

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОЛЛЕДЖ МЕТРОПОЛИТЕНА И ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА»

ПРИНЯТА

На Педагогическом совете

Протокол №

От «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 042 от «31» августа 2023 г.

Директор СПб ГБПОУ

«Колледж метрополитена»

 В.И. Апаницин

М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ПОИГРАЕМ В ВОЛЕЙБОЛ

Срок освоения: 1 год (72 часа)

Возраст обучающихся: 15-21 год

Разработчик:

Цирулёв Сергей Владимирович

Педагог дополнительного образования детей

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Основные характеристики ДОП.

№ п/п	Характеристика ДОП	Содержание характеристики ДОП
1	Направленность	<p>Физкультурно-спортивная.</p> <p>Работа объединения направлена на общее развитие личности обучающихся средствами физической культуры и спорта; сохранение и укрепление здоровья, формирования ценностного отношения и мотивации к здоровому образу жизни, приобретения навыков самостоятельных занятий, самоорганизации и организации занятий физической культурой и спортом; профессиональную ориентацию на современные и перспективные профессии в сфере физической культуры и спорта.</p>
2	Адресат	<p>В объединение зачисляются обучающиеся колледжа мужского и женского пола в возрасте от 15 лет до 21 года, проявляющие интерес к занятиям по волейболу и имеющие соответствующее медицинское подтверждение о допуске.</p>
3	Актуальность	<p>Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья и мотивации здорового образа жизни, выявляется пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать как можно раньше, лучше всего с младшего школьного возраста.</p> <p>Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у обучающихся в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.</p> <p>На уроках физической культуры обучающихся получают определенные навыки игры в волейбол, но для этого в учебной программе отведено небольшое количество часов. Этого недостаточно, чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Данные занятия позволяют обучающимся получить определённые навыки игры в волейбол. Занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий волейболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений. Занятия рассчитаны на обучающихся колледжа и реализуются в течение одного года.</p>
4	Отличительные особенности/ новизна	<p>Отличительные особенности данной программы.</p> <p>При достаточно ограниченном выборе обучающихся педагог зачисляет в объединение всех желающих заниматься волейболом, не имеющих ограничений по здоровью.</p> <p>Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Создание условий для развития личности волейболистов. 2. Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены. 3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных волейболистов. 4. Формирование знаний, умений и навыков по волейболу. 5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом. 6. Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности волейболистов. <p>Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.</p>
5	Уровень освоения	Общекультурный.
6	Объем и срок освоения	72 часа, 1 год. Занятия проводятся 2 часа в неделю (1 занятие по 2 часа).
7	Цель и задачи	<p>Цель – всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.</p> <p>Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:</p>

		<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоить технику игры в волейбол; • ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена; • ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте; • ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> • содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся; • повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства; • развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов; • воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям; • воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.
8	Планируемые результаты освоения	<p>По окончании года обучения обучающиеся должны:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знать общие основы волейбола; 2. Расширять представление о технических приемах в волейболе; 3. Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку; 4. Уметь играть по упрощенным правилам игры; 5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции; 6. Получить навыки технической подготовки волейболиста; 7. Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите; 8. Освоить технику верхних передач; 9. Освоить технику передач снизу; 10. Освоить технику верхнего приема мяча; 11. Освоить технику нижнего приема мяча; 12. Освоить технику подачи мяча снизу. <p>В результате освоения настоящей ДОП обучающиеся должны:</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основы строения и функций организма; • влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы; • правила оказания первой помощи при травмах; • гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде; • правила игры в волейбол; • места занятий и инвентарь. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять программные требования по видам подготовки; • владеть основами техники и тактики волейбола; • правильно применять технические и тактические приемы в игре.

1.2. Организационно-педагогические условия реализации ДОП.

№ п/п	Организационно-педагогическое условие ДОП	Содержание организационно-педагогического условия ДОП
1	Язык реализации	Государственный язык РФ.
2	Форма обучения	Очная.
3	Особенности реализации ДОП	Модульный принцип представления содержания ДОП и построения учебных планов.
4	Условия набора и формирования групп	В группу объединения принимаются все желающие, допущенные врачом к занятиям физической культурой. Количество обучающихся в группе – 15 человек.
5	Формы организации и проведения	Занятия проводятся всем составом объединения. Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

	занятий	<ul style="list-style-type: none"> • групповые, теоретические и практические занятия, • соревнования различного уровня (тренировочные, районные, городские), • подвижные игры, • эстафеты. <p>Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу.</p> <p>Формы и методы обучения.</p> <p>Образовательный процесс включают в себя: Словесные методы: 1.Обзорные беседы; 2.Обсуждение игровых моментов. Наглядные методы: 1.Самостоятельный разбор тактических действий игроков; 2. Просмотр видеороликов с играми по волейболу</p> <p>Необходимые умения и навыки для реализации программы: 1. Создать стабильный коллектив в группе. 2. Уметь применять полученные знания на практике. 3. Уметь оценивать различные ситуации. 4. Развивать устойчивый интерес к занятиям по волейболу; 5. Прививать умение и навыки, ведение здорового образа жизни. 6. Прививать умение выполнять правила личной гигиены. 7. Умение сравнивать, обобщать, анализировать свои действия.</p> <p>Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности Эмоциональные методы: • Поощрение; • Порицание; • Создание ситуации успеха; • Стимулирующее оценивание. Познавательные методы: • Познавательный интерес; • Выполнение практических заданий; • Развивающая кооперация. Волевые методы: • Информация о выполнении обязательных нормативов; • Познавательные затруднения; • Прогнозирование деятельности. Социальные методы: • Поиск контактов и сотрудничества (проведение товарищеских матчей); • Заинтересованность в результатах.</p>
6	Материально-техническое оснащение	<p>Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.</p> <p>Спортивный инвентарь: волейбольные мячи -10 штук; набивные мячи - на каждого обучающегося; перекладины для подтягивания в висе – 10 штук; гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося; волейбольная сетка; гимнастические маты; баскетбольные и теннисные мячи -10-15 штук;</p> <p>Спортивные снаряды: гимнастическая стенка – 6 пролетов.</p>

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

Учебный план года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Теоретические основы физической культуры.	4	4		Собеседование.
1.2	Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.	68		68	Тренировочные и учебные игры, соревнования.
	ИТОГО:	72	4	68	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеразвивающей программы
«ПОИГРАЕМ В ВОЛЕЙБОЛ» на 2023/2024 уч.год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	11.09.2023	30.05.2024	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа (продолжительность академического часа – 45 минут)

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.

4.1. Задачи образовательной программы.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

Обучающие:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Основной показатель работы объединения по волейболу - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в

количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности и спортивного разряда. В комплексном зачете учитываются в целом все результаты (более высокие в одних нормативах в известной мере компенсируют более низкие в других).

Режим теоретической подготовки и учебно-тренировочной работы рассчитан на 144 часа занятий непосредственно в условиях колледжа.

4.2. Содержание программы обучения.

В основу отбора и систематизации материала содержания программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности. Принцип комплексности ДОП выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебно - тренировочного процесса: теоретической, практической, физической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля. Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями возрастающего мастерства спортсменов, постепенном, от этапа к этапу усложнении содержания тренировок, в росте объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, единстве задач, средств и методов подготовки. Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки спортсменов. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи педагог может вносить свои коррективы в построении учебно-тренировочных занятий, не нарушая общих подходов. Образовательный компонент программы предполагает обучение обучающихся, параллельно которому идёт включение воспитательного процесса, организованного через тренировку. Данный процесс происходит не стихийно, а в результате целенаправленного педагогического воздействия. Программа предполагает: индивидуальное консультирование в течение учебного года и предсоревновательную подготовку обучающихся.

В конце обучения по программе обучающиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Примечание: В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 144 часа занятий по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) педагог может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных. Можно также исключать некоторые уроки или заменить на другие, которые хуже усваиваются.

4.3. Планируемые результаты обучения (личностные, метапредметные, предметные).

По результатам обучения обучающиеся должны:

Знать:

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- правила игры в волейбол;
- места занятий и инвентарь.

Уметь:

- выполнять программные требования по видам подготовки;

- владеть основами техники и тактики волейбола;
- правильно применять технические и тактические приемы в игре.

4.4. Календарно-тематический план.

№ занятия	Наименование разделов и тем	Объем часов
	Раздел 1. Теоретические основы физической культуры.	4
1	Знакомство с группой. Техника безопасности на занятиях. Основы здорового образа жизни.	1
2	Физическая культура в обеспечении здоровья. Гигиенические основы. Спортивная психология.	1
3	Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.	1
4	ППФП (профессионально-прикладная физическая подготовка).	1
	Раздел 2. Учебно-практические основы формирования физической культуры личности.	68
5	Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1
6	Стойка игрока. Перемещение в стойке.	1
7	Передача двумя руками сверху на месте.	1
8	Передача двумя руками сверху на месте.	1
9	Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	1
10	Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	1
11	Стойка игрока. Передача мяча. Подвижные игры с элементами волейбола.	1
12	Стойка игрока. Передача мяча. Подвижные игры с элементами волейбола.	1
13	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой.	1
14	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой.	1
15	Эстафеты. Игра в мини-волейбол. <i>Соревнование.</i>	1
16	Эстафеты. Игра в мини-волейбол. <i>Соревнование.</i>	1
17	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
18	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
19	Совершенствование передачи двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
20	Совершенствование передачи двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
21	Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	1
22	Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	1
23	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
24	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	1
25	Передача двумя руками сверху в парах.	1
26	Передача двумя руками сверху в парах.	1
27	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.	1
28	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.	1
29	Совершенствование стойки игрока. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.	1
30	Совершенствование стойки игрока. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.	1
31	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. <i>Соревнование.</i>	1
32	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. <i>Соревнование.</i>	1
33	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара.	1
34	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара.	1
35	Передача мяча сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению.	1
36	Передача сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению.	1
37	Совершенствование передач мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара и у сетки, стоя спиной по направлению.	1
38	Совершенствование передач мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара и у сетки, стоя спиной по направлению.	1
39	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх).	1

40	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх).	1
41	Тренировочная игра. <i>Соревнование.</i>	1
42	Тренировочная игра. <i>Соревнование.</i>	1
43	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх). Тренировочная игра.	1
44	Передача сверху двумя руками в прыжке (вперёд-вверх). Тренировочная игра.	1
45	Круговая тренировка.	1
46	Круговая тренировка.	1
47	Подвижные игры с мячом.	1
48	Подвижные игры с мячом.	1
49	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	1
50	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.	1
51	Игра в волейбол по заданию тренера.	1
52	Игра в волейбол по заданию тренера.	1
53	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 3,2 со средних передач.	1
54	Нападающие удары. Нападающий удар из зон 3,2 со средних передач.	1
55	Нижняя передача на точность.	1
56	Нижняя передача на точность.	1
57	Приём мяча снизу двумя руками. Нижняя передача на точность.	1
58	Приём мяча снизу двумя руками. Нижняя передача на точность.	1
59	Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2.	1
60	Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6, 1, 5 и первая передача в зоны 4,3,2.	1
61	Передача мяча в зоны 4,3,2.	1
62	Передача мяча в зоны 4,3,2.	1
63	Приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	1
64	Приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и последующим падением и перекатом на бедро и спину.	1
65	Учебно-тренировочная игра. <i>Соревнование.</i>	1
66	Учебно-тренировочная игра. <i>Соревнование.</i>	1
67	Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.	1
68	Блокирование. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.	1
69	Определение времени для отталкивания при блокировании. Выбор приёма мяча посланного через сетку (сверху, снизу, с падением).	1
70	Определение времени для отталкивания при блокировании. Выбор приёма мяча посланного через сетку (сверху, снизу, с падением).	1
71	<i>Контрольное соревнование.</i>	1
72	<i>Контрольное соревнование.</i>	1
	ИТОГО	72

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

5.1. Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол» является модифицированной и разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.15, ст.16,ст.17,ст.75, ст.79);

- Приказа Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа от 30.09.2020 года №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 года №196»;

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18 ноября 2015 года;

- Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р);

- СанПиНа 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Методических рекомендаций от 20 марта 2020 года по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

- Письма Министерства образования и науки РФ от 28.08.2015 г. № АК- 2563/05 « О методических рекомендациях» вместе с (Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

- Приказа Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. №882/391 « Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Распоряжение Комитета по образованию Правительства СПб от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга».

5.2. Список литературы для разных категорий участников образовательного процесса.

Литература для педагога:

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2011.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М.
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2010.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д, Ивойлов А.В. Волейбол. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.

8. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта.-М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 2015.
17. ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>

Литература для обучающихся:

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2015.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт. 2017.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 2012.
4. ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>

5.3. Оценочные материалы.

5.3.1. Методическое обеспечение

№	Тема ДОП	Форма организации и проведения занятия ДОП	Методы и приёмы организации ДОП	Дидактический материал, техническое оснащение занятий ДОП	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Общие основы волейбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	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 контроль, положение о соревнованиях по волейболу.
2	Общефизическая подготовка волейболиста	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающегося	Тестирование карточки судьи, протоколы
3	Специальная подготовка волейболиста	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 обучающегося	Зачет, тестирование тренировочная и учебная игра, промежуточный тест.
4	Техническая подготовка волейболиста	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 обучающегося Терминология, жестикуляция.	Тренировочная и учебная игра, промежуточный тест, соревнование.
5	Игровая подготовка	Групповая, подгрупповая коллективно-групповая	Практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающегося.	Тренировочная и учебная игра, промежуточный отбор,

					контрольное соревнование.
--	--	--	--	--	---------------------------

5.3.2. Формы оценки и контроля реализации программы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по ДОП осуществляются различного вида контроля.

Мониторинг реализации образовательной программы

Вид контроля	Форма контроля	Периодичность контроля
Вводный контроль	Собеседование, тренировочные занятия	Сентябрь, январь
Текущий контроль	Тренировочные и учебные игры	Регулярно в течение реализации ДОП
Промежуточный контроль	Соревнования	Один раз в 2-3 месяца
Итоговый контроль	Контрольные соревнования	Декабрь, май-июнь

В начале реализации ДОП проводится входное тестирование.

Тренировочные и учебные игры проводятся регулярно с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Соревнования проводятся каждые 2-3 месяца.

Контрольные соревнования применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

5.3.3. Формы и способы проверки результативности

Основной показатель работы секции по волейболу - выполнение в конце каждого периода, а также года, программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов, тренировочных и учебных игр и соревнований.

Контрольные игры проводятся регулярно 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.

5.3.4. Оценка результатов.

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической и физической подготовки. При обучении результат оценивается по схеме "сделал - не сделал" ("получилось - не получилось"). Эффективность обучения определяется количественно - "сделал столько-то раз". Оценка результатов может проводиться на контрольном или соревновательном занятии. Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениваемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

Контрольные испытания. Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности. Участие в соревнованиях по волейболу и другим видам спорта.

Форма фиксации результатов.

Рубежный и итоговый контроли качества подготовки обучающихся проводятся преподавателем на занятиях (в соответствии с учебным планом и утвержденным расписанием). Оценка уровня освоения знаний и умений обучающихся в ходе рубежного и итогового контролей осуществляется по 5-бальной шкале. Отметки выставляются в Журнале учета работы педагога дополнительного образования.