск, 2024

Оглавление

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	2
1.1. Пояснительная записка	2
1.2. Цель программы.....	6
1.3. Задачи программы	6
1.4. Планируемые результаты	8
1.5 Содержание программы	8
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	13
2.1. Календарный учебный график.....	13
2.2. Оценочные материалы.....	13
2.3 Формы аттестации.....	14
2.4. Методическое обеспечение программы.....	14
2.5 Условия реализации программы	17
2.6 Рабочая программа воспитания	19
Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 уч. год	20
2.7. Список литературы	21
Приложение 1	23
Приложение 2	33

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база программы «Волейбол»:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. от 29.12.2022 г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023 г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р;
- Стратегия безопасности дорожного движения в Российской Федерации на 2018 - 2024 годы, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 08.01.2018 г. №1-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;

- Постановление Правительства Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685

-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. №2;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- 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);

- Закон Курской области от 09.12.2013 г. №121-ЗКО «Об образовании в Курской области»;

- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.03.2023 г. №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

- Устав МБОУ Гимназия №25 г. Курска, утвержденный приказом № _____ от _____ г.

- Положение «О дополнительных общеразвивающих программах МБОУ СОШ № 59 г. Курска утвержденное приказом МБОУ Гимназия № 25 г. Курска, № _____ от _____ г.;

Приказ Министерства образования и науки Курской области от 22.08.2024 № 1-1126 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеразвивающих программ;

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы: волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных.

Отличительной особенностью программы является то, что она волейбол пользуется большой популярностью во всем мире, особенно среди молодежи. Занятия волейболом способствуют развитию многих физических способностей: силы рук и плечевого пояса, прыгучести, быстроты реакции, координации движений в пространстве и во времени. Волейбол считается одним из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными, как невысокого роста, так и высокого. Занятия с мячом улучшают реакцию ребенка, формируя и укрепляя ее, кроме того, в процессе игры тренируются сразу нескольких групп мышц, а также общая выносливость организма, что очень важно для детского организма. К тому же, волейбол — это командная игра. Поэтому, играя, ребенок становится ближе к

коллективу, налаживая товарищеские отношения и улучшая свои навыки общения. Также детский спорт развивает дух соперничества между игроками разных команд. С самого детства ребенок будет стремиться к высотам, развивая упорство и силу воли, которые потом обязательно пригодятся ему в будущем. Волейбол один из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными

Уровень программы – стартовый.

Адресат программы: детей 11-13 лет, младший школьный возраст. Возраст 11-13 лет – значимый период многоаспектного развития интеллектуальных способностей, физических возможностей детей, их социально-личностных качеств, наиболее благоприятный для формирования устойчивых навыков и привычек, в том числе сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.

Младшие школьники легко вступают в общение, стремятся к активной практической деятельности, одобряемой со стороны взрослых. На данном возрастном этапе актуально проводить занятия, на которых будут получены сведения о безопасном поведении участников дорожного движения, так как у детей еще не в полной мере сформирована защитная психологическая реакция на дорожную обстановку, которая свойственна взрослым. Учитывая ведущий тип деятельности в младшем школьном возрасте, образовательный процесс должен строиться с применением дидактических, подвижных, сюжетно-ролевых игр и практических заданий.

Объём и срок освоения программы: 136 часа, 1 год обучения.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раза в неделю по 4 академических часа, продолжительностью 40 минут. Перерыв между занятиями - 10 минут.

Форма обучения: очная.

Язык обучения: русский.

Форма проведения занятий: групповая.

Особенности организации образовательного процесса: на обучение по программе могут быть приняты все желающие независимо от уровня подготовки, физических данных. Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана для спортивно-оздоровительного этапа подготовки для детей в возрасте от 11 до 13 лет. Срок её реализации – 1 год.

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта.

Набор детей производится, независимо от половой принадлежности, физических и психологических особенностей, но относящиеся к основной группе здоровья. Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся, имеющих разрешение врача и на основании заявления родителей. Комплекуются разновозрастные группы. Допускается деление группы на 2 подгруппы.

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

1.2. Цель программы

Цель: снабдить учащихся знаниями о технике и тактике игры в волейбол. Содействовать укреплению здоровья детей 11-13 лет. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

1.3. Задачи программы

образовательные:

- популяризация волейбола и привлечение максимального количества детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- укрепление здоровья обучающихся, закаливание организма, утверждение здорового образа жизни;
- всестороннее развитие физических способностей обучающихся;
- воспитание личностных качеств юных спортсменов;
- овладение основами выбранного вида спорта – волейбол.
- сформировать общие представления о технике и тактике игры в волейбол.
- обучить приемам волейбола, сформировать начальные навыки судейства.
- научить занимающихся применять полученные знания в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях.

развивающие:

- совершенствование физического здоровья;
- повышение устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов;
- совершенствование волевых и нравственных качеств личности;
- усиление мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование представлений о здоровом образе жизни.

воспитательные:

- формирование лидерских качеств;
- умение подчинять личные интересы коллективным;
- формирование основ здорового образа жизни ;
- формирование позитивной самооценки совершенствование навыков социальной адаптации;
- совершенствование коммуникативных навыков.

1.4. Планируемые результаты

Обучающиеся будут знать:

- расстановку игроков на поле;
- правила перехода игроков по номерам;
- правила игры в мини-волейбол;
- правильность счёта по партиям.
- расстановку игроков на поле при приёме и подаче соперника;
- классификацию упражнений, применяемых в тренировочном процессе;

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять перемещения и стойки;
- выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками;
- выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров;
- выполнять перемещения и стойки;
- выполнять приём мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2;
- выполнять передачи мяча снизу над собой в круге;
- выполнять нижнюю прямую, боковую подачу на точность;

Обучающиеся научатся:

- ведение счёта по протоколу.

1.5 Содержание программы

Учебный план

Таблица 1

№п/п	Наименование раздела	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теория	Практика	

1	Теоритические основы знаний	10	2		Опрос
2	Общая физическая подготовка	80		21	Контроль
3	Техническая подготовка	26		26	
4	Тактическая подготовка	20		20	
5	Спортивные соревнования	1	1	1	
6.	Теоретические основы знаний	2	2		Зачет
Всего часов		136	4	68	

Содержание учебного плана

Раздел 1.

Теоретические основы знаний (2 часа)

Тема №1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования. Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома. Влияние физических упражнений на организм человека. Закаливание и здоровье.

Тема №2. История развития волейбола. Правила игры и соревнований.

Теория: История возникновения волейбола. Развитие волейбола в России.

Правила игры. Форма аттестации и контроля: Тестирование.

Раздел 2.

Общая физическая подготовка (80 час).

Тема: Основы общей физической подготовки.

Практика: Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

- Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного 11 сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами - со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг). Из различных исходных положений. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа
- поднятие ног с мячом.
- Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.
- Подвижные игры: “День и ночь”, “Салки без мяча”, “Караси и щука”, “Волк во рву”, “Третий лишний”, “Удочка”, “Круговая эстафета”, **комбинированные эстафеты.**

Раздел 3.

Техническая подготовка (26 часов).

Тема: Основы технической подготовки.

Практика: Овладение техникой передвижений и стоек. Стойка игрока (исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед.

Сочетание способов перемещений.

- Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками;

передача мяча, подвешенного на шнуре;

с собственного подбрасывания;

с набрасывания партнера;

в различных направлениях на месте и после перемещения;

передачи в парах;

отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее;

с собственного подбрасывания;

подброшенного партнером - с места и после приземления.

Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

- Овладение техникой подачи: нижняя прямая; подача мяча, подвешенного на шнуре, установленного в держателе; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

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

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

Раздел 4.

Тактическая подготовка (20 часов).

Тема: Основы тактической подготовки.

Практика: Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

- Групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

- Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

Раздел 5.

Спортивные соревнования (1 час).

Формы аттестации и контроля: участие в соревнованиях.

Раздел 6.

Теоретические основы знаний (2 часа).

Тема №1-2: Итог работы за год.

Теория: Разбор проведенных игр. Разбор и устранение ошибок.

Форма контроля: Зачет.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Группа, номер группы	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных	Режим Занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	1	1	02.09.24	31.05.25	34	72	136	1 раз в неделю по 4	4 ноября, 1-9 января, 8 марта, 23 февраля, 1, 9 мая	Декабрь май

2.2. Оценочные материалы

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

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.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года обучения и предполагает зачет в форме тестирования по общей физической подготовке и контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени 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 соревнований.

2.3 Формы аттестации

Для отслеживания результативности образовательной деятельности проводится следующий контроль: входной (на начало года), текущий (на каждом занятии), промежуточный (по завершении раздела), итоговый (в конце каждого полугодия, в конце учебного года).

Формы отслеживания, фиксации, предъявления, демонстрации образовательных результатов:

Журнал учета работы педагога, наблюдение и дневник наблюдений, опрос, самостоятельная работа, мониторинг результатов обучения, фотоматериалы, видеозаписи, открытое занятие, выставки, аналитический материал по итогам проведения диагностики, аналитический материал по итогам тестирования и мониторинга.

Формы промежуточной аттестации

Формы промежуточной аттестации: опрос, тестирование, зачет, самостоятельная работа, командные игры, сдача нормативов.

Аттестация обучения проводится дважды: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия.

2.4. Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии

На занятиях применяются следующие современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы: технология личностно-ориентированного обучения, технология продуктивного обучения,

технология сотрудничества, технология создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

Особенности и формы организации образовательного процесса:

При организации образовательного процесса в хореографической студии, предусматриваются различные формы организации учебной деятельности:

- групповая
- индивидуальная
- фронтальная (сводная репетиция двух или более групп).

Методы обучения

В процессе реализации программы применяются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- практический (упражнения, тренировка, самостоятельная работа);
- наглядный (показ педагога, видеопросмотры тренировок и выступлений других спортсменов);
- репродуктивный (повторение освоенных приёмов в волейболе, самостоятельная работа);
- метод стимулирования (поощрения, эмоциональный отзыв);
- метод самоконтроля, формирования ответственности учащихся (самоанализ освоенных движений в волейболе, самостоятельная работа, самоподготовка к соревнованиям, анализ собственного выступления площадке);
- метод контроля (опросы, наблюдение; контроль нормативов по общей, специальной физической и технической подготовке; контрольные соревнования, турниры).

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов обучения по выбору педагога.

Примерный алгоритм проведения учебного занятия

Таблица 3

	Этап занятия	Вид деятельности
1	Организационный этап	Организация учащихся на начало занятия. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.
2	Подготовительный этап	Комплекс разминочных общеукрепляющих упражнений. Подготовительные упражнения (перемещения, различные виды базовой техники).

3	Основной этап	Отработка базовой техники с партнером и без. Наработка технических действий в паре с партнером.
4	Завершающий этап	Подвижные игры или комплекс упражнений на растягивание. Заминка (восстановительные упражнения). Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия. Подведение итогов занятия.

Типы учебного занятия по дидактической цели:

Изучение и первичное закрепление новых знаний, закрепление знаний и способов деятельности, комплексное применения знаний и способов деятельности, обобщение и систематизация знаний и способов деятельности проверка, оценка знаний и способов деятельности (контрольное занятие), комбинированное занятие.

Формы учебного занятия по особенностям коммуникативного взаимодействия:

Традиционное учебное занятие, практическое занятие, занятие-тренировка, занятие-соревнование.

Методические материалы: наглядные пособия, раздаточный материал, мультимедийные презентации, видео-, фотоматериалы и т.д.

Дидактические материалы. Индивидуальные комплекты дидактических материалов для каждого обучающегося, разработки занятий, тематические схемы, таблицы, иллюстрации, книги, журналы, специализированная учебная литература, тематические фото- и видеоматериалы.

Дидактические и методические материалы

Таблица 4

№	Название разделов	Дидактические и методические материалы
1	Введение в программу	Физкультурно-оздоровительные комплексы; специализированная учебная литература по волейболу; аудио и видеоматериалы, методические рекомендации по организации образовательного процесса; мультимедийные презентации: Гигиена спортсмена. История волейбола. История возникновения волейбола.

2	Теоретическая подготовка	Фотографии; рисунки; учебные и методические пособия; специальная литература; учебно-методическая литература; научно-популярная литература; оборудование и инвентарь
	Общая физическая подготовка	Учебно-методические пособия; правила соревнований по волейболу; оборудование для соревнований; электронные презентации; видеофильмы с соревнованиями различного уровня
3	Специальная физическая подготовка	Учебно-методические пособия; правила соревнований по волейболу; оборудование для соревнований; электронные презентации; видеофильмы с соревнованиями различного уровня
4	Техническо-тактическая подготовка	Видеоматериалы «Техника в волейболе»;
5	Промежуточная аттестация	Учебно-методические пособия; правила соревнований по волейболу; оборудование для соревнований; электронные презентации; видеофильмы с соревнованиями различного уровня
6	Участие в спортивных мероприятиях	Учебно-методические пособия; правила соревнований по волейболу; оборудование для соревнований; электронные презентации; видеофильмы с соревнованиями различного уровня

2.5 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для проведения занятий в образовательном учреждении используется зал: размеры 18х9м., волейбольная площадка.

Также используется для проведения занятий следующее оборудование и инвентарь:

- сетка волейбольная;

- стойки волейбольные;
- гимнастические стенки;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические маты;
- скакалки;
- мячи волейбольные.

Кадровые условия. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональную подготовку по профилю деятельности и соответствующий профессиональному стандарту по должности «педагог дополнительного образования».

Информационные условия

1. <https://www.youtube.com/watch?v=78YbppnFLJY>- Волейбол. Поддача мяча (видео)
2. https://www.youtube.com/watch?v=raGDDMgpXCU&ab_channel=%D0%9D%D0%95%D0%9C%D0%90%D0%A1%D0%A2%D0%95%D0%A0%D0%A1%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%A2%D0%90- техника нападающего удара (видео)
3. https://www.youtube.com/watch?v=GpUge_VEtjE&ab_channel=%D0%9D%D0%95%D0%9C%D0%90%D0%A1%D0%A2%D0%95%D0%A0%D0%A1%D0%9F%D0%9E%D0%A0%D0%A2%D0%90 – техника передачи снизу (видео)
4. https://www.youtube.com/watch?v=K9p8BXufjEI&ab_channel=%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F- как подавать подачу (видео)

2.6 Рабочая программа воспитания

Цель – формирование ценностных ориентиров учащихся, формирование общей культуры личности, создание условий для саморазвития и самореализации личности

Задачи: – помочь сформировать позитивное отношение к окружающему миру, найти свое место в этом мире, научиться определять и проявлять активную жизненную позицию;

- привить стремление к проявлению высоких нравственных качеств, таких, как уважение человека к человеку, вежливость, бережное отношение к чести и достоинству личности, отзывчивость, ответственность, любовь ко всему живому;

- нейтрализовать (предотвратить) негативное воздействие социума;

- развивать творческий потенциал;

Направления деятельности:

- духовно-нравственное;

- культура безопасности жизнедеятельности;

- здоровьесберегающее;

Формы, методы, технологии

Формы: праздник, соревнование, экскурсия, акция, конкурсно - развлекательные программы, беседа.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, поддержка, стимулирование, коллективное мнение, положительная мотивация, создание ситуации успеха.

Технологии:

- Педагогическая поддержка;

- Игровые технологии.

Диагностика результатов воспитательной деятельности

Таблица 5

Периодичность	Качества личности учащихся	Методы (методики)	Ответственный	Итоговые документы
---------------	----------------------------	-------------------	---------------	--------------------

2 раза в год (октябрь, апрель-май)	Культура поведения	Опрос, тестирование, наблюдение	педагог дополнительного образования	Результат тестирования
2 раза в год (сентябрь, апрель)	Уровень развития физических качеств учащихся: выносливость, реакция, скоростные показатели	Наблюдение	педагог	протокол

Планируемые результаты

- Культура организации своей деятельности;
- Адекватность восприятия оценки своей деятельности и ее результатов;
- Коллективная ответственность;
- Умение взаимодействовать с другими членами коллектива
- Толерантность;
- Активность и желание участвовать в делах детского коллектива;
- Стремление к самореализации социально адекватными способами;
- Соблюдение нравственно-этических норм (правил этикета, общей культуры речи, культуры внешнего вида)

Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 уч. год

Таблица 6

Сроки	Название мероприятия	Форма	Место проведения	Ответственный
Сентябрь	«Правила поведение в школе, детском объединении, общественных местах	Беседа	МБОУ Гимназия №25 г.Курска	педагог

Ноябрь	Экскурсия	Беседа	МБОУ Гимназия №25 г.Курска	педагог
Декабрь	Соревнования на призы Деда Мороза	Участие в соревнованиях	МБОУ Гимназия №25 г.Курска	педагог
Февраль	Соревнования по волейболу посвященные Дню защитника Отечества	Участие в соревнованиях	МБОУ СОШ №59 г.Курска, МБОУ Гимназия №25» г. Курска	педагог
апрель	«О спорт, ты - мир!» (Эстафеты)	Участие в соревнованиях	МБОУ Гимназии №25 г.Курска	Педагог
май	Дистанционная викторина по правилам игры в волейбол	Дистанционно	МБОУ Гимназии №25 г.Курска	Педагог

2.7. Список литературы

Литература для педагога

1. Железняк Ю.Д. Волейбол в школе. М.: Физкультура и спорт.2000.
2. Официальные волейбольные правила. М.: Физкультура, образование и наука. 2004.
3. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу. М.: Физкультура и спорт.1996.

4. Иванов И.В. Волейбол. Учебник для студентов педагогических институтов. Минск: Высшая школа.1995.
5. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование. Методическое пособие. М.: Олимпия. 2007.
6. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. Москва: ФиС. 1998.
7. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания для 1-11 классов. Москва: Просвещение.2008

Литература для обучающихся

1. Железняк Ю.Д. Юный волейболист, Учебное пособие для тренеров. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 422 с.
2. Чехов О. Основы волейбола. - М., Физкультура и спорт, 2019. - 168с.
3. А.С. Эдельман Волейбол. Справочник / А.С. Эдельман. - М.: Книга по Требованию, 2018. - 226 с.

Литература для родителей

1. Железняк, Ю.Д. Юный волейболист / Ю.Д. Железняк - М.: ФиС, 2018.
2. Клещёв, Ю.Н., Фурманов, А.Г. Юный волейболист / Ю.Н. Клещёв, А.Г.Фурманов. - М.: ФиС, 2014.
3. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. - М.: Просвещение, 2015.
4. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любомирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. - М.: Просвещение, 2016.

Приложение 1

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дата (план)	Дата (факт)	Раздел, тема	Кол- во часов	Краткое содержание	Форма занятия	Форма Контроля	Место проведения
		Вводное занятие	1	Организация учебной работы, расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасного поведения на занятии. Краткая история волейбола. Значение общей физической подготовки для развития спортсмена. Комплекс ОРУ для разминки. Специальные упражнения для развития гибкости. Комплектование группы	Групповое занятие	Собеседование	Спортивный зал
		Передача мяча двумя руками сверху на месте.	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. История и пути развития современного волейбола	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Общая и специальная физическая подготовка.	1	Общая и специальная физическая подготовка.	Групповое занятие	Контрольное испытание, тестирование	Спортивный зал

				Подвижные игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи.			
		Передача мяча двумя руками сверху после перемещений.	1	Травмы и их предупреждение. Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к одежде и обуви. Разминка на месте, упражнения со скакалкой, прыжки через скакалку 20-25 раз.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передача мяча двумя руками сверху после перемещений.	1	Передача мяча двумя руками сверху после перемещений. Передача сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях. спортивных игр. История развития волейбола. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Нижняя и верхняя передачи.	1	Нижняя и верхняя передачи. Отбивание мяча кулаком через сетку. Введение мяча в начальные игровые ситуации.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели.	2	Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча в прыжке. Нижняя боковая подача.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал

		Передача мяча сверху и снизу с перемещением.	1	Передача мяча сверху и снизу с перемещением. Нижняя прямая и боковая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Введение в начальные игровые ситуации	1	Введение в начальные игровые ситуации. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Общая и специальная физическая подготовка.	3	Общая и специальная физическая подготовка. Игры (перестрелка), (пионербол),	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Контрольное испытание по общей физической подготовке.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Общая и специальная физическая подготовка.	2	Общая и специальная физическая подготовка. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая и прямая подача.)	Групповое занятие	Наблюдение, опроса	Спортивный зал
		Совершенствование передач мяча сверху и снизу.	3	Совершенствование передач мяча сверху и снизу. Верхняя прямая подача. Игры <<Перестрелка>>,<<Пионербол>>.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3,2 и из зоны 6 в зоны 3,4.	1	Учебная игра в волейбол..	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Совершенствование передач	1	Подводящие упражнения для нападающих действий.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал

		мяча с верху и снизу.		Двухсторонняя игра в волейбол в три касания. Правила соревнования по волейболу.			
		Прием мяча с подачи.	2	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи для нападающих действий.	1	Прием мяча с подачи. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания..	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передача из зон ..1,6,5 в зону 3 с приема подачи.	1	Вторая передача из зоны 3 в зону2, 4. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи для начинающих действий.	1	Прием мяча с подачи. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи для нападающих действий.	2	Прием мяча с подачи. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий.	1	Двухсторонняя игра в волейбол в три касания. Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях. спортивные игр. История развития волейбола	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Нападающий удар с собственного подбрасывания.	3	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Нападающий удар с собственного	1	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал

		подбрасывания.		из зоны 6 в зоны 3, 4.			
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданиями	1	Двухсторонняя игра в волейбол с заданиями	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол	2	Двухсторонняя игра в волейбол с заданиями	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Верхняя прямая подача в прыжке.	2	Нападающий удар с собственного подбрасывания.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Верхняя прямая подача в прыжке.	2	Техника верхней передачи в прыжке и обманных ударов.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Нападающий удар с подбрасывания партнера.	3	Упражнения для обучения блокированию.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Передачи мяча сверху стоя спиной к цели.	1	Р Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Верхняя прямая подача по зонам.	Групповое занятие	Сдача контрольных нормативов	Спортивный зал
		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	1	Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Блокирование. Страховка.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Правила соревнований по волейболу.	1	.	Групповое занятие	Устный опрос	Спортивный зал
		Индивидуальные тактические действия в нападении.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал

		Групповые тактические действия в нападении.	1	Групповые тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	3	.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций. игроков.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций. игроков.	Групповое занятие		Спортивный зал
		Совершенствование верхней передачи.	1	Совершенствование нижней подачи	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	2	.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Верхняя подача по зонам. Обманные удары. Блокирование.и.и	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2..	1	Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Командные тактические действия в нападении через игрока передней	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал

		линии без изменения позиций. игроков.					
		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций. игроков.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа	Спортивный зал
		Совершенствование нападающего о удара.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении	Групповое занятие	тестирование	Спортивный зал
		Контрольные испытание по специальной подготовке.	1		Групповое занятие	тестирование	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием..	1	Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Совершенствование передач...	1	Совершенствование нападающего удара	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций. игроков..	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	2		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал

		Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2..	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Нападающий удар с собственным подбрасыванием..	1	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Общая и специальная физическая подготовка..	1	Подвижные игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи	Групповое занятие	Контрольное испытание	Спортивный зал
		Передача из зон 1,2,5 в зону 3..	1	Подводящие упражнения для нападающих действий. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	2		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Нападающий удар с собственным подбрасыванием.	1	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4..	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал

		Совершенствование верхней передачи.	1	Совершенствование нижней подачи	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Нападающий удар с подбрасывания партнера..	1	Вторая передача из зоны 3 в зоны 2,4	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Двухсторонняя игра в волейбол с заданием.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций. игроков.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Нападающий удар с подбрасывания партнера.	2	Вторая передача из зоны 3 в зоны 2,4.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4.	1	Блокирование. Страховка.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Нападающий удар с передачи партнера..	1	Индивидуальное блокирование	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Контрольная испытание по общей физической подготовке.	1		Групповое занятие	Тестирование	Спортивный зал
		Нападающий удар с подбрасыва	1	Вторая передача из зоны 3 в зоны 2,4.	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, опрос	Спортивный зал

		ния партнера.					
		Двухсторон няя игра в волейбол.	1		Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Повторение и закрепление нападающего удара..	2	Двойной блок и защита	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал
		Заключитель ное занятие..	1	Двухсторонняя игра в волейбол	Групповое занятие	Наблюдение, беседа, Опрос	Спортивный зал

Приложение 2

Оценочные материалы для мониторинга

Мониторинг результатов обучения учащегося по дополнительной общеразвивающей программе

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы

Критерий оценки сообщения учащихся

1.Содержательность: глубина, полнота и конкретность освещения темы (проблемы).

2.Логичность: последовательность изложения, его пропорциональность, обоснование теоретических положений фактами или обобщение фактов и формулирование выводов.

3.Концептуальность изложения: рассмотрены ли различные точки зрения (концепции), выражено ли своё отношение.

4.Риторика (богатство речи): лаконичность, образное выражение мыслей и чувств путём использования различных языковых средств, выбора точных слов, эпитетов и т.п.; правильность и чистота речи; владение исторической терминологией.

Критерии оценки проекта

Критерии оценки проекта	Баллы
Критерий «Постановка цели, планирование путей ее достижения» (максимум 3 балла)	
Цель не сформулирована	0
Цель определена, но план ее достижения отсутствует	1
Цель определена, дан краткий план ее достижения	2
Цель определена, ясно описана, дан подробный план ее достижения	3
Критерий «Глубина раскрытия темы проекта» (максимум 3 балла)	
Тема проекта не раскрыта	0
Тема проекта раскрыта фрагментарно	1
Тема проекта раскрыта, автор показал значение темы в рамках школьной программы	2
Тема проекта раскрыта исчерпывающе, автор продемонстрировал глубокие знания, выходящие за рамки школьной программы	3

Критерий «Разнообразие источников информации, целесообразность их использования» (максимум 3 балла)	
Использована неподходящая информация	0
Большая часть представленной информации не относится к теме проекта	1
Работа содержит незначительный объем подходящей информации из ограниченного числа однотипных источников	2
Работа содержит достаточно полную информацию из разнообразных источников	3
Критерий «Личная заинтересованность автора, творческий подход к работе» (максимум 3 балла)	
Работа шаблонная, показывающая формальное отношение автора	0
Автор проявил незначительный интерес к теме проекта, но не продемонстрировал самостоятельности в работе, не использовал возможности творческого подхода	1
Работа самостоятельная, демонстрирующая серьезную заинтересованность автора, предпринята попытка представить личный взгляд на тему проекта, применены элементы творчества	2
Работа отличается творческим подходом, собственным оригинальным отношением автора к идее проекта	3
Критерий «Соответствие требованиям оформления письменной части» (максимум 3 балла)	
Письменная часть проекта отсутствует	0
В письменной части проекта отсутствуют установленные правилами порядок и четкая структура, допущены серьезные ошибки в оформлении	1
Предприняты попытки оформить работу в соответствии с установленными правилами, придать ей соответствующую структуру	2
Работа отличается четким и грамотным оформлением в точном соответствии с установленными правилами	3
Критерий «Качество проведения презентации» (максимум 3 балла)	
Презентация не проведена	0
Материал изложен с учетом регламента, однако автору не удалось заинтересовать аудиторию	1
Автору удалось вызвать интерес аудитории, но он вышел за рамки регламента	2
Автору удалось вызвать интерес аудитории и уложиться в регламент	3
Критерий «Качество проектного продукта» (максимум 3 балла)	
Проектный продукт отсутствует	0

Проектный продукт не соответствует требованиям качества (эстетика, удобство использования, соответствие заявленным целям)	1
Продукт не полностью соответствует требованиям качества	2
Продукт полностью соответствует требованиям качества (эстетичен, удобен в использовании, соответствует заявленным целям)	3
ИТОГО	

Критерии оценки реферата

1.Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) наличие авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений.

2.Обоснованность выбора источников литературы: оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки т.д.).

3.Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) обоснованность способов и методов работы с материалом, способность его систематизировать и структурировать; г) полнота и глубина знаний по теме; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

4.Соблюдение требований к оформлению: насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; оценка грамотности и культуры изложения ; владение терминологией; соблюдение требований к объёму реферата.

Оценка 10 ставится, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.

Оценка 7 – основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении.

Оценка 5 – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.

Оценка 3 – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Критерии мультимедийной презентации

Создание слайдов	максимальное количество баллов	Оценка учителя
Титульный слайд с заголовком	5 б	
Минимальное количество - 10 слайдов	10б	
Использование дополнительных эффектов PowerPoint	5б	
Содержание		
Использование эффектов анимации	15	
Вставка графиков, таблиц	15	
Выводы, обоснованные с научной точки зрения, основанные на данных	15	
Грамотное создание и сохранение документов в папке рабочих материалов	5	
Организация		
текст хорошо написан, идеи ясно изложены и структурированы	10	
Слайды представлены в логической последовательности	5	
Красивое оформление презентации	15	

Общие баллы:	100	
Общая оценка:		

Критерии оценивания квест-игры

Понимание задания - тах 5б

Выполнение задания – тах5б

Результат работы – тах5б

Творческий подход – тах5б

Оценивание общефизической подготовки

Бег 30 м 6 х 5 м.

На расстоянии 5 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места.

Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Оценивание технической подготовки

Испытания на точность передачи.

В испытаниях создаются условия, при которых можно получить количественные результаты: устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи - рейки, цветные ленты, обручи (гимнастические), наносятся линии. При передачах из зоны 3 в зоны 2 и 4 расстояние передачи 3-3,5 м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки - не более 1,5 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток; учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а также качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытание на точность передачи через сетку.

На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда надо по» слать мяч: в зоне 4 - размером 2 х 1, в зоне 1 и в зоне 6 - размером 3 х 3 м. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую зону, учитывается количественная и качественная сторона исполнения.

Испытания на точность подачи.

Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки: правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у боковых линий в зонах 5-4 и 1-2 (размером 6 х 2 м), в зоне 6 у лицевой линии размером 3 х 3 м. Каждый учащийся исполняет 3 попытки (в учебно-тренировочных группах - 5 попыток).

Испытания на точность нападающего удара.

Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4, 2.

Испытание в защитных действиях («защита зоны»).

Испытуемый находится в зоне С в круге диаметром 2,5 м. Стоя на подставке, учащийся ударом с собственного подбрасывания посылает мяч через сетку из зон 4 и 2.

Учащийся должен применить всё изученные до этого приемы защиты. Количество ударов для каждого года обучения различное: группа начальной подготовки - первый год обучения - 5; второй год обучения - 10; учебно-тренировочные группы, первый год обучения - 15, второй год обучения - 20.

Оценивание тактической подготовки

Действия при приеме мяча в поле.

Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) Выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток, а с14-16 лет- 15 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) Выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

Физическое развитие и физическая подготовленность

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Бег 30 м с высокого старта (с)	
2	Бег 30 м (6 х 5) (с)	
3	Бег 92 м с изменением направления (с)	
4	Прыжок в длину с места (см)	
5	Прыжок вверх с места толчком двух ног (см)	
6	Прыжок вверх с разбега толчком двух ног (см)	

7	Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы двумя руками (м): сидя стоя в прыжке с места	
---	--	--

Техническая подготовленность

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	
2	Подача нижняя прямая на точность	
3	Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)	

№	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Вторая передача на точность: из зоны 2 в зону 4	
2	Из зоны 3 в зону 2 (стоя спиной по направлению)	
3	Через сетку из зоны 4 в зону 4 в прыжке	
4	Передачи сверху, снизу (стоя у стены)	
5	Подача на точность	
6	Нападающий удар прямой из зоны 4 в зоны 5 и 6	
7	Блокирование (вдвоем) нападающего удара из зоны 4 (2)	

КАРТА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Ф.И.О. _____

Класс _____

Год обучения	Дата обследования	Физическое развитие					МПК	
		Рост см	Масса тела, кг	Длина стопы см	Сила Сгибателей кисти, кг	ЕЛ	Мл/мин/к г	Мл/мин/к г
1 год обучения								

Год обучения	Физическая подготовленность							тренировочная и соревновательная деятельность	
	общая				специальная			количество	
	Бег 30 м	прыжок в длину	Чел. бег					тренировочных дней/ занятий	соревнований (кол-во)
1 год обучения									

Индивидуальная карточка

учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребенка _____

Возраст _____

Вид и название детского объединения _____

Ф. И. О. педагога _____

Дата начала наблюдения _____

Сроки диагностики Показатели	Первый год обучения		Второй год обучения		Третий год обучения	
	Конец Полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года	Конец I полугодия	Конец уч. года
<p>I. <u>Теоретическая</u> <u>подготовка ребенка:</u></p> <p>1.1. Теоретические знания:</p> <p>а) История возникновения и развития</p> <p>б) Правила безопасности при занятиях</p> <p>в) Значение ОФП в подготовке</p> <p>г) Значение технической подготовки</p> <p>д) Правила игры</p> <p>е) Значение тактической подготовки</p> <p>ж) Методы и средства ОФП</p> <p>1.2. Владение специальной терминологией</p>						
<p>II. <u>Практическая</u> <u>подготовка ребенка</u></p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:</p>						

<p>а) Общеразвивающие упражнения</p> <p>б) Спортивные подвижные игры</p> <p>в) Упражнения на развитие силы</p> <p>г) Упражнения на развитие быстроты</p> <p>д) Упражнения на развитие специальной ловкости</p> <p>д) Упражнения на развитие выносливости</p> <p>е) Упражнения ОФП</p> <p>ж) Упражнения СФП</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением</p>						
<p>III. <u>Общеучебные умения и навыки</u></p> <p>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</p> <p>а) умение подбирать и анализировать специальную литературу</p> <p>б) умение пользоваться компьютерными источниками информации</p> <p>в) умение осуществлять учебно-исследовательскую работу</p> <p>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</p> <p>а) умение слушать и слышать педагога</p>						

<p>б) умение выступать перед аудиторией</p> <p>в) умение вести полемику, участвовать в дискуссии</p> <p>3.3. Учебно-организационные умения и навыки:</p> <p>а) умение организовать свое рабочее (учебное) место</p> <p>б) навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности</p> <p>в) умение аккуратно выполнять работу</p>						
<p>IV. <u>Предметные достижения обучающегося:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ На уровне детского объединения (кружка, студии, секции) ▪ На уровне школы (по линии дополнительного образования) ▪ На уровне района, города ▪ На республиканском, международном уровне 						

