

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
НОВОМИХАЙЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

**Рассмотрена**  
на заседании  
Педагогического совета  
от «26» августа 2026 г.  
Протокол №1

**Утверждаю**  
**Директор**

Для  
МКОУ Новомихайловская СОШ  
регистрации документов

  
Т.Ю. Свиридова

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности**

**«Волейбол»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор – составитель программы:  
**Гаврилкин Владимир Валерьевич,**  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории

Новомихайловка 2026 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....3-8**

- 1.1. Пояснительная записка.....3-5
- 1.2. Цель и задачи программы.....5
- 1.3. Содержание программы.....6-7
- 1.4. Прогнозируемы (планируемые) результаты.....8

### **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....8-12**

- 2.1. Календарный учебный график.....8
- 2.2. Условия реализации программы.....8-10
- 2.3. Методические материалы.....10-12
- 2.4. Рабочая программа воспитания .....13-17
- 2.5. Список литературы.....17

## **Нормативно-правовые основы программы:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный Закон от 30.04.2021г. №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р);
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «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»;
7. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 г., протокол № 3).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
9. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020г. №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
12. 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».

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ.ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.)(Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242).

14. Устав МКОУ Новомихайловская СОШ.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: физкультурно-спортивная.

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия волейболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

**Актуальность** и педагогическая целесообразность программы. Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Неотъемлемой частью физического развития и становления как личности в подростковом периоде является физическое воспитание школьников. Одним из средств физического воспитания являются спортивные игры. Одной из самых популярных спортивных игр, получивших широкое распространение, в том числе и в быту, является волейбол.

Волейбол - один из наиболее увлекательных, массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, высоко прыгать. Мгновенно менять направление и скорость движения, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц.

Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умение пользоваться приобретенными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

**Отличительные особенности и новизна.** Программа направлена на создание условий для максимального влияния образовательного процесса на развитие индивидуальности ребенка, путем использования комплекса педагогических технологий: здоровьесберегающих, игровых, развивающего обучения, проблемного обучения.

Программа предусматривает 3 этапа обучения:

1 этап: На данном этапе решаются следующие задачи: воспитание у детей способности к восприятию требований педагога, внимательности, послушания, развитие физических способностей. Происходит ввод детей в мир волейбола, ознакомление с правилами и техникой игры.

Для детей 11-17 лет учебно-тематический план составлен с учетом их психолого-возрастных особенностей, при этом основной задачей является пробудить интерес к игре в волейбол.

Для этого необходимо сформировать нравственно-волевую готовность к учебной деятельности, умение слушать и выполнять требования педагога. Весь процесс обучения строится на поддержании интереса к игре волейбол, ведении детей от успеха к успеху. Из опыта работы установлено, что более продуктивные занятия - это групповые по 12-15 человек в группе.

2 этап. Продолжение физического развития ребёнка по подготовке его к введению в мир игры волейбол. Изучение основных правил волейбола. Получение первых навыков и умений владеть мячом.

3 этап. Продолжается работа по закреплению положительных черт характера, ребята учатся играть простые любительские партии, а также участвовать в групповых соревнованиях.

#### **Адресат программы.**

Программа рассчитана на юношей и девушек среднего и старшего школьного возраста 11 -17 лет, мотивированных к данному виду деятельности. Количество обучающихся в группе ограничено до 15 человек. Зачисление осуществляется при желании ребёнка, по заявлению его родителей (законных представителей). Особенности набора детей – учащиеся 11-17 лет с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача). Дифференцированный и индивидуальный подход особенно важен для учащихся, имеющих или низкие или высокие результаты. Развитие высшей нервной деятельности, двигательных, физических качеств создаёт благоприятные условия для успешного осуществления специализированных занятий, по волейболу начиная с 11-12 лет достигает, наибольших показателей к 16-17 годам.

Физические нагрузки при трудовых процессах, естественных движениях человека, занятиях спортом оказывают влияние на все системы организма, в том числе и на мышцы. Изменяя их строение и функцию. При тренировке начинающих спортсменов необходимо обращать особое внимание на развитие силы «ведущих» групп мышц.

#### **Объем и сроки освоения программы**

Программа рассчитана на учебный год, с сентября по май, общий объем учебных часов - 72. Программа реализуется в течение всего календарного

года, включая каникулы.

### **Формы обучения**

Форма обучения — очная.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Группы учащихся формируются из детей 5-7 классов и 8-10 классов.

Группы имеют постоянный состав, численный состав группы: 10-15 человек.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся по утвержденному расписанию, 2 раза в неделю по 2 академических часа, 1 час составляет 45 минут, перерыв между занятиями 15 минут.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель**—обучение игре в волейбол, способствовать всестороннему физическому развитию, способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

### **Задачи программы.**

#### Воспитательные (личностные):

- Воспитывать выдержку, волю, стойкий характер и интерес к игре в волейбол;
- развивать умение работать в коллективе;
- развивать познавательный интерес и осознанную мотивацию к продолжению самостоятельного изучения волейбольной грамоты; -формировать дух соперничества.

#### Развивающие (метапредметные):

- развивать потребность в саморазвитии (тренировка памяти, внимания, творческого воображения); в общении; в здоровом образе жизни;
- развивать мотивацию к решению игровых задач;
- формировать навыки самодисциплины.

#### Учебные (предметные):

- обучать правилам и методам игры в волейбол;
- Формировать общую культуру посредством обучения игры в волейбол.

Задачи решаются в комплексе, соответствуют возрастным особенностям детей и способствуют более эффективному процессу обучения детей навыкам игры в волейбол.

### **Содержание программы Учебный план**

Допускается корректировка программного содержания занятия, количество установленных для каждого цикла учебных часов, последовательности изучения тем в зависимости от конкретных условий работы, особенностей детей, успешности освоения ими программного материала.

| № | Наименование базовых разделов | Всего уч. часов | теория | практика | Формы аттестации |
|---|-------------------------------|-----------------|--------|----------|------------------|
|---|-------------------------------|-----------------|--------|----------|------------------|

|    |                                                    |    |    |    |                                                                     |
|----|----------------------------------------------------|----|----|----|---------------------------------------------------------------------|
| 1  | Введение                                           | 1  | 1  | -  | Входная диагностика                                                 |
| 2  | Физическая культура и спорт в России.              | 1  | 1  | -  | Тестирование                                                        |
| 3  | История развития волейбола.                        | 1  | 1  | -  | Тестирование                                                        |
| 4  | Влияние физических упражнений на организм человека | 3  | 1  | 2  | Педагогический контроль                                             |
| 5  | Гигиена волейболиста                               | 1  | 1  | -  | Тест-практикум                                                      |
| 6  | Техническая подготовка.                            | 5  | 1  | 4  | Тест-практикум                                                      |
| 7  | Тактическая подготовка                             | 5  | 1  | 4  | Тест-практикум                                                      |
| 8  | Правила игры в волейбол                            | 5  | 1  | 4  | Игра                                                                |
| 9  | Общая физическая подготовка                        | 9  | 1  | 8  | Тест-практикум                                                      |
| 10 | Специальная физическая подготовка                  | 11 | 1  | 10 | Игра                                                                |
| 11 | Контрольные испытания.                             | 16 | -  | 16 | Товарищеские матчи, турниры                                         |
| 12 | Контрольные игры и судейская практика.             | 12 | 2  | 10 | Товарищеские матчи, турниры                                         |
| 13 | Итоговое занятие                                   | 2  | -  | 2  | Итоговая аттестация(тестовые задачи, участие в играх, устный опрос) |
|    | ИТОГО                                              | 72 | 12 | 60 |                                                                     |

### 1.3. Содержание программы

2. Теория. Введение.(1 час)

3. Теория. Физическая культура и спорт в России. (2 часа)

Развитие физической культуры и спорта в России. Выдающиеся достижения российских спортсменов.

4. Теория. История развития волейбола. (2 часа)

Характеристика волейбола как средства физического воспитания молодежи.

История возникновения волейбола. Развитие волейбола в России и за рубежом.

Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.

5. Теория. Влияние физических упражнений на организм человека (4 часа)

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития двигательных качеств и достижение высоких спортивных результатов. Закаливание организма

**6. Теория. Гигиена волейболиста (2 часа)**

Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Оказание первой медицинской помощи (до врача).

**7. Практика. Техническая подготовка (8 часов)**

Обучение технике - важнейшая задача учебно-тренировочной работы (при помощи подготовительных и подводящих упражнений). Технику волейбола составляют специальные технические приемы:

- перемещения,
- подачи,
- передачи,
- нападающие удары,
- блокирование.

**8. Практика. Тактическая подготовка (8 часов)**

Тактическая подготовка волейболиста представляет собой постепенное усложнение условий, в которых приходится действовать занимающимся и индивидуально, и во взаимодействии с другими игроками. Формирование тактических умений - это:

- умение принять правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях,
- умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия,
- умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Основные приемы техники игры в волейбол и способы их выполнения:

- перемещения,
- прием нападающего удара
- прием подачи,
- передачи,
- подача мяча,
- нападающие удары,
- блокирование.

Тактика нападения и тактика защиты:

- индивидуальные действия,
- групповые действия,
- командные действия.

**9. Правила игры в волейбол (6 часов)**

Правила игры в волейбол. Методика судейства. Терминология и судейские жесты.

**10. Общая физическая подготовка (10 часов)**

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах.

Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Спортивные игры: баскетбол, футбол

Подвижные игры и эстафеты

#### **11. Специальная физическая подготовка (20 часов)**

- прыжковые упражнения: имитация нападающего удара, имитация блокирования,
- упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации: смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера
- игры и эстафеты с препятствиями.

#### **12. Контрольные испытания (30 часов)**

- Контрольные испытания по общей физической подготовке
- Контрольные испытания по технической подготовке .

**13. Контрольные игры и судейская практика. (41 час)** Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей первого и второго судей, судей на линии.

**14. Итоговое занятие. (2 часа)** Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры

### **1.4.Прогнозируемые (планируемые) результаты**

Воспитательные личностные):

- будут сформированы выдержка, воля, стойкий характер и интересные игры в волейбол;
- будет развита потребность к здоровому образу жизни, стремление к самообразованию и саморазвитию, ответственность за работу членов коллектива и результат;
- будут сформированы навыки самодисциплины.

Развивающие(метапредметные):

- будет развита потребность в саморазвитии (тренировка памяти, внимания, творческого воображения); в общении;
- будет развита мотивация к решению игровых задач;

Учебные (предметные):

- будут знать правила и методы игры в волейбол;
- Будут знать волейбольную терминологию; основные правила ведения партий; биографию известных волейболистов.
- будут уметь ориентироваться на волейбольном поле; анализировать ход игры; знать правила игры.

## **Раздел 2. Комплекс организационно—педагогических условий**

## 2.1.Календарный учебный график

| Период               | Дни недели | Время                      | Форма занятий | Место          | Форма контроля |
|----------------------|------------|----------------------------|---------------|----------------|----------------|
| С сентября<br>По май | Вторник    | 19.00-19.45<br>20.00-20.45 | групповая     | Спортивный зал | Наблюдение     |
| С сентября<br>По май | Пятница    | 19.00-19.45<br>20.00-20.45 | групповая     | Спортивный зал | Наблюдение     |

## 2.2.Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

Для занятий имеется просторный спортивный зал, волейбольная сетка, мяч.

### Информационное обеспечение

Имеются электронные образовательные ресурсы для проведения занятий.

Мультимедийные презентации по темам, видеофильмы.

### Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, имеющий средне – специальное или высшее педагогическое образование физкультурно-спортивной направленности.

### Формы аттестации

В программе предусмотрен педагогический контроль, включающий в себя комплекс методик, направленных на определение уровня усвоения программного материала, степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности, развитие коммуникативных способностей, рост личностного развития ребенка.

Отслеживание и проверка результатов осуществляется в виде текущего, и итогового контроля.

Текущий контроль осуществляется по итогам изучения отдельных тем (разделов), с использованием форм контроля: входная диагностика, тестирование, тест-практикум, игра, товарищеские матчи, турниры. По мере накопления детьми знаний и опыта игры, педагогом организуются сеансы одновременной игры, как особая форма оценки результатов.

Итоговая аттестация учащихся проводится 1 раз в год по окончании учебного года (апрель-май). Проводится в форме выполнения тестовых задач, устного опроса, участия в играх.

Конечным результатом обучения считается умение сыграть по правилам волейбольную партию от начала до конца без нарушения правил. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике.

Итогом реализации дополнительной образовательной программы является участие учащихся в тренировочных турнирах выходного дня, соревнованиях.

Итоговая оценка развития качеств учащегося производится по трем уровням:

- «высокий — 3 балла» — положительные изменения личностных качеств учащихся в течение учебного года признаются как максимально возможные для него;
- «средний—2балла»—изменения произошли,но учащийся потенциально был способен к большему;
- «низкий — 1 балл» — изменения не замечены.

Итоговаяоценкавыводитсякаксреднийбаллизсуммыоценок.

Оценочный материал:

- подборка тестовых задании по темам;
- перечень вопросов по пройденному материалу для промежуточной (итоговой аттестации)учащихся.

Способы фиксации результатов:

- информационные листы; -
- квалификационные турниры; -
- конкурсы решения задач.

## Оценочные материалы

### Общефизическая и специальная физическая подготовка.

| №<br>п/п | Видыиспытаний                                                                                                    | мальчики    | девочки   |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|
| 1        | Бег 30 м                                                                                                         | с 6,1 - 5,5 | 6,3 – 5,7 |
| 2        | Челночныйбег 3х10 м                                                                                              | 9,3 – 8,8   | 9,7 – 9,3 |
| 3        | Прыжки в длину с места, см                                                                                       | 160 - 180   | 150 - 175 |
| 4        | 6-минутный бег, м                                                                                                | 1000-1100   | 850-1000  |
| 5        | Наклон вперед из положения сидя, см                                                                              | 6 - 8       | 8 - 10    |
| 6        | Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки) | 5-7         | 10 - 14   |
| 7        | Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин)                                                                               | 100-110     | 110-120   |
| 8        | Прыжки в высоту с разбега, см                                                                                    | 90-100      | 80-90     |
| 9        | Прыжки в высоту с места, см                                                                                      | 40-45       | 35-40     |

**Технико-тактическая подготовка.**

| № п/п | Виды испытаний                                                                | мальчики | девочки |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|
| 1     | Нижняя прямая подача с расстояния 6 м от сетки (кол-во удачных попыток из 10) | 7-9      | 6-8     |
| 2     | Жонглирование мячом над собой верхней передачей (кол-во раз)                  | 8-10     | 5-7     |
| 3     | Жонглирование мячом над собой нижней передачей (кол-во раз)                   | 5-7      | 4-6     |
| 4     | Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)       | 3        | 2       |

Способы проверки: проводится мониторинг промежуточный (уровень освоения ребенком программного материала); итоговый (как ребенок компетентен в том, что он приобрел, и как он может применить эти знания на практике), где ребенок решает волейбольные задачи.

Полученные путем наблюдения за детьми на занятиях результаты анализируются и систематизируются посредством мониторинга.

Уровни освоения программы:

- высокий (ребенок активен, может самостоятельно применить на практике знания, доводит работу до конца, способен сделать самостоятельный вывод и т. д.);
- средний (ребенок часто активен на занятиях; время от времени затрудняется),
- самостоятельно применить свои знания к ситуации; способность сделать вывод, неустойчива; ребенок опирается на помощь взрослого и т.д.),
- Достаточный (ребенок редко активен на занятиях; не может применить усвоенные знания на практике; редко включается в выполнение творческих заданий; делает выводы только совместно с взрослым и т.д.)

**2.3.Методические материалы**

**Методы обучения:** репродуктивный, эвристический, проблемный.

**Формы организации учебного занятия:** чемпионат, игра, соревнования, практическое занятие.

**Педагогические технологии:**

- Технология проблемного обучения. Преобразующая деятельность

школьников начального звена может быть наиболее эффективно реализована в процессе выполнения заданий проблемного характера.

- Информационно-коммуникационные технологии. Процесс обучения одаренных детей предусматривает наличие и свободное использование разнообразных источников и способов получения информации, в том числе через компьютерные сети.
- Здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение физического, психического, нравственного и духовного здоровья.

Игровые технологии способствуют ускорению процесса адаптации, межличностному и территориальному знакомству, выявлению лидеров и аутсайдеров, помогают в усвоении детьми волейбольной игры.

### **Алгоритм учебного занятия**

Занятия состоят из теории и практики. Начинать занятие рекомендуется со своеобразной волейбольной разминки.(выполняют упражнения на растяжку, передачу и приём мяча ). Далее идет теория, практические занятия, игра. Заканчивается занятие подведением итогов, и затем дается очередное самостоятельное задание. В конце каждого занятия называются фамилии и имя учащихся, успешно освоившие пройденную тему.

Занятия строятся по дидактическим принципам:

- доступность:от простого к сложному, от известного к неизвестному,от частного к общему;
- наглядность: ярко, занимательно, с новизной;
- переход от одной темы к другой только после усвоения материала большинством детей (с чувством меры, установкой на систематичность и последовательность изучения);
- приоритет практических занятий над теоретическими;
- стимулирование ситуации успеха;
- воспитывающий характер обучения.

### **Дидактические материалы**

1. Разработки тем занятий.
2. Краткий экскурс в историю волейбола-демонстрационное пособие.
3. Эссе о жизни выдающихся волейболистов современности.
4. Досуговая деятельность (сценарии проведения волейбольных досугов и праздников).
5. Методические разработки игр(дидактических,словесных,настольных)

6. Лекционные материалы.
7. Фотографии великих волейболистов.
8. Подборки заданий и упражнений.

#### **2.4. Рабочая программа воспитания**

Актуальность программы воспитания состоит в том, что она направлена на организацию не только содержательного досуга учащихся, их творческой самореализации, но и интеллектуального развития, удовлетворение потребности в активных формах познавательной деятельности.

**Цель** – создание условий для формирования интеллектуальной, нравственной, созидающей личности обучающегося, самостоятельно мыслящей и имеющей собственную жизненную позицию.

**Задачи:** формировать новые умения при социальном взаимодействии, мотивацию к занятиям; реализовывать воспитательные возможности дополнительного образования, поддержать традиции объединения и учреждения при проведении мероприятий; укреплять дружественные отношения между педагогом, обучающимися, родителями через приобщение к участию мероприятиях.

Процесс воспитания в творческом объединении основывается на следующих принципах: ориентир на создание в объединении психологически комфортной среды для каждого обучающегося; реализация процесса воспитания главным образом через создание в объединении мероприятий, которые бы объединяли детей и родителей, учащихся и педагога познавательными делами, позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.

**Особенности** организуемого воспитательного процесса: обучающиеся демонстрируют свои достижения не только на занятиях и соревнованиях по волейболу, но и на мероприятиях, в конкурсном пространстве. Подготовка и выступления на мероприятиях приносят в общественное сознание обучающихся чувство социальной значимости.

Результаты волейболиста, их масштаб и стабильность зависят не столько от таланта и чисто волейбольного искусства, но в огромной степени и от человеческих качеств. Например, состояние здоровья, запас энергии,

работоспособность, боевой дух, уверенность в собственных силах, умение поддерживать высокий уровень концентрации внимания, и другие. Именно над этим необходимо работать педагогу при подготовке к мероприятиям.

Особенности организуемого воспитательного процесса и в том, что волейбол заставляет ребенка построить таблицу ценностей и сохранять её в порядке. Игра требует от игрока смелости, осторожности, силы и бережливости в распоряжении средствами и является хорошим образцом для деятельности вне волейбольной сферы.

Содержание воспитания предусматривают воспитание качеств:

- **интерес к самому себе:** «Чего я хочу? Что я могу? Что я для этого умею?», эти вопросы обучающийся должен самостоятельно ставить перед собой и отвечать на них без боязни (результат: целеустремленность, собранность, выдержка);

-**признание себя как личности:** обучающемуся необходимо почувствовать свою значимость, помочь сформировать адекватную самооценку, уверенность в своих силах, чувство собственной успешности (результат: усидчивость, внимательность, воля, планирование своих действий);

-**умение управлять самим собой:** право выбора того или иного решения, ответственность за принятое решение перед самим собой (результат: привыкает самостоятельно думать, принимать решения, бороться до конца, не унывать при неудачах, не поддаваться панике во время игры);

-**уважение чужого мнения:** научиться высказывать свое мнение, уметь отстаивать его и признавать свою неправоту, принимать неизбежные ошибки как должное, не формируя в себе комплекса вины (результат: становится самокритичнее, терпимее к разным людям, вещам и взглядам, развитие товарищеских взаимоотношений);

-**любопытность, развитие интеллектуальных навыков, вовлеченность в деятельность:** проявить себя, продемонстрировать свои умения (результат: трудоспособность, хорошая адаптация в социальной среде, интеллектуальное времяпрепровождение, формирование интеллектуальной культуры, широкого кругозора);

-**эмоциональная устойчивость:** умение вызывать у себя одни (положительные) эмоции и избавляться от других (результат: умение прощать, не таить обиду, управлять своим страхом, воспитание ответственности и чувства взаимопомощи);

-**наличие позитивной мотивации действий и поступков:** стимулом являются индивидуальные мотивы (результат: заинтересованность, вера в собственные силы, положительные эмоции, перспективы, привитие навыков культурного поведения, чувства патриотизма).

Воспитательная работа организована по следующим направлениям: эстетическое, досуговое, интеллектуально-познавательное, гражданско-патриотическое, духовно-нравственное. Используются разнообразные формы работы: викторина, выставка, праздник, мастер-класс, игра-путешествие, утренник, вечер-встреча, просмотр фильма, экскурсия.

**Планируемые результаты реализации программы воспитания:**

| Планируемые результаты                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Показатели оценивания планируемых воспитательных результатов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Будут сформированы основы интеллектуальной культуры, расширится кругозор;<br>2. У обучающихся будут сформированы навыки самодисциплины и организованности;<br>3. Будут приобщены к здоровому образу жизни, творчеству;<br>4. Будут сформированы способности к адекватной самооценке и самоконтролю;<br>5. Будут сформированы личностные качества: трудолюбие, настойчивость, целеустремленность, активность, воля к победе, эмоциональная устойчивость.<br>6. Будут ознакомлены с историей развития волейбола, получают представления о роли волейбола в жизни человека;<br>7. Будут приобретены навыки организации отдыха и досуга с использованием волейбольной игры, навыки работы в команде. | 1. Педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся в процессе мероприятий, в том числе ведения волейбольной партии.<br><br>2. Результаты выполнения различных творческих заданий при подготовке к мероприятиям.<br><br>3. Творческая активность участия в мероприятиях, во внутренних волейбольных играх.<br><br>4. Умение работать в команде.<br><br>5. Демонстрация знания о волейболе, истории волейбола. |

**Календарный план воспитательной работы**

| Направления воспитательной работы | Название мероприятия, события, форма его проведения | Цель и краткое содержание | Сроки проведения | Ответственный исполнитель |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------|------------------|---------------------------|
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------|------------------|---------------------------|

|  |                                |                                                               |                                                                                                                                                   |          |                          |
|--|--------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------|
|  | Эстетическое                   | «Праздник осени»,<br>викторина                                | Создание условий для формирования творческой позиции учащихся.<br>Использование литературно-художественного материала (стихи, пословицы об осени) | Сентябрь | Руководитель объединения |
|  | Досуговое                      | «День бабушек и дедушек»<br>выставка,<br>мастер-класс         | Создание условий для установления доверительных и творческих отношений между детьми, родителями и педагогами                                      | Октябрь  | Руководитель объединения |
|  | Интеллектуально-познавательное | «Путешествие по волейбольной стране», игра-путешествие        | Создать для учащихся возможность проявлять свои умения и творческие достижения. Ведущая – волейбольная королева, проходит формате сказки.         | Ноябрь   | Руководитель объединения |
|  | Досуговое                      | «Новогодний калейдоскоп»,<br>утренник                         | Организация содержательного досуга, подготовка концертных номеров                                                                                 | Декабрь  | Руководитель объединения |
|  | Интеллектуально-познавательное | «В- школа творчества»,<br>вечер-встреча                       | Познакомить с историей возникновения волейбола, встреча с известными волейболистами района                                                        | Январь   | Руководитель объединения |
|  | Гражданско-патриотическое      | «День защитника Отечества»,<br>просмотр фильма,<br>обсуждение | Формирование основ гражданственности и патриотизма                                                                                                | Февраль  | Руководитель объединения |

|  |                              |                                                                 |                                                                                            |        |                             |
|--|------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------|
|  | Духовно-<br>нравственно<br>е | «Нам<br>мир<br>завещал<br>и<br>беречь»,<br>экскурсия<br>в музей | Формирование<br>ценности своего<br>существования,<br>сохранение памяти о<br>Великой победе | Апрель | Руководитель<br>объединения |
|--|------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------|

## **2.5. Список литературы:**

### **Литература для педагога**

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
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. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

### **Литература для учащихся:**

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт.

