



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №165
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы №165
(протокол от 30.08. 2024 года № 1)

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГБОУ школы №165
от 30.08. 2024 года № 182 –ДОП

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей) несовершеннолетних
обучающихся
(протокол от 30 августа 2024 г. № 1)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Волейбол»

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 13-18 лет

Разработчик:
Зубков Яков Аркадьевич,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейболист» разработана в соответствии с актуальными федеральными и региональными документами в сфере образования.¹

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся 13-18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятию данным видом спорта.

Актуальность программы заключается в восполнении недостатка двигательной активности у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Быстро меняющаяся обстановка приучает волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации.

Волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Уровень освоения программы: общекультурный

Объем и срок освоения программы: 1 год, 144 ак. часа в год

Цель программы: создание оптимальных условий для укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей обучающихся посредством систематических занятий волейболом.

Задачи

Обучающие задачи:

1. продолжить учить историю волейбола в России и СССР;
2. совершенствовать знания о тактике игры;
3. сформировать представление о проведении соревнований по волейболу;
4. закрепить знания о тактике, технике и особенностях спортивной игры «Волейбол»;
5. соблюдать правила игры в игровой деятельности.

Воспитательные задачи:

1. воспитывать чувство товарищества, личной ответственности за результат тренировочного процесса;
2. сформировать представление о здоровом образе жизни.

Развивающие задачи:

1. совершенствовать двигательные навыки обучающихся: приём мяча, подача, нападающий удар.

¹ 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: государственный язык РФ – русский.

Форма обучения: очная.

Условия набора и формирования групп

На обучение по программе принимаются все желающие в возрасте 13-18 лет без медицинских противопоказаний.

Количество обучающихся в группе: не менее 15 человек.

Формы организации и проведения занятий:

1. Групповая
2. Кооперативно-групповая
3. Парная
4. Индивидуально-групповая
5. Индивидуальная

Формы проведения занятий: традиционное учебное занятие, тренировка, соревнование.

Формы организации деятельности на занятии:

- фронтальная: рассказ, объяснение, показ педагога, беседа;
- групповая: отработка материала;
- индивидуальная: коррекция пробелов в знаниях и отработка отдельных тем.

Материально-техническое оснащение программы:

№	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения
1	Стенка гимнастическая
2	Перекладина гимнастическая
3	Скамейка гимнастическая жесткая
4	Сетка для большого тенниса
5	Коврик гимнастический
6	Маты гимнастические
7	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)
8	Мяч малый (теннисный)
9	Скакала гимнастическая
10	Палка гимнастическая
11	Обруч гимнастический
12	Сетка для переноса мячей
13	Подвижные и спортивные игры
14	Сетка для переноса и хранения мячей
15	Жилетки игровые
16	Стойки волейбольные
17	Сетка волейбольная
18	Мячи волейбольные
19	Компрессор для накачивания мячей
20	Средства первой помощи
21	Аптечка медицинская

Кадровое обеспечение: программа реализуется под руководством педагога дополнительного образования, отвечающий всем требованиям квалификационной характеристики для соответствующей должности педагогического работника.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- выстраивание своего общения со сверстниками, старшими и младшими в разных ситуациях совместной деятельности, особенно направленной на общий результат;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- осознание потребности и готовности к самообразованию.

Метапредметные результаты:

- самостоятельное планирование пути достижения цели;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- умение работать индивидуально, в парах и в группе;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

Предметные результаты:

- рост физических показателей у всех занимающихся;
- формирование потребности в движении, активном образе жизни;
- победы и призовые места у сборной команды на различных соревнованиях;
- высокие личные результаты.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1.	Организационный урок. Инструктаж по ОТ	1	-	1	Беседа. Игровые элементы
2.	Теоретическая подготовка	4	-	4	Педагогические наблюдения
3.	Общая физическая подготовка	1	9	10	Педагогические наблюдения Самоанализ
4.	Специальная физическая подготовка	2	12	14	Педагогические наблюдения. Самоанализ
5.	Техническая подготовка	2	14	16	Педагогические наблюдения. Самоанализ
6.	Тактическая подготовка	4	12	16	Педагогические наблюдения. Самоанализ
7.	Игровая подготовка	2	4	6	Педагогические наблюдения. Самоанализ
8.	Контрольные испытания	2	2	4	Педагогические наблюдения
9.	Организационное занятие.	1	-	1	Беседа. Игровые элементы
10.	Теоретическая подготовка	4	-	4	Педагогические наблюдения
11.	Общая физическая подготовка	1	9	10	Педагогические наблюдения. Самоанализ
12.	Специальная физическая подготовка	2	6	8	Педагогические наблюдения. Самоанализ

13.	Техническая подготовка	2	10	12	Педагогические наблюдения. Самоанализ
14.	Тактическая подготовка	2	10	12	Педагогические наблюдения. Самоанализ
15.	Игровая подготовка	2	14	16	Педагогические наблюдения Самоанализ
16.	Контрольные испытания	2	8	10	Педагогические наблюдения
	Итого:	34	110	144	