

ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 51
Петроградского района
Санкт-Петербурга

Подписано электронной подписью
29.08.2023 13:34

директор

Березяк Элина Арвовна

7813124534-5-1709144025-20240228-58-3-2113-45

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 51 Петроградского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

на заседании Педагогического совета

ГБОУ СОШ № 51 Петроградского района СПб

Протокол № ____ 1 ____

От 29 августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ от 31 августа 2023г. № 220

Директор ГБОУ СОШ № 51

Петроградского района СПб

____ Э.А. Березяк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ВОЛЕЙБОЛ»

Срок освоения – 18 дней

Возраст обучающихся 14-17 лет

Разработчик:

Концевенко Олег Васильевич

педагог дополнительного образования

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана с учетом федеральных и региональных нормативно-правовых актов, а также с учетом локальных актов ГБОУ СОШ № 51 Петроградского района Санкт-Петербурга

Направленность программы – **физкультурно-спортивная**.

Актуальность данной программы обусловлена целью современного дополнительного образования, которая предполагает расширение возможностей для удовлетворения интересов детей в сфере физической культуры и спорта, воспитания у детей положительного отношения к занятиям, обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности. По данной программе дети имеют возможность познакомиться с миром волейбола, обучиться основам игры и овладеть знаниями основ физической культуры. Занятия волейболом способствуют укреплению здоровья, нормальному физическому развитию, оптимальному уровню двигательной активности, получению знаний и навыков в области физической культуры.

Адресат программы

Программа **адресована** учащимся 14-17 лет, увлеченным спортом и заинтересованным в овладении техникой игры в волейбол. По программе занимаются как мальчики, так и девочки - с отсутствием базовых знаний, но проявляющие интерес к игровым видам спорта.

Уровень освоения – **общекультурный**.

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 36 учебных часов.

Срок освоения - 18 дней.

Цель программы:

Познакомить учащихся с игрой волейбол, обучить основным техникам игры.

Задачи:

Обучающие:

- дать основы практических умений и теоретических знаний в области волейбола;
- ознакомить с основами спортивной техники и тактики игры в волейбол;
- способствовать формированию игровых навыков.

Развивающие:

- способствовать развитию основных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений);

Воспитательные:

- воспитывать чувство партнёрства при игре в волейбол;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время.

Планируемые результаты

Личностные

- формирование потребности в систематических занятиях спортом и здоровом образе жизни.
- повышение уровня общей физической подготовленности, укрепление здоровья обучающихся.

Метапредметные

- развитие основных физических качеств (скоростно-силовых, выносливости, быстроты, координации движений);

Предметные:

- получение знаний, умений и навыков технических и тактических приемов в волейболе;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей занятия, ориентироваться в разнообразии способов решения тактических задач при игре в волейбол.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский язык.

Форма обучения: обучение по ДОП «Волейбол» осуществляется в очной форме.

Программа не имеет особенностей реализации и не предусматривает возможность обучения детей с ОВЗ;

Условия приема – принимаются все желающие имеющие справку от врача о допуске к занятиям физической культуры

Условия формирования групп. Формируются разновозрастные группы: в группу принимаются как мальчики, так и девочки 14-17 лет.

Количество обучающихся в группе – до 15 человек;

Форма организации и проведения занятий – групповая, индивидуально-групповая.

Формы организации деятельности учащихся на занятии – командная.

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования.

Материально-техническое оснащение – спортивный зал, спортивная площадка, волейбольные сетка и мячи, секундомер, ПК и проектор.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, опрос
2	Общая физическая подготовка (общеразвивающие упражнения на развитие координационных возможностей, выносливости, силы, ловкости)	8	2	6	Опрос. Зачёт. Педагогическое наблюдение.
3	Специальная физическая подготовка (техника верхнего приема\передачи мяча, техника нижнего приема\передачи мяча, техника подачи мяча).	16	2	14	Опрос. Зачёт. Педагогическое наблюдение.
4	Игровая подготовка	8	2	6	Игра. Педагогическое наблюдение.
5	Итоговое занятие	2	0	2	Беседа. Педагогическое наблюдение.
ИТОГО:		36	7	29	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

УТВЕРЖДЕН

Приказ от 31 августа 2023г. № 220

Директор ГБОУ СОШ № 51

Петроградского района СПб

Э.А. Березяк

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Волейбол»
на 2023-2024 учебный год

Педагог _____

Срок реализации программы 36 часов.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2024	Февраль	Май	18	18	36	1 раз в нед. по 2 ак. часа

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Содержание

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

На первом занятии представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований. Проводится инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Форма контроля - беседа. Педагогическое наблюдение.

2. Общая физическая подготовка.

Практика:

- упражнения на развитие координационных возможностей
- упражнения на развитие выносливости
- упражнения на развитие силы

Форма контроля - зачет. Педагогическое наблюдение.

3. Специальная физическая подготовка.

Теория: материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры;

Практика: отработка техники передвижений и тактических приемов игры. Отработка нападения и защиты. Командная игра.

Форма контроля - зачет. Педагогическое наблюдение.

4. Игровая подготовка.

Теория: повторение правил игры в волейбол и техники безопасности во время игры.

Практика: командные игры.

Форма контроля - игра. Педагогическое наблюдение.

5. Итоговое занятие.

Форма контроля - беседа. Педагогическое наблюдение.

	ТЕСТ	14-15 лет			16-17 лет		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Зачеты на выявление уровня координационных возможностей							
1.	Челночный бег 3 x 10 м (сек.)	7.9	8.2	9.0	7.2	8.0	8.5
2.	Прыжок в длину с места (см.)	168	150	140	210	190	170
Зачеты на выявление уровня выносливости							
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	30	20	10	31	21	11
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	17	15	10	25	20	15
Зачет на выявление уровня силовой подготовки							

5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	7	3	1	10	7	4
----	---	---	---	---	----	---	---

Контрольные нормативы для девочек

	ТЕСТ	14-15 лет			16-17 лет		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Зачеты на выявления уровня координационных возможностей							
1.	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9.2	10.0	10.5	8.1	9.0	10.0
2.	Прыжок в длину с места (см)	155	140	125	178	165	140
Зачеты на выявления уровня выносливости							
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	31	21	11	33	23	13
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	16	12	9	19	15	12
Зачет на выявления уровня силовой подготовки							
5.	Отжимание в упоре лежа (раз)	12	9	5	14	10	7

Специальная физическая подготовка

Контрольные нормативы

Представленные нормативы разработаны для всех учащихся, которые имеют группу здоровья «основная». Данные нормативы проводятся в конце каждого занятия по теме. Целью сдачи контрольных нормативов является выявление уровня освоения раздела программы учащимися.

Форма проведения: зачет.

№	Вид испытаний	низкий	средний	высокий
Зачет на выявление уровня освоения верхнего приема\передачи мяча				
1.	Передачи в парах через сетку двумя руками сверху без потерь	10	15	30
2.	Передача от стены двумя руками сверху с расстояния 2–3 м без потерь	10	15	30
3.	Передачи над собой в круге без потерь	10	15	30
Зачет на выявление уровня освоения нижнего приема\передачи мяча				
1.	Передачи в парах через сетку двумя руками снизу без потерь	2	6	12
2.	Передача от стены двумя руками снизу с расстояния 2–3 м без потерь	5	10	20
3.	Передачи над собой в круге без потерь	5	10	20
Зачет на выявление уровня освоения подачи мяча				
4.	Подача (любая): из 6 попыток	2	4	6
5.	Подача (любая): из 10 попыток	4	6	9,10

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов:

1. Мурати И.К.: Физическая подготовка волейболистов. - Старый Оскол: Б.И., 2007
2. Собянин Ф.И.: Физическая культура. Организация и проведение викторин в общеобразовательном учреждении. - М.: Дрофа, 2007
3. Клевцов В.А.: Технические приемы игры в волейбол. - Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2005
4. Беляев А.В.: Волейбол на уроке физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2003

Список литературы для детей и родителей:

1. Федеральное агентство по физической культуре и спорту ; Ю.Д. Железняк и др.; Рец.: С.Ю. Тюленьков и др.: Волейбол. - М.: Советский спорт, 2005
2. Ю.Д. Железняк, А.В. Чачин, Ю.П. Сыромятников; Рец.: С.Ю. Тюленьков, О.Е. Левочкина, С.В. Алехина, А.Ю. Лукичева: Волейбол. - М.: Советский спорт, 2003
3. Федеральное агентство по физической культуре и спорту ; Ю.Д. Железняк и др.; Рец.: С.Ю. Тюленьков и др.: Волейбол. - М.: Советский спорт, 2007
4. Ю.Д. Железняк и др. ; Под ред.: Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова ; Рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры. - М.: Академия, 2006

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий и итоговый контроль.

Входной контроль проводится с целью выявления образовательного уровня учащихся, на начало обучения и способствует подбору эффективных форм и методов деятельности для каждого учащегося. Он проводится в форме устного опроса и педагогического наблюдения посредством использования критериев оценивания личностных, метапредметных и предметных результатов (приложения 2-4) с последующим внесением в информационную карту (приложение 1).

Текущий педагогический контроль позволяет определить сформированность знаний, умений и навыков по темам программы, это дает возможность своевременно выявлять пробелы в знаниях и оказывать учащимся помощь в усвоении содержания материала. Он проводится в форме педагогического наблюдения, устного опроса и контрольного задания.

Итоговый контроль позволяет определить конечный результат обучения. Итоговый контроль проводится в форме педагогического наблюдения и проведения итогового занятия (показ) посредством использования критериев оценивания личностных, метапредметных и предметных результатов (приложения 2-4) с последующим внесением в информационную карту (приложение 1).

В ходе реализации данной Программы используются следующие

формы выявления результатов:

- педагогическое наблюдение;
- анализ на каждом занятии педагогом и обучающимися качества усвоения материала;
- выполнение спортивных нормативов и упражнений по заданию педагога;
- беседы и устные опросы;
- игра;

формы фиксации результатов:

- информационная карта;
- фото;
- видеозапись.

формы предъявления результатов:

- фото, видеозапись.

«Информационная карта освоения дополнительной общеразвивающей программы обучающимися»

Дополнительная общеразвивающая программа: «Волейбол»

Педагог _____

Группа: _____

Дата заполнения: _____

№ п/п	ФИО обучающихся	Возраст	Показатели									Общий суммарный балл	Уровень освоения
			Личностные результаты			Метапредме тные результаты			Предметные результаты				
			Л 1	Л 2	Л 3	М 1	М 2	М 3	П 1	П 2	П 3		
1.													
2.													
3.													
4.													
...													
15.													
Итого:													

Оценки по каждому показателю: от 0 до 5 баллов

- низкий уровень: от 0 до 15
- средний уровень: от 16 до 30
- высокий уровень от 31 до 45

Приложение 2

Личностные результаты

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
Л1	Воля, самоконтроль	Положительное отношение к восприятию и усвоению нового материала	- низкий уровень (обучающийся не всегда готов воспринимать теоретический материал, не проявляет достаточного внимания и желания) - средний уровень (обучающийся позитивно относится к восприятию, но не всегда готов воспринимать материал в полном объеме) - высокий уровень (всегда положительно относится к процессу обучения и возможности спортивной игры)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение, опрос
Л2	Настойчивость в достижении поставленных целей	Стремление достигать положительных результатов, настойчивость в достижении цели	- низкий уровень (настойчивость в достижении результата выражена слабо) - средний уровень (настойчивость в достижении цели выражена средне) - высокий уровень (настойчивость в достижении цели выражена в достаточной степени)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение
Л3	Стойкий интерес к занятиям волейболом	Стремление играть	- низкий уровень (стремление играть слабо представлено) - средний уровень (стремление играть представлено не в полном объеме) - высокий уровень (стремление играть ярко выражено)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
М1	Умение работать в команде	умение взаимодействовать с партнёрами на спортивной площадке	- низкий уровень (обучающийся не чувствует партнёров) - средний уровень (обучающийся видит партнеров и педагога, но периодически переключает внимание на себя) - высокий уровень (обучающийся прислушивается к партнерам и педагогу, умеет работать в команде)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение, беседа
М2	Умение на психологическом уровне переживать творческие и личностные достижения, а также неудачи	Умение адекватно оценивать свои возможности, радоваться успехам, делать позитивные выводы из неудач	- низкий уровень (обучающийся тяжело воспринимает поражение в игре) - средний уровень (обучающийся адекватно воспринимает неудачи, стремится к успеху) - высокий уровень (обучающийся умеет переживать игровые неудачи, делает верные выводы)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение, анализ игры
М3	Умение креативно относиться к сложившимся на спортивной площадке обстоятельствам	Умение подключать творческое воображение для позитивного решения поставленных задач	- низкий уровень (обучающийся испытывает затруднения с игрой, нуждается в помощи и контроле педагога) - средний уровень (обучающийся включается в игру, но иногда требуется помощь педагога) - высокий уровень (обучающийся включает внимание и оперативно решает игровые задачи)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение

Приложение 4

Предметные результаты

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
П1	Представление о волейболе как о виде спорта	Осознание места волейбола среди других спортивных игр	- низкий уровень (обучающийся слабо представляет значение и ценность волейбола);	0-1	Педагогическое наблюдение, беседа, тестирование
			- средний уровень (обучающийся проявляет стойкий интерес к игре волейбол);	2-3	
			- высокий уровень (обучающийся заинтересован в освоении техники игры в волейбол)	4-5	
П2	Ознакомление со спортивной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	- низкий уровень (обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины)	0-1	Педагогическое наблюдение, беседа
			- средний уровень (обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой);	2-3	
			- высокий уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	4-5	
П3	Освоение техники игры в волейбол	Приобретение первичных технических навыков	- низкий уровень (обучающийся не готов к соревнованиям)	0-1	Педагогическое наблюдение, беседа
			- средний уровень (обучающийся стремится освоить технику игры в волейбол)	2-3	
			- высокий уровень (обучающийся успешно осваивает технику игры в волейбол и проявляет игровые способности)	4-5	