

Управление образования Администрации Артинского муниципального округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Артинская средняя общеобразовательная школа № 6
имени Героя Советского Союза Виктора Алексеевича Шутова»

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ «Артинская СОШ № 6
имени героя Советского Союза В.А.
Шутова»
Протокол № 13 от 25.06.2026

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № 216 от 26.06.2026
Директор МАОУ
«Артинская СОШ № 6 имени героя
Советского Союза В.А. Шутова»
О.А. Голых

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности
«Волейбол»**

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся: 6 - 11 класс (12-17 лет)

Автор-составитель:
Федяков Андрей Анатольевич
учитель физической культуры
высшая квалификационная категория
педагог дополнительного образования

п. Арти
2026

Управление образования Администрации Артинского муниципального округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Артинская средняя общеобразовательная школа № 6
имени Героя Советского Союза Виктора Алексеевича Шутова»

ПРИНЯТО: на заседании педагогического совета МАОУ «Артинская СОШ № 6 имени героя Советского Союза В.А. Шутова» Протокол № 13 от 25.06.2026	УТВЕРЖДЕНО: Приказ № 216 от 26.06.2026 Директор МАОУ «Артинская СОШ №6 имени героя Советского Союза В.А. Шутова» _____ О.А. Голых
--	---

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности
«Волейбол»**

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся: 6 - 11 класс (12-17 лет)

Автор-составитель:
Федяков Андрей Анатольевич
учитель физической культуры
высшая квалификационная категория
педагог дополнительного образования

п. Арти
2026

Пояснительная записка

Нормативно – правовое обоснование

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «о внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 378-р.
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «о национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (далее – СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
13. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
14. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
15. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «о методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).
17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

18. Приказ Министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
19. Приказ Министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
20. Устав МАОУ «Артинская СОШ № 6 имени героя Советского Союза В.А. Шутова», утверждён Приказом Управления образования Администрации Артинского муниципального округа от 19.12.2024 г. № 301-од.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «волейбол» физкультурно-оздоровительной направленности.

По уровню освоения программа общеразвивающая, обеспечивает возможность обучения детей с различным начальным уровнем готовности к её освоению.

Программа направлена на формирование здорового образа жизни младших школьников и развитию двигательной активности.

Актуальность программы

Актуальность программы состоит в приобщении детей к здоровому образу жизни, совершенствовании спортивных навыков, укреплении их психического и физического здоровья, самореализации личности в процессе физкультурной тренировки. у обучающихся формируются потребности к систематическим занятиям.

Основу программы составляют двигательные навыки и овладение техническими и тактическими приемами игры в волейбол, развиваются и укрепляются моральные и волевые качества. Программа по спортивной игре предусматривает обучение учащихся основам игры в волейбол. Юные спортсмены стремятся не просто овладеть навыками игры, а сделать это грамотно и профессионально.

Большое значение придаётся эстетике формы. Исходя из возрастных особенностей работа с детьми направлена не столько на развитие конкретных физических качеств, сколько на обучение ребёнка владеть собственным телом, на приобретение жизненно-важного двигательного опыта. А также на гармоничное развитие личности.

Программа педагогически целесообразна, так как при её реализации у детей повышается уровень физического развития и укрепляется здоровье. Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья.

Отличительная особенность.

Отличительной чертой является многообразие средств и методов их применения. Занятия способствуют развитию специальных физических качеств - ловкости, быстроты, координации движений, что очень важно развивать у детей среднего школьного возраста, воспитанию характера, дисциплинируют, учат оперативно решать двигательные задачи в процессе игры, развивают нестандартное мышление, способность к творческому восприятию и отражению мира. Особенностью данной программы является то, что она направлена на разностороннюю физическую подготовку обучающихся преимущественно оздоровительной направленности и совершенствованию техники владения мячом.

Программа разработана на основе теории и методики физического воспитания спортивных игр, возрастных физиологических и психологических особенностей детей, личного опыта педагога для детей с различным уровнем развития физических способностей.

Программа не предъявляет специальных требований к физической подготовленности для зачисления в группы. Допуском к освоению данной программы является отсутствие серьёзных

отклонений в здоровье, что даёт детям с разными физическими способностями возможность приобретать полезный двигательный опыт в равной степени.

Адресат программы

Программа составлена в соответствии с учётом возрастных особенностей детей возрастной категории 12-17 лет.

Дополнительная программа предполагает один уровень обучения – стартовый.

Учебная группа формируется в составе 14 - 16 человек с разным уровнем подготовки, не имеющими медицинских противопоказаний.

Большое значение придаётся эстетике формы (соответствующая форма одежды). Исходя из возрастных особенностей работа с детьми направлена не столько на развитие конкретных физических качеств, сколько на обучение ребёнка владеть собственным телом, на приобретение жизненно-важного двигательного опыта. А также на гармоничное развитие личности.

Режим занятий.

Занятия проводятся из расчёта 2 раза в неделю (2 часа + 1 час).

1 академический час - 45 минут.

Объём программы

Программа очной формы обучения рассчитана на 1 год. Общее количество часов, запланированных на весь период обучения составляет 102 часа

Форма организации деятельности, обучающихся на занятиях – групповая (группы могут быть смешанные – мальчики и девочки).

Срок освоения программы.

Содержание программы осваивается в течении учебного года (9 месяцев – 34 недели).

Уровневость программы

Дополнительная программа предполагает один уровень обучения – стартовый.

Стартовый уровень предполагает знакомство с основами спортивных игр, развитие физических способностей, координации, владения телом, формирование интереса к занятиям и здоровому образу жизни.

Формы обучения

Форма организации деятельности, обучающихся на занятиях – групповая (командная). Группы смешанные – мальчики и девочки. В работе предполагается и фронтальная деятельность, но в каждой команде есть индивидуальность и поэтому индивидуальный подход имеет место быть.

Виды занятий

Для более успешного освоения программы используются следующие виды и педагогические методы: словесный, наглядный (демонстрация упражнения педагогом, старшими учениками, схематичный показ), практический, игровой, соревновательный. Программа предусматривает беседы, просмотр и анализ видеоматериалов тренировок и соревнований, проведение товарищеских и контрольных встреч, работу с дополнительными источниками информации (литература, Интернет).

Формы подведения результатов.

Практические занятия, сдача контрольных нормативов, реферат, беседа, самоанализ.

Цель и задачи программы:

Цель программы: укрепление здоровья и физическое развитие детей посредством занятий по спортивным играм, а также привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи программы:

Развивающие:

- оздоровление детей, формирование здорового образа жизни
- развитие и совершенствование общих координационных и физических способностей
- развитие навыков коллективного и группового взаимодействия и общения

Обучающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой
- знакомство с основами теории и практики в выбранных видах спорта

- формирование устойчивого интереса к волейболу и баскетболу, как видам спорта;
- выявление детей способных к игровой деятельности

Воспитательные:

- содействие воспитанию волевых качеств, дисциплины, внимательности. высокого уровня социальной активности;
- воспитание уважительного отношения ко всем участникам образовательного процесса;
- формирование навыков и приемов личной гигиены и самоконтроля.
- воспитание потребности к здоровому образу жизни.

Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план

№	Наименование разделов, тем	Всего часов	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся	Формы аттестации
			Ауди и тор ных	Внеа уди тор ных		
<u>Тема 1</u>	Теоретическая подготовка	5	5		Изучение теоретических основ спортивных игр. Изучение истории спортивных игр. Повторение правил игры и гигиенических требований к занятиям. Составление режима дня и тренировок. Подведение итогов соревнований. Разбор методических указаний.	Сообщение. Опрос (правила техники безопасности во время занятий); Тестирование (правила игры и проведения соревнований); Беседа.
<u>Тема 2</u>	Специальная физическая подготовка	9	2	7	Бег с остановками, приставными шагами, приседания с резким выпрыгиванием, выпрыгивание на возвышенность. Прыжки на одной и обеих ногах. Броски набивного мяча после подпрыгивания, над собой с последующей ловлей. То же в парах. Упражнения для развития лучезапястных суставов, голеностопных суставов. Передачиволейбольного, футбольного, баскетбольного мячей.	Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов.
<u>Тема 3</u>	Общая физическая подготовка	9	2	7	ОФП направлена на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей органов и систем организма.	Тестирование. Наблюдение. Выполнение нормативов.

				Бег на короткие дистанции, Челночный бег, бег с изменением направления по сигналу, Прыжки со скакалкой, через барьеры, в высоту с места и с разбега. Бег с внешним сопротивлением. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подтягивания, отжимания, прыжки с отягощениями. Метания. Выполнение учебных нормативов: бег 30 метров, челночный бег, прыжок в длину, прыжок вверх, метание мяча. Нормы ГТО.	
--	--	--	--	--	--

Тема 4	Технико-тактическое мастерство	79		79	Техника нападения. Передвижения: в стойке волейболиста, баскетболиста приставной шаг, повороты в движении, прыжки. Приём мяча: на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Передачи: над собой, во встречных колоннах, с перемещением, отбивание мяча, передачи у сетки, через сетку, броски в корзину. Подачи: в стену, через сетку, в разные стороны площадки, Нападающие удары: с места, удары кистью на месте, у стены, бросок малого мяча через сетку, удары после подбрасывания. Игра в атаке, игра в защите. Техника защиты. Приём снизу после набрасывания, после ударов, после подачи. Приём мяча сверху двумя после броска в стену, после набрасывания, после подачи. Тактика нападения. Выбор места для подачи, для передачи партнёру, подача на точность по зонам, передачи через сетку на свободное место, на игрока, слабо владеющего мячом. Взаимодействие игроков. Общешкольные, районные соревнования. Товарищеские встречи, турниры. Подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощённым правилам, многократное выполнение технических приёмов. Учебная игра.	Выполнение нормативов. Показ и демонстрация. Самоанализ действий. Ответы на вопросы. Беседа. Участие в соревновательной деятельности. Участие в общешкольных, районных соревнованиях, товарищеских встречах, турнирах и уметь проводить подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощённым правилам с многократным выполнением технических приёмов
Всего часов		102	9	93		

В течение учебного года дети могут принимать участие в соревнованиях и спортивных мероприятиях. Посещение данных мероприятий включено в данный учебно-тематический план. Обучающиеся успешно освоившие программу принимают участие в сдаче норм ВФСК ГТО.

Содержание учебного (тематического) плана

Теоретическая подготовка – 5 часов

Темы занятий.

1ч. История волейбола, возникновение и развитие, техника безопасности, правила игры, площадка, инвентарь, жесты судей, поведение игроков, требования к спортивной одежде.

1ч. Просмотр видеоматериалов

1ч. Правила соревнований по волейболу. жесты судей, поведение игроков. Жеребьёвка перед соревнованиями. Методические указания.

1ч. Правила соревнований по волейболу жесты судей, поведение игроков. Жеребьёвка перед соревнованиями. Методические указания.

1ч. Теоретическая подготовка. гигиена и врачебный контроль. Режим питания, режим дня. Первая помощь при ушибах. Анализ результатов за год. План работы на летние каникулы.

Специальная физическая подготовка – 9 часов

Темы занятий.

2ч. Броски набивного мяча после подпрыгивания, над собой с последующей ловлей. То же в парах. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей. Передачи на дальность. Броски из-за головы. Бег с остановками, приставными шагами, приседания с резким выпрыгиванием, выпрыгивание на возвышенность. Прыжки на одной и обеих ногах.

2ч. Упражнения для развития лучезапястных суставов, голеностопных суставов. Передачи футбольного, баскетбольного мячей. Передачи на дальность. Броски из-за головы. Бег с остановками, приставными шагами, приседания с резким выпрыгиванием, выпрыгивание на возвышенность. Прыжки на одной и обеих ногах. Броски мяча после подпрыгивания, над собой с последующей ловлей. Бег с сопротивлением. Работа с набивными и баскетбольными мячами у стены.

2ч. Челночный бег с набивными мячами, выпрыгивания вверх с набивными мячами. Выпрыгивания вверх с касанием стены в наивысшей точке. Передвижения вдоль сетки приставными шагами – блокирование. То же самое, но спиной к сетке и блокирование после разворота на 180 градусов

2ч. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей. Передачи на дальность. Прыжки на одной и обеих ногах. Выпрыгивания вверх с касанием стены в наивысшей точке. Броски мяча после подпрыгивания, над собой.

1ч. Челночный бег с набивными мячами, Броски из-за головы. Бег с остановками, приставными шагами, приседания с резким выпрыгиванием

Общая физическая подготовка –9 часов

Темы занятий.

ОФП направлена на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей органов и систем организма

2ч. Бег на короткие дистанции, челночный бег, бег с изменением направления по сигналу, прыжки со скакалкой, через барьеры, в высоту с места и с разбега. Бег по пересечённой местности, метание гранаты, мяча

3ч. Подвижные игры с мячом. Круговая тренировка. Подвижные игры. Игры по упрощённым правилам. На укороченную площадку, на полную площадку.

2ч. Выполнение учебных нормативов: бег 30 метров, челночный бег, прыжок в длину, прыжок вверх, метание мяча.

2ч. Спортивные игры (баскетбол, футбол)

Технико-тактическое мастерство - 79 часов

Темы занятий.

3 ч. Передвижения: в стойке, приставной шаг, повороты в движении, прыжки. Приём мяча: на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Учебная игра. Приём мяча и передача на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча.

2ч. Ведение мяча, бросок в два шага. Ведение мяча с сопротивлением. Ведение на скорость. Учебная игра. Ведение мяча в быстром темпе. Игра в защите.

1 ч. Штрафные броски, вырывание, выбивание мяча.

2ч. Игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов. Отбивания мяча кулаком через сетку. Передачи в прыжке. Поддачи и броски мяча на точность.

2ч. Волейбол. удары: с места, удары кистью на месте, у стены, бросок малого мяча через сетку, удары после подбрасывания. Подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов. Броски в корзину в движении и на месте.

4ч. Нападающие удары с места, с переводом мяча через сетку.

2ч. Передачи в прыжке. Поддачи и броски мяча на точность.

2ч. Действия защитника при приёме мяча.

4ч. Нападающие удары: с места, удары кистью на месте, у стены, бросок малого мяча через сетку, удары после подбрасывания. Броски мяча с разных точек и расстояний

4ч. Нижняя подача. Верхняя подача

2ч. Приём мяча: сверху двумя, передачи через сетку, после многократных подач.

2ч. Имитация блокирования. Одиночное, парное.

2ч. Перемещения в разных направлениях с максимальной скоростью, имитация нападения в ходе игры. Учебная игра

2ч. Приём снизу двумя руками после набрасывания в шаге (вправо, влево, вперёд). Приём после сигнала по зонам после перемещения.

2ч. Передачи в парах

2ч. Учебная игра. Судейская практика в учебной игре.

2ч. Сдача нормативов по ТТМ

39ч. Учебная игра

Планируемые результаты реализации программы

Личностные результаты освоения программы курса

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- наличие мотивации к работе на результат;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости.

Метапредметные результаты освоения программы курса

Регулятивные универсальные учебные действия:

- освоение способов решения проблем различного характера в жизненных ситуациях;
- формирование умений ставить цель, планировать достижение этой цели;
- соотнесение целей с возможностями;
- видение итогового результата
- распределение функций между участниками в группе
- поиск ошибок в плане действий и внесение в него изменений.

Познавательные универсальные учебные действия:

- умение ставить и задавать вопросы;
- умение получать помощь;
- умение пользоваться справочной, научно-популярной литературой, сайтами.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение обосновывать свою точку зрения (аргументировать, основываясь на предметном знании)
- способность принять другую точку зрения, отличную от своей;
- способность работать в команде;
- способность слушать партнёра по команде, собеседника и ведение диалога.

Предметные результаты освоения программы курса

В области познавательной культуры: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

В области трудовой культуры: умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры: формирование и поддержание красивой (правильная) осанки, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры: анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, метания, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Тематическое планирование кружка «волейбол» 2026-2027 уч.год
для обучающихся 12-17 лет (мальчики, девочки.)

ТТМ (техничко-тактическое мастерство). ОФП (общая физическая подготовка).

СФП (специальная физическая подготовка).

№ п/п	Наименование разделов и тем	Вс его час .	Виды занятий			
			Ауди торн ые	Внеа удит орны е	Проекты, экскурсии	Другие виды
1	Теоретическая подготовка. История баскетбола и волейбола, возникновение и развитие, техника безопасности. Правила игры, площадка, инвентарь, жесты судей, поведение игроков, требования к спортивной одежде. Просмотр видеоматериалов	1	1		Проектная деят.	Сообщение.
2	ОФП Бег на короткие дистанции, челночный бег, бег с изменением направления по сигналу. Прыжки со скакалкой, через барьеры, в высоту с	1		1		Выполнение нормативов

	места и с разбега					
3	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
4	СФП. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей.	1		1		Контроль за выполнением
5	ТТМ.Передвижения: в стойке, приставной шаг, повороты в движении, прыжки.	1		1		Наблюдение
6	ТТМ Приём мяча: на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Учебная игра.	1		1		
7	ТТМ Приём мяча: на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Учебная игра.			1		
8	Теоретическая подготовка. Правила игры, площадка, инвентарь, жесты судей, поведение игроков, требования к спортивной одежде. Просмотр видеоматериалов	1	1			
9	ТТМ. Приём мяча и передача на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Ведение. Броски.	1		1		Передачи на точность
10	ТТМ. Приём мяча и передача на уровне груди, высокого мяча, низкого мяча. Ведение. Броски.	1		1		Передачи на точность
11	ТТМ Учебная игра.	1		1		
12	ОФП Бег по пересечённой местности, метание гранаты. мяча	1		1		Выполнение нормативов
13	ТТМ Учебная игра.	1		1		
14	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
15	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
16	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
17	СФП. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей.	1		1		Контроль за выполнением
18	Теория. Просмотр видеоматериалов	1	1			
19	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
20	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
21	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
22	ТТМ Нападающие удары: с места, удары кистью на месте, у стены, бросок малого мяча через сетку, удары после подбрасывания. Броски мяча с разных точек и расстояний	1		1		Контроль
23	ТТМ подача мяча с разных точек и расстояний. Учебная игра	1		1		Контроль
24	СФП. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей. Передачи на дальность. Броски из-за головы.	1		1		Выполнение нормативов.
25	ТТМ.Учебная игра.	1		1		Мет.указания
26	ТТМ. Игра в зонной защите.	1		1		Наблюдение
27	СФП. Передачи волейбольного, футбольного, баскетбольного, набивного мячей. Передачи на дальность. Броски из-за головы.	1		1		Выполнение нормативов.
28	ТТМ. индивидуальная защита	1		1		Наблюдение
29	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
30	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
31	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль

32	СФП. Бег с остановками, приставными шагами, приседания с резким выпрыгиванием, выпрыгивание на возвышенность. Прыжки.	1	1	1		Контроль за правильностью выполнения
33	ОФП. Подтягивания. Отжимания. прыжок в длину, вверх.	1	1	1		Выполнение нормативов
34	ТТМ. Игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль соблюдения правил
35	ТТМ. Игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль соблюдения правил
36	ТТМ. Тактика нападения. передачи на свободное место, на игрока. Взаимодействие игроков.	1		1		Контроль за выполнением
37	ТТМ. Тактика нападения. передачи на свободное место, на игрока. Взаимодействие игроков.	1		1		Контроль за выполнением
38	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
39	Теория. Просмотр видеоматериалов	1	1			
40	ОФП. Подтягивания. Отжимания. прыжок в длину, вверх.	1	1			Выполнение нормативов
41	ТТМ. Волейбол. удары: с места, удары кистью на месте, у стены, бросок малого мяча через сетку, удары после подбрасывания. Броски в корзину в движении и на месте.	1		1		Выполнение указаний во время соревнований.
42	ТТМ Подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль
43	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
44	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
45	ТТМ Подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль
46	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
47	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
48	ТТМ. Игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль соблюдения правил
49	Теоретическая подготовка. гигиена и врачебный контроль. Режим питания, режим дня. Первая помощь при ушибах	1		1		Сообщение. Просмотр видеоматер.
50	СФП. Бег с сопротивлением. Выпрыгивания с сопротивлением. Работа с набивными и баскетбольными мячами у стены.	1	1			Контроль за правильностью выполнения
51	ТТМ. Нападающие удары с места, с переводом мяча через сетку.	1		1		Контроль
52	ТТМ. Нападающие удары с места, с переводом мяча через сетку.	1		1		Контроль
53	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
54	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
55	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
56	ТТМ Подвижные игры с элементами спортивных игр, игры по упрощенным правилам, многократное выполнение технических приёмов.	1		1		Контроль

57	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
58	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
59	ТТМ. Действия при приёме мяча.	1		1		Контроль
60	ТТМ. Действия игроков при приёме мяча.	1		1		Контроль
61	ТТМ. Приём мяча: сверху двумя, передачи через сетку, после многократных подач, после нападающего удара	1		1		Контроль за правильностью выполнения
62	ТТМ. Блокирования. Одиночное, парное.	1		1		Контроль
63	ТТМ. Приём мяча: сверху двумя, передачи через сетку, после многократных подач, после нападающего удара	1		1		Контроль за правильностью выполнения
64	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
65	ТТМ. Приём мяча: сверху двумя, передачи через сетку, после многократных подач, после нападающего удара	1		1		Контроль за правильностью выполнения
66	ТТМ. Блокирование . Одиночное, парное.	1		1		Контроль
67	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
68	Теория. Просмотр видеоматериалов	1		1		
69	ТТМ. Блокирование . Одиночное, парное.	1		1		Контроль
70	ТТМ. Нападающий удар из зоны 4.	1		1		Контроль
71	ТТМ. Нападающий удар из зоны 4.	1		1		Контроль
72	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
73	ТТМ. Нападающий удар из зоны 2.	1		1		Контроль
74	ТТМ. Нападающий удар из зоны 2.	1		1		Контроль
75	ОФП. Игры по упрощённым правилам. На укороченную площадку, на полную площадку.	1		1		Контроль
76	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Контроль
77	ТТМ. Учебная игра.	1		1		Наблюдение
78	ОФП. Игры по упрощённым правилам. На укороченную площадку, на полную площадку.	1		1		Контроль
79	ТТМ. Перемещения в разных направлениях с максимальной скоростью, имитация нападения в ходе игры. Учебная игра	1		1		Контроль за правильностью выполнения
80	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
81	ТТМ. Учебная игра	1		1		Наблюдение
82	СФП. Выпрыгивания вверх с касанием стены в наивысшей точке. Передвижения вдоль сетки с блокированием. Блокирование после разворота.	1		1		Контроль за правильностью выполнения
83	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
84	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
85	ТТМ. Совершенствование всех ранее изученных приёмов	1		1		
86	ТТМ. Совершенствование всех ранее изученных приёмов	1		1		
87	ТТМ. Учебная игра	1		1		Контроль
88	ТТМ. Совершенствование всех ранее изученных приёмов	1		1		
89	СФП. Выпрыгивания вверх. Передвижения вдоль сетки с блокированием. Блокирование после	1		1		

	разворота.					
90	ОФП.Нормы ГТО	1		1		
91	ТТМ Учебная игра.	1				Наблюдение
92	ОФП. Выполнение учебных нормативов: бег 30 метров, челночный бег, прыжок в длину, прыжок вверх, метание мяча.	1		1		Выполнение нормативов.
93	ОФП. Выполнение учебных нормативов: челночный бег, прыжок в длину, метание мяча.	1		1		Выполнение нормативов.
94	ТТМ Учебная игра.	1		1		
95	ТТМ Учебная игра.	1		1		
96	ОФП. Баскетбол	1		1		
97	СФП. Выпрыгивания вверх. Передвижения вдоль сетки с блокированием. Блокирование после	1		1		
98	ТТМ. Учебная игра футбол.	1		1		
99	Теория. Техника безопасности в летнее время	1	1			
100	ТТМ Учебная игра.	1		1		Наблюдение
101	ТТМ Учебная игра.	1		1		Наблюдение
102	ТТМ Учебная игра.	1		1		Наблюдение

Организационно-педагогические условия

Технические средства обучения		
1.	Монитор – 3	3
2.	Компьютер – 2	2
3	Принтер – 1	1
4	Музыкальный центр– 1	1
Экранно-звуковые пособия		
1.	Монитор – 3	3
2	Компьютер – 2	2
Оборудование места занятий		
1.	Мяч волейбольный	15
2.	Мяч баскетбольный	15
3.	Скакалки	25
4	Сетка волейбольная	1
5	Гимнастическая скамейка	4
6	Малый мяч для метания	12
7	Мат гимнастический	10
8	Макет площадки	1
9	Лаборантская комната	1
10	Спортивный зал	1
11	Баскетбольные щиты	2

Информационное обеспечение

№ п/п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	Коли чество
Экранно-звуковые пособия		
1.	Видео материалы соревнований по баскетболу и волейболу из интернет источников.	1
2.	Фотоматериалы с соревнований	1
3.	Сайт федерации волейбола Свердловской области e-mail: Volley-ural@yandex.ru	1
4.	Сайт федерации баскетбола Свердловской области Email: info@fbso66.ru	1
5.	Сайт министерства спорта Свердловской области email: minsportso@egov66.ru	1
6.	Сайт РЭШ	1

Кадровое обеспечение

Общие сведения	
Населенный пункт	п.г.т. Арти
Фамилия, имя, отчество	Федяков Андрей Анатольевич
Должность (с указанием предметной области)	Учитель физической культуры
Место работы (название образовательной организации полностью, в соответствии с лицензией, уставом)	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Артинская средняя общеобразовательная школа №6 им. Героя Советского союза Шутова В.А.»
Аттестационная категория	Высшая категория
Педагогический стаж Образование высшее «Уральский государственный педагогический университет», 2005г	36 лет
Электронная почта	fedyakovArti@yandex.ru
Адрес личного интернет-ресурса в Интернете	Multiurok.ru/id72808665

Методические материал

№ п/п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	Коли чество
1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.	-Железняк Ю.Д. программа по волейболу для ДЮСШ. М. «Советский спорт», 2007г.	1
2.	-Железняк Ю.Д. программа по баскетболу для ДЮСШ. М. «Советский спорт», 2007г.	1
3.	-Железняк Ю.Д. спортивные и подвижные игры. М., «ФиС», 1984г.	1
4.	-Железняк Ю.Д. Волейбол в школе. М., «Просвещение» 1989г.	1
5.	-Клещев Ю.Н. Волейбол. М., «ФиС» 1983г.	1
6.	-Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. М., «Вако» 2004.	1
7.	-Левченко А.Н. Игры, которых не было. М., «Педагогическое сообщество России», 2007г.	1
8.	Лях В.И. Программа по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей. М.,	1

	«Просвещение», 2014г.	
9.	Слупский Л.П. Игра связующего. М., «ФиЗ», 1984.	1
10.	Фурманов Г.А. Игра в мини-волейбол. М., «Советский спорт». 1989г.	1
11	Журнал «Физкультура в школе», дидактический материал по волейболу	Серия журналов
12	Инструкции по правилам поведения в спортивном зале.	комплект

Педагогический инструментарий

В работе используются следующие технологии:

- Информационно – коммуникационная технология (широкое использование ИКТ открывает для учителя новые возможности в процессе тренировок, а также в значительной степени облегчают его работу, повышают эффективность обучения, позволяют улучшить качество преподавания).
- Проектная технология (обучающиеся принимают участие в проектной деятельности. Предоставляют проекты, исследовательские работы).
- Здоровьесберегающие технологии (соблюдение санитарно-гигиенических требований, правил техники безопасности; рациональная плотность занятия (время, затраченное школьниками на учебную работу) должно составлять не менее 60 % и не более 75-80 %; четкая организация учебного труда; строгая дозировка учебной нагрузки;
- Технология мастерских (творчество детей проявляется через изготовление определённого продукта: ручная работа, мыслительная и т.д.).
- Технология интегрированного обучения (способствует повышению мотивации учения, формированию познавательного интереса учащихся, через другие образовательные области).
- Традиционные технологии (тренировочный процесс, классно-урочная система).

В работе используются наглядные пособия, дидактические материалы (работа по карточкам)

Формы аттестации, контроля и оценочные материалы

Контроль за усвоением программы проводится по двум направлениям:

- **теоретическое**- устный опрос, тесты на знание специальных действий волейболиста, гигиены, закаливания, режима тренировочных занятий и отдыха, питания, самоконтроля, оказания первой помощи при травмах, защита рефератов и исследовательских работ;
- **практическое**- Практическое выполнение контрольных упражнений, технических и тактических действий волейболиста (выполняется в виде сдачи нормативов на открытых и закрытых спортивных площадках).

Контрольные игры и соревнования между классами и сборными группами из числа обучающихся (проводятся в виде соревнований).

Рефераты, презентации.

- здоровый образ жизни;
- история возникновения баскетбола, волейбола;
- тренировки по спортивным играм.
- режим дня и гигиена тела.

Требования к рефератам и презентациям (определение цели и задачи, раскрытие темы, рассказ или показ аудитории, формат свободный).

Наблюдение (в процессе занятия и соревнования визуальное наблюдение за действиями детей с последующим анализом).

Контроль за правильностью выполнения (наблюдение с методическими указаниями в процессе действия на площадке).

Опрос (фронтальный и индивидуальный опрос о правилах игры, действиях в защите и нападении, правильности выполнения технического приёма и т.д.)

Показ (практическое выполнение технических приёмов в спортивных играх).

Контрольные нормативы по ОФП

Контрольные упражнения	Учебные нормативы по физкультуре					
	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 30 м с высокого старта	5,4	5,5-6,5	6,6	5,9	5,5-6,5	6,6
Челночный бег 3х10 м (сек)	8,6	8,7-9,8	9,9	9,1	9,2-10,3	10,4
Бег 1000 м	5,00	5,01-8,00	8,01	5,30	5,31-8,30	8,31
Подтягивания (кол-во раз)	7	6-4	3	18	17-9	8
Прыжок в длину с места (см)	195	185	175	180	170	160
Пресс за 30 сек	13	11	10	17	16	14
Метание мяча с места 150 г	50	45	40	40	35	30
Приседания за 1 мин.	44	42	40	42	40	38
Шестиминутный бег (м)	850	950-1050	1250	650	750-950	1050
Скакалка за 1 мин.	90	70	60	100	90	80
Наклон вперёд из положения сидя на полу (см)	10	9-5	3	12	11-6	5

Контрольные тесты по СФП .

Учебный материал	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
Прямая верхняя подача мяча (из 10)	5	4	3
Перевод мяча через сетку после приёма (из 10)	9	8	7
Бросок мяча через сетку в прыжке (из 10)	8	6	4
Нападающий удар из зоны 2 (из 10)	8	7	6
Бросок набивного мяча на дальность	400	300	250
Верхний приём мяча	10	8	6
Нижний приём мяча	10	8	6
Бросок б/б мяча в корзину с линии штрафных бросков (из 10)	7	5	4
Бросок м/мяча на точность с расстояния 5-6 метров (из 10)	9	8	7
Ведение-бросок с места с забрасыванием в корзину (из 10)	7	5	3
Бросок в корзину с места после ловли (из 10)	7	5	4

Список литературы

Для учителя:

-Железняк Ю.Д. программа по волейболу для ДЮСШ. М. «Советский спорт», 2007г.

-Железняк Ю.Д. программа по баскетболу для ДЮСШ. М. «Советский спорт», 2007г.

-Железняк Ю.Д. спортивные и подвижные игры. М., «ФиС», 1984г.

Для обучающихся:

М. Я. Виленский, В. И. Лях. Учебник «Физическая культура 5-9 класс. «Просвещение 2014»

М. Я. Виленский, В. И. Лях. Учебник «Физическая культура 10-11 класс. «Просвещение 2014»