

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №11 им. Героя Советского Союза
Аипова Махмута Ильячевича городского округа Октябрьск Самарской области**

Рассмотрена на
заседании методического
объединения учителей
Протокол № 4
от «28»мая 2021 г.

Проверена
меститель директора по УВР
_____Л.С.
Райник
«28» мая 2021 г.

Утверждена
приказом № 311-о/д
от «31»_____мая_____2021 г.
Директор школы
_____О.А. Дунова

Дополнительная общеобразовательная программа

Секция ШСК «Юниор»

«Волейбол»

краткосрочная на период летних каникул

(срок реализации: 1 месяц)

Пояснительная записка

Предлагаемая программа реализует концепцию физического совершенствования, стремления к ведению здорового образа жизни, формирует и воспитывает интерес к спорту.

Дополнительная образовательная программа разработана в рамках деятельности общественного объединения Школьный Спортивный Клуб «ЮНИОР», направлена на развитие одного из видов спорта: волейбол.

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми инструктивно-методическими документами:

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года N 41 Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.

«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов».

В соответствии с законом РФ «О физической культуре и спорте»; Федеральным Законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; «Программой развития воспитания в системе российского образования»; «Декларации прав ребёнка».

Программа рассчитана на возрастную группу 9-17 лет.

Направленность дополнительной образовательной программы – физкультурно-спортивная.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что ее основной направленностью является не достижение наивысшего спортивного результата, а максимальное содействие формированию всесторонней и гармонически развитой личности воспитанников, с учетом их индивидуальных физических и психологических особенностей, потребностей и интересов. Основой обучения является дифференцированный и индивидуальный подход к занимающимся. Воспитательный и образовательный процесс осуществляется в тесном взаимодействии с родителями воспитанников.

Актуальность и значимость данной программы заключается в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания на протяжении обучения, формируя у обучающихся представление о физической культуре в целом, волейболе в частности, показывает возможности данных упражнений в повышенной работоспособности и

улучшения состояния здоровья, развивает основные двигательные качества, воспитывает личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.

Целью программы является *содействие формированию всесторонней и гармонически развитой личности, социально-ориентированной на ценности здорового образа жизни через занятия волейболом.*

Задачи программы направлены на:

1) Воспитательный блок:

- формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями,
- формирование у детей положительных морально-нравственных качеств,
- формирование ценностных ориентиров З.О.Ж.

2) Образовательный блок:

- подготовку судей-инструкторов по волейболу
- приобретение воспитанниками знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений в области физической культуры и спорта,
- формирование двигательных умений и навыков игры в волейбол

3) Развивающий блок:

- развитие двигательных способностей (кондиционных и координационных),
- развитие психических процессов и свойств личности,
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству.

Основной формой обучения является учебно-тренировочное занятие.

Сроки реализации программы: программа краткосрочная на период летних каникул, рассчитана на 1 месяц, 3 часа в неделю, всего 12 часов.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по группам. Продолжительность одного занятия – 1 час.

Условия реализации программы

Ресурсное обеспечение.

- 1) Занятия проводятся в спортивном зале. Санитарно-гигиенические показатели соответствуют требованиям СанПиНов.
- 2) Образование педагога – высшее.
- 3) Основной методический принцип – деятельностный подход.
- 4) Основная форма занятия – учебно-тренировочная.
- 5) В процессе работы используются следующие методы обучения:
 - словесные (показ, рассказ, беседа, команда, информирование, пояснение, указание)
 - наглядные (показ, демонстрация таблиц, видео, телефильмов, рисунков, компьютерных дисков)

-практические методы:

- изучение в целом;
- метод частично-регламентированного упражнения; использования подвижных упражнений;
- игровой метод;
- соревновательный метод.

-основной методический принцип – дифференцированный и индивидуальный подход

-основная форма обучения – учебно-тренировочное занятие:

- типы занятий:

- занятия по изучению нового материала;
- занятия по совершенствованию изученного;
- занятия смешанного типа;
- контрольно-учетные;
- теоретические.

-диагностирование:

- осуществляется с помощью следующих методов:

- диагностические методы определения уровня физического развития и физической подготовленности;
- метод хронометрирования;
- метод математической статистики;
- метод тестов.

-по источникам знаний – словесные, наглядные, практические (метод использования подводящих упражнений, игровой и соревновательный методы);

-по степени взаимодействия – беседы, самостоятельная работа;

-в зависимости от дидактических задач – объяснение, закрепление, контроль

-по характеру познавательной деятельности – объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный.

6) Формы организации деятельности:

- фронтальная;
- групповая;
- индивидуальная.

7) Типы занятий:

- комбинированный;
- изучение нового материала;
- закрепление изученного;
- контрольно-учетные.

8) Мониторинговые исследования:

- определение уровня физического развития и физической подготовленности;
- определение адаптационного потенциала занимающихся.

Планируемые результаты

Занятия спортивными играми по предложенной образовательной программе будут содействовать:

- интеллектуальному и духовному развитию личности ребенка;
- укреплению психического и физического здоровья воспитанников;
- формированию потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

В ходе реализации данной программы воспитанники:

- приобретут необходимые знания в области гигиены и медицины, теории и методики физической культуры и спорта;
- овладеют основными двигательными умениями и навыками игры в волейбол;
- смогут самостоятельно организовать и провести массовые соревнования по волейболу .

Способы проверки результатов:

- зачеты по теоретическим основам знаний
- диагностика уровня воспитанности;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- анкетирование;
- участие в соревнованиях волейболу;
- сохранность контингента.

Тематическое планирование занятий
Волейбол (12 часов)

№ п/п	Тема занятий	Кол- во часов
1.	Волейбол ТБ. Правила игры и соревнований.	1
2 .	Техника верхних передач. Игра	1
3 .	Техника нижних передач. Игра	1
4 .	Техника нижней прямой подачи. Учебная игра	1
5 .	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	1
6 .	Игровые взаимодействия. Учебная игра	1
7 .	Групповые упражнения. Учебная игра.	1
8.	Прямой нападающий удар через сетку. Учебная игра	1
9.	Упражнения с мячом в парах через сетку. Учебная игра.	1
10.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Групповое блокирование. Учебная игра.	1
11.	Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Учебная игра.	1
12.	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара. Учебная игра.	1
	Итого:	12