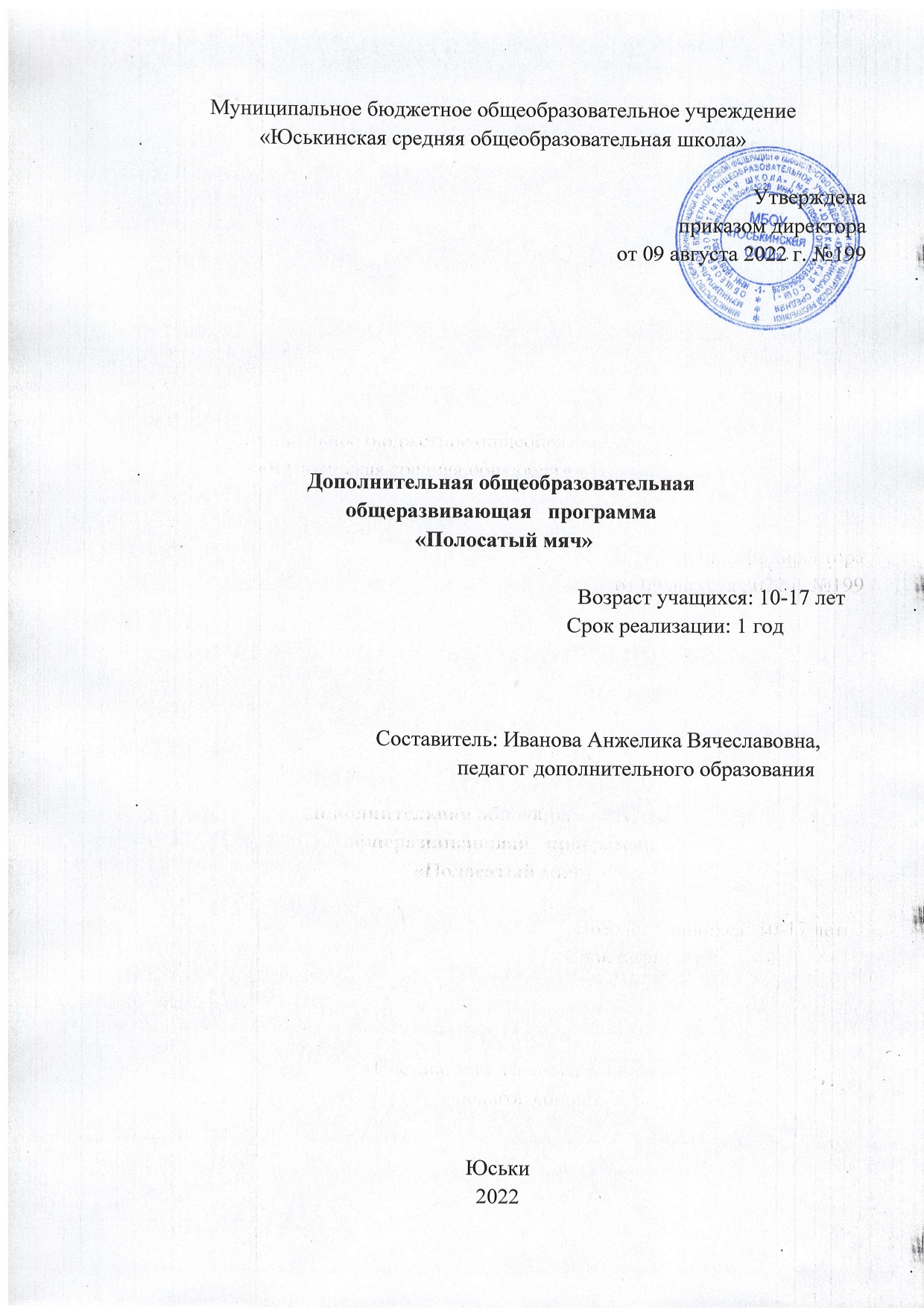
****

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Полосатый мяч» разработана на основании действующего законодательства, Устава и локальных актов МБОУ «Юськинская СОШ».

**Направленность программы**: физкультурно-спортивная.

**Уровень программы.**Уровень программы ознакомительный.

**Актуальность программы**: заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемерная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования. В связи с этим необходимо организовать образовательный процесс в школе с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, предоставить возможность для творческой деятельности и самореализации личности. Если все это будет учтено, то будет сохранено здоровье учащихся, сформированы навыки и позитивное отношение к здоровому образу жизни.

**Отличительные особенности программы**:Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта, а то есть конкретного вида игровой деятельности как волейбол. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти проблему призвана Программа, направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**Новизна программы**заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься новым для школы видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**Педагогическая целесообразность -** позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

**Адресат программы**: учащиеся 10-17 лет, учащиеся с 5 класса, (при опережающем физическом развитии возможно с 4 класса) с разным уровнем физической подготовленности, на основании допуска врача. Минимальное количество 12 человек, максимальное 24 человека.

**Практическая значимость** программы заключается в приобщении учащихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, в возможности овладевать «играючи» новыми двигательными умениями и навыками, утверждении паритета между оздоровительно-тренировочной направленностью занятий в секции и её направленностью на развитие личности обучающегося.

**Преемственность программы.** Формирование компетенций здорового образа жизни в дополнительном образовании дополняет формирование универсальных учебных действий в общеобразовательной школе с уроками физической культуры: развитие подвижности, ловкости, гибкости, скорости реакции. Участие в спортивных соревнованиях школы и района, участие в конференциях по защите проектов по ЗОЖ;  с уроками биологии и валеологии: строение организма, физические нагрузки, строение и развитие мышечной системы, с уроками ОБЖ: опасности и травмы, оказание первичной медицинской помощи.

**Объем и срок освоения программы**: общее количество учебных часов- 68, срок реализации программы 1 год.

**Особенности реализации образовательного процесса,формы организации образовательного процесса.**

При планировании и организации учебного процесса предусматриваются групповая и индивидуально-групповая формы обучения. При наличии в объединении детей с особыми образовательными потребностями возможно использование индивидуальной формы обучения. Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми.

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Групповые, теоретические и практические занятия,

- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),

- Подвижные игры,

- Эстафеты,

- Квалификационные испытания.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

**Форма обучения**: очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:** общее количество часов- 68 часа, по 2 академических часa в неделю (по 45 минут). Данный режим соответствует требованиям СанПиН по организации занятий в детских объединениях физкультурно-спортивной направленности.

**Цель и задачи программы**

**Цель программы:** приобщение учащихся к здоровому образу жизни, формирование сборной команды школы для участия в первенстве района по волейболу.

**Задачи:**

1. Развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

**2. С**одействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности: укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие быстроты, ловкости, гибкости; отбор детей, способных к занятию волейболом и дальнейшее развитие их физических способностей; развитие навыков общения и коммуникации в коллективе.

**3.**Усвоить в ходе занятий правила техники безопасности и основной теоретической базы игры в волейбол;

4. Обеспечить в ходе занятий усвоение основных приемов игры в волейбол; выполнять технические приемы и тактические действия.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации (контроля) |
| Всего | Теория | Практика |
| **1.** | **Общая физическая подготовка** | **14** | **6** | **8** |  |
| 1.1. | Техника безопасности на занятиях волейболом. Гигиенические знания и навыки. | 1 | 1 |  |  |
| 1.2. | Легкоатлетические упражнения | 2 | 1 | 1 |  |
| 1.3. | Упражнения для развития силы | 2 | 1 | 1 |  |
| 1.4. | Упражнения для развития быстроты | 2 | 1 | 1 | Соревнование по сдаче нормативов |
| 1.5. | Упражнения для развития гибкости | 2 | 1 | 1 |  |
| 1.6. | Упражнения для развития ловкости | 2 | 1 | 1 |  |
| 1.7. | Спортивные и подвижные игры | 3 |  | 3 | Соревнование по сдаче нормативов |
| **2** | **Специальная физическая подготовка** | **22** | **9** | **13** |  |
| 2.1 | История развития волейбола. | 1 | 1 |  |  |
| 2.2 | Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча | 3 | 1 | 2 |  |
| 2.3. | Упражнения для развития выносливости | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.4. | Упражнения для развития ловкости | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.5. | Упражнения для развития прыгучести | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.6. | Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.7. | Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передачи мяча | 3 | 1 | 2 |  |
| 2.8. | Упражнения на переключение в выполнении технических приемов | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.9 | Выбор места для выполнения верхней и нижней передачи | 2 | 1 | 1 |  |
| 2.10 | Спортивные игры | 3 |  | 3 | Соревнования по сдаче приемов |
| 3. | **Игровая подготовка** | **29** | **3** | **26** |  |
| 3.1 | Правила соревнований по волейболу. | 2 | 1 | 1 |  |
| 3.2 | Спортивная терминология. | 2 | 1 | 1 |  |
| 3.3 | Правила игры в волейбол | 2 | 1 | 1 |  |
| 3.4 | Чередование способов подач | 2 |  | 2 |  |
| 3.5 | Прием подачи | 2 |  | 2 |  |
| 3.6 | Перемещение по площадке | 2 |  |  |  |
| 3.7 | Сочетание способов перемещений | 2 |  | 2 |  |
| 3.8 | Чередование технических приемов | 2 |  | 2 |  |
| 3.9 | Сочетание способов перемещений с техническими приёмами | 2 |  | 2 |  |
| 3.10 | Взаимодействие игроков разных зон | 2 |  | 2 |  |
| 3.11 | Блокирование нападающего удара | 2 |  | 2 |  |
| 3.12 | Страховка партнера | 2 |  | 2 |  |
| 3.13 | Учебная игра | 3 |  | 3 |  |
| 3.14 | Турнир по волейболу | 2 |  | 2 | Контрольное соревнование |
| **4** | **Нормативы** | **3** | **1** | **2** |  |
| 4.1 | Выполнение нормативов | **3** | **1** | 2 | Сдача нормативов |
|  | Итого: | **68** | **19** | **49** |  |

**Содержание учебного плана**

**1.Общая физическая подготовка**

**1.1Техника безопасности на занятиях волейболом. Гигиенические знания и навыки.**

*Теория:* Правила техники безопасности во время учебно-тренировочных занятий, экскурсий, показательных выступлений, соревнований, тестовых испытаний. Правила пожарной безопасности. Правила безопасности дорожного движения

**1.2 Легкоатлетические упражнения**

*Практика :* различные виды бега, прыжки с места, подтягивание, отжимания,

**1.3 Упражнения для развития силы**

*Практика:*упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами.

**1.4 Упражнения для развития быстроты**

*Практика:* упражнения выполнение скорости реакции, бег по хлопку из упора лежа, бег спиной вперед, короткие перебежки с мячом в руках и без мяча, ловля мяча сидя

**1.5 Упражнения для развития гибкости**

*Практика:* перекаты в сторону из положения лежа и упора стоя на коленях.

Перекаты вперед и назад прогнувшись, лежа на бедрах, с опорой и без опоры руками.

Перекат со сторон, согнувшись с поворотом на 180 ° из седа ноги врозь с захватом за ноги.

**1.6 Упражнения для развития ловкости**

*Практика:* подброс мяча и ловля, преодоление препятствий через движущиеся мячи.

**1.7 Спортивные и подвижные игры**

*Практика:* Волейбол, ловля, передача, ведение мяча, основные способы бросков через сетку. Пионербол. Индивидуальные тактические действия в защите и нападении и простейшие взаимодействия игроков в защите и нападении.

**2. Специальная физическая подготовка**

**2.1 История развития волейбола.**

*Теория:* 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

**2.2 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча**

*Практика:* подбор упражнений способствующих развитию качеств необходимых при выполнений приема и передачи, передача мяча в парах, над собой, развитие кистей рук, движение на месте с мячом.

**2.3 Упражнения для развития выносливости**

*Практика:* бег на длительное время, бег из различных положение, подвижные игры с использованием бега.

**2.4 Упражнения для развития ловкости**

Практика: подбор упражнений с мячом, передачи мяча, броски мяча в парах на расстоянии, бег и передача мяча в парах и колоннах.

**2.5 Упражнения для развития прыгучести**

*Практика:* прыжки через скакалку, препятствие, прыжки в высоту на месте, подвижные игры с прыжками.

**2.6 Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий**

*Практика:* выполнение различных эстафет с передачей предмета в колоннах , парах.

**2.7 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передачи мяча**

Теория: выбор и пояснение упражнений для развития качеств для приема и передачи мяча.

*Практика:* выполнений упражнений передачи мяча в парах , и приема , выбор способа передачи и приема.*Форма контроля:* педагогическое наблюдение

**2.8 Упражнения на переключение в выполнении технических приемов**

*Теория:* объяснение в выборе расстановки и комбинации при игре.

*Практика:* выполнение передачи мяча в группах по 3 ,4 человека около сетки.

**2.9 Выбор места для выполнения верхней и нижней передачи**

Практика: выполнение верхней и нижней передачи , с различных позиции на площадке, в паре и через сетку.

**3. Спортивные игры:**

Теория: правила соревнований, расстановка игроков, жесты судей во время соревнований

Практика: спортивные игры «Волейбол», «Пионербол»

**4. Игровая подготовка**

**4.1 Правила соревнований по волейболу. Спортивная терминология.**

*Теория:* объяснение терминов в волейболе ,правил соревнований

**4.2 Правила игры в волейбол**

*Теория:* объяснение и показ правил игры в волейбол , использование наглядных пособий.

**4.3 Волейбол**

*Практика:* спортивная игра волейбол.

**5. Нормативы**

**5.1 Выполнение нормативов**

*Практика:* Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол передача мяча верхняя и нижняя.

**Ожидаемый результат**

После окончания первого года обучения учащийся **должен знать**:

- расстановку игроков на поле;

- правила перехода игроков по номерам;

- правила игры в волейбол;

- правильность счёт по партиям;

**уметь:**

- выполнять перемещения и стойки;

- выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками;

- выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча;

- выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров;

- выполнять падения

- применять знания и навыки для командной игры.

**Условия реализации программы**

**Кадровое обеспечение**:реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей. Образование педагога должно соответствовать профилю программы, который знает возрастную психологию и педагогику. Руководителем объединения пройдены курсы повышения квалификации по профилю программы. Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Год обучения, форма занятия** | | | |
| **№ недели** | **1** | | |
|  |  | **Т** | **П** | **К** |
| Сентябрь | 1. 1 | ТТ |  |  |
| 1. 2 | Т | П |  |
| 1. 3 | Т | П |  |
| 1. 4 |  | П | К |
| Октябрь | 1. 5 | Т | П |  |
| 1. 6 |  | ПП |  |
| 1. 7 |  | ПП |  |
| 1. 8 | Т | П |  |
| Ноябрь | 1. 9 |  | П | К |
| 1. 10 | Т | П |  |
| 1. 11 | Т | П |  |
| 1. 12 | Т | П |  |
| Декабрь | 1. 13 | Т | П |  |
| 1. 14 | Т | П |  |
| 1. 15 | Т | П |  |
| 1. 16 | Т | П |  |
| Январь | 1. 17 | Т | П |  |
| 1. 18 |  | П | К |
| 1. 19 | Т | П |  |
| Февраль | 1. 20 | Т | П |  |
| 1. 21 | Т | П |  |
| 1. 22 | Т | П |  |
| 1. 23 | Т | П |  |
| Март | 1. 24 | Т | П |  |
| 1. 25 |  | П | К |
| 1. 26 | Т | П |  |
| Апрель | 1. 27 |  | ПП |  |
| 1. 28 |  | ПП |  |
| 1. 29 |  | ПП |  |
| 1. 30 |  | ПП |  |
| Май | 1. 31 |  | ПП |  |
| 1. 32 |  | ПП |  |
| 1. 33 | Т | П |  |
| 1. 34 |  |  | КК |
| Всего часов |  | 22 | 40 | 6 |
| Итого за год | 34 недели, 68 часов | | | |

**Методическое обеспечение**

1. Рабочая программа курса.

2. Диагностический материал.

3. Методическая литература.

4. Локальные акты МБОУ «Юськинская СОШ», регламентирующие дополнительное образование.

**Дидактические материалы**

-наглядные пособия, плакаты, схемы.

-памятки инструкции по технике безопасности в спортивном зале.

-литература по основным разделам программы.

**Материально-техническое обеспечение:**

-спорт инвентарь:

Маты-10

мячи волейбольные-5

гимнастические палки-20

шведская стенка-3

бревно-1,

обручи-10

гимнастические скамьи-4

-кегли-10

Скакалки-20

Волейбольная сетка-1

Свисток-2

Табло-1

-технические средства обучения (телевизор, видео, проектор)

-физкультурный зал (зал, деревянный пол, разметка, стены ровные, без выступов, температура воздуха 16-18 градусов, достаточное освещение, вентиляция, шумоизоляция, достаточное количество спортивного оборудования), спортивный стадион.

**Рабочая программа воспитания, календарно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятие | Направление, модуль программы воспитания | Сроки |
|  | День здоровья | Здоровьесберегающее, ключевые школьные дела | Сентябрь /апрель |
|  | Международный день учителя | Гражданско-патриотическое, профориентационное, ключевые школьные дела | Октябрь |
|  | Конкурсная программа «Праздник Урожая» | Экологическое, ключевые школьные дела | Октябрь |
|  | Мероприятия месячника удмуртской культуры | Духовно-нравственное, ключевые школьные дела | Октябрь – ноябрь |
|  | Праздничное мероприятие «Моя мама лучше всех!» | Социальное, ключевые школьные дела | Ноябрь |
|  | Смотр «Сила России – в единстве народов» | Гражданско-патриотическое, ключевые школьные дела | Ноябрь |
|  | Беседа «День Конституции» | Гражданско-патриотическое, ключевые школьные дела | Декабрь |
|  | Проведение новогодних праздников | Социальное, ключевые школьные дела | Декабрь |
|  | Военно-патриотическая конкурсная программа «День настоящих мужчин» | Здоровьесберегающее, гражданско-патриотическое, ключевые школьные дела | Февраль |
|  | Весенний праздник – женский день | Социальное, ключевые школьные дела | Март |
|  | Игра «Удивительный космос!» | Гражданско-патриотическое, ключевые школьные дела | Апрель |
|  | Школьная НПК «Исследователи 21 века» | Гражданско-патриотическое, общеинтеллектуальное, ключевые школьные дела | Февраль |
|  | Митинг «День Победы» | Гражданско-патриотическое, ключевые школьные дела | 09.05 |

**Контрольно-измерительные материалы**

***Оценочные материалы по разделу «Общая физическая подготовка»***

***для проведения соревнований по сдаче нормативов***

***Контрольные испытания для мальчиков***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Контрольные упражнения (тесты)** | **Норматив** | | | **Возраст (лет)** |
| **ВК** | **ПА** | **ИК** |
| Бег 30м, | 6.2-5.7 | 6.0-5.5 | 5.4-5.1 | 10-11 |
| Прыжок в длину с места, см | 130-150 | 140-160 | 160-180 | 10-11 |
| Подтягивание, кол-во раз | 2-3 | 3-4 | 5-7 | 10-11 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа  кол-во раз | 10-13 | 14-18 | 24-28 | 10-11 |
| Наклон вперед, см | 2-3 | 4-5 | 8-9 | 10-11 |

***Контрольные испытания для девочек***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Контрольные упражнения (тесты)** | **Норматив** | | | **Возраст (лет)** |
| **ВК** | **ПА** | **ИК** |
| Бег 30м, | 6.0-6.4 | 5.8-6.2 | 5.3-5.6 | 10-11 |
| Прыжок в длину с места, см | 120-135 | 130-145 | 150-165 | 10-11 |
| Подъем туловища из положения, за 1 мин. кол-во раз | 24-28 | 27-30 | 36-40 | 10-11 |
| Вис, с. | 6-8 | 8-10 | 10-13 | 10-11 |
| Наклон вперед, см | 3-4 | 5-6 | 11-13 | 10-11 |

**Техника выполнения контрольных испытаний:**

***Тест* 1.***Бег 30 м с высокого старта.*

*Процедура тестирования.* В забеге принимают участие не менее двух человек. По команде «На старт!» участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде «Внимание!» наклоняются вперед и по команде «Марш!» бегут к линии финиша по своей дорожке. Время определяют с точностью до 0,1 с.

***Тест 2.****Прыжки в длину.*

***Процедура тестирования.***На площадке проводят линию и перпендикулярно к ней закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Учащийся встает около линии, не касаясь ее носками, затем, отводя руки назад, сгибает ноги в коленях и, оттолкнувшись обеими ногами, сделав резкий мах руками вперед, прыгает вдоль разметки. Расстояние измеряется от линии до сзади стоящей пятки любой ноги. Даются три попытки, лучший результат идет в зачет.

***Тест 3.****Подтягивание.(мальчики)*

***Процедура тестирования.***Подтягивание: мальчики в висе на высокой перекладине. По команде «Упражнение начинай!» производят подтягивание до уровня подбородка и опускание на прямые руки. Выполнять плавно, без рывков. Тело не выгибать, сгибание ног в коленях и дерганье ногами не разрешается. В этом случае попытка не засчитывается. Количество правильных выполнений идет в зачет.

***Тест 4.****Наклоны вперед из положения сидя на полу.*

***Процедура тестирования.***Нанести мелом на полу линию А-Б, а к ее середине — перпендикулярную линию, которую размечают через каждый 1 см. Ученик садится так, чтобы пятки оказались на линии А-Б. Расстояние между пятками 20-30 см, ступни вертикальны. Партнер прижимает колени упражняющегося к полу. Выполняют три разминочных наклона и четвертый зачетный на результат, который определяют по касанию сантиметровой разметки средним пальцем соединенных вместе рук.

***Тест 5.****Отжимание от пола.(мальчики)*

**Процедура тестирования**. В исходной позиции необходимо принять упор на прямые руки. Линия тела от головы до пят должна принять прямую линию. Ноги вместе, носками упираются о пол. Руки на ширине плеч, или немного шире. Сохраняя прямое положение тела, постепенно опуститься грудью к полу, сгибая локти до угла в 90 градусов. В нижней точке на мгновение задержаться и начать разгибать локти до полного их распрямления. Количество правильных выполнений идет в зачет.

***Тест 6****.Подъем туловища из положения лежа(девочки)*

**Процедура тестирования.**В исходной позиции необходимо принять положение - лежа на спине и зафиксировать чем-нибудь согнутые в коленях ноги, руки за головой, сцепленные пальцы в «замок». По команде, поднимание верхней части туловища до касания локтями коленей.

Количество правильных выполнений за 1 мин. идет зачет.

***Тест 7.****Вис (девочки)*

**Процедура тестирования.**В висе на перекладине руки – хват сверху, подбородок на уровне перекладины. Фиксируется время (секунды) удержания тела в висе до момента, когда глаза окажутся на уровне перекладины.

***Оценочные нормативы по разделу «Специальная физическая подготовка»***

***для проведения соревнований по сдаче приемов***

  По технической подготовке

*Этап начальной подготовки.*

1. Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4.
2. Передача сверху у стены, стоя и сидя (чередования).
3. Подача нижняя прямая на точность.

4. Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3.  
*Учебно- тренировочный этап.*

1. Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4.
2. Подача верхняя прямая на точность.
3. Подача в прыжке на точность (в правую и левую половины площадки).
4. Прием подачи и первая передача из глубины площадки в зону 2.
5. Нападающий удар прямой:

* ээиз зоны 4 в зоны 4 и 5 с высоких и средних передач;
* из зоны 3 в зоны 4 и 5;
* из зоны 2 в зоны 1 и 2.

6.         Нападающий удар с переводом из зоны 4 в зону 1, из зоны 2 в зону 5.

7. Одиночное блокирование прямого удара по ходу.  
По физической подготовке

*Этапы начальной подготовки и учебно-тренировочной.*

1. Бег 30 м.
2. Бег с изменением направления (5x6 м).
3. Прыжок в длину с места.
4. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.
5. Бег 92 м с изменением направления («елочка»).

6. Прыжок вверх с места, отталкиваясь двумя ногами.  
*По игровой подготовке*

*Этап начальной подготовки.*

1. Мини-волейбол (по специальным правилам).

2. Волейбол 2x2, 3x3, 4x4, 6x6.  
*Учебно-тренировочный этап.*Волейбол 2x2, 3x3, 4x4, 6x6.

Формой подведения итогов являются:тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы.

***Оценочные материалы для проведения контроля по разделу «Игровая подготовка»*** не используются, контроль проводится в виде контрольного соревнования, учитывается оптимальное использование технических приемов подачи, приема подачи, нападающего удара, блокирующего удара, передачи мяча, страховки.

***Оценочные материалы для проведения контроля***

***по разделу «Нормативы»***

Контрольные нормативы по технической подготовке  (технические приемы)

на учебно-тренировочный этап (девушки и юноши)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные нормативы | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап  (на конец учебного года) |
| 1. | Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4 | 4 | 5 |
| 2. | Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4 |  | 3 |
| 3. | Передача сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование) |  | 3 |
| 4. | Подача на точность:  10-12 лет - верхняя прямая; 13-15 лет-верхняя прямая по зонам; 16-17 лет-  в прыжке | 3 | 3 |
| 5. | Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (в 16-17 лет с низкой передачи) |  | 3 |
| 6. | Нападающий удар с переводом из зоны 2 в зону 5, из зоны 4 в зону 1 (16-17 лет с передачи за голову) |  | 2 |
| 7. | Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность |  | 2 |
| 8. | Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность | 2 | 4 |

Контрольные нормативы по технической подготовке (девушки и юноши)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные нормативы | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап  (на конец учебного года) |
| 1. | Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4 | 3 | 5 |
| 2. | Вторая передача на точность из зоны 2 в зону 4 |  | 3 |
| 3. | Передача сверху у стены, стоя лицом и спиной (чередование) | - | 3 |
| 4. | Подача на точность:  10-12 лет - верхняя прямая; 13-15 лет-верхняя прямая по зонам; 16-17 лет-  в прыжке | 3 | 3 |
| 5. | Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (в 16-17 лет с низкой передачи) |  | 3 |
| 6. | Нападающий удар с переводом из зоны 2 в зону 5, из зоны 4 в зону 1 (16-17 лет с передачи за голову) |  | 2 |
| 7. | Прием подачи из зоны 5 в зону 2 на точность |  | 2 |
| 8. | Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность | 2 | 4 |
| 9. | Блокирование одиночное нападающего из зоны 4 (2) по диагонали |  | 2 |

Контрольные нормативы по тактической подготовке  (девушки и юноши)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные нормативы | Учебно-тренировочный этап  (на конец учебного года) |
| 1. | Вторая передача из зоны 3 в зону 4 или 2 (стоя спиной) в соответствии с сигналом | 3 |
| 2. | Вторая передача в прыжке из зоны 3 в зону 4 или 2 (стоя спиной) в соответствии с сигналом | 3 |
| 3. | Нападающий удар или «скидка» в зависимости от того, поставлен блок или нет | 3 |
| 4. | Командные действия: прием подачи, вторая передача из зоны 3 в зону 4 или 2 (по заданию) и нападающий удар (с 16 лет вторая передача выходящим игроком) | 3 |
| 5. | Блокирование одиночное нападающих ударов из зон 4, 3, 2 со второй передачи. Зона не известна, направление удара диагональное | 4 |
| 6. | Командные действия организации защитных действий по системе «Углом вперед» и «углом назад» по заданию после нападения соперников | 5 |

Контрольные нормативы по интегральной подготовке (девушки и юноши)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные нормативы | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап  (на конец учебного года) |
| 1. | Прием снизу, верхняя передача | 5 | 8 |
| 2. | Нападающий удар, блокирование |  | 1 |
| 3. | Блокирование - вторая передача |  | 1 |
| 4. | Переход после подачи к защитным действиям, после защитных действий  к нападению |  | 3 |

**Список литературы:**

**Нормативная литература**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»
2. СанПин 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию, и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
3. Приказ МП РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Концепция развития системы дополнительного образования до 2020г.
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р

**Литература для педагогов**

**1.** Железняка Ю.Д., Портнова Ю.М. –М. 2000.Спортивные игры.

**2.** Кузнецов В.С. Колодгницкий Г.А. Эпас Н.Ц. 2006г.Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие .

**3.** Марков К. К. Тренер- педагог и психолог. - Иркутск, 1999.

**5.** Мирков К.К. Руководство тренера по волейболу- Иркутск, 1999.

**6.** Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.-2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.-480 с.

**Интернет - ресурсы**

-https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-voleybol-klass-3279973.html

-https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/01/08/prezentatsiya-uroka-voleybol-dlya-8-klassa

Презентация о волейболе -<http://www.myshared.ru/slide/609914/>