

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.12 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"(Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р);
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи», утвержденные 28.09.2020 (Постановление № 28 Главного государственного санитарного врача РФ);
6. Приказ департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 № 19-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области»
7. Устав муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 68».
8. Положение о центре дополнительного образования детей в средней школе № 68. Приказ № 01-07/219 от 06.06.2019.

Тип местности: городская.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность данной программы заключается в том, что современный волейбол характеризуется высокой двигательной активностью игроков, которая носит преимущественно динамический характер и отличается неравномерностью физических нагрузок и аритмичным чередованием работы и отдыха. Среди них основными являются действия с мячом и передвижения по полю (бег, ходьба, перемещения, прыжки).

Педагогическая целесообразность. В данной программе прежде всего рассматривается проблема развития скоростно-силовых качеств у детей среднего школьного возраста на занятиях по волейболу, что необходимо для достижения высоких спортивных результатов.

Новизна программы заключается в использовании метода направленного на развитие скоростно-силовых качеств у обучающихся на занятиях по волейболу.

Цель: развитие скоростно-силовых качеств у юных волейболистов на основе использования метода общей физической подготовки.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;

- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

Возраст детей –8-16 лет.

Для детей этого школьного возраста необходимой является потребность в высокой двигательной активности. Он наиболее благоприятен для развития физических способностей – скоростных и координационных.

Сроки реализации программы – один год.

Форма обучения - групповая.

Режим занятий – 2 часа в неделю по 45 минут.

Методы обучения – групповой, соревновательный.

Ожидаемый результат:

- знание об особенностях зарождения истории волейбола; о физических качествах и правилах их тестирования;
- знание: основ личной гигиены, причин травматизма при занятии волейболом и правила его предупреждения;
- умение организовать самостоятельные занятия волейболом, а также с группой товарищей;
- умение правильно применять технические и тактические приемы в игре;
- владение основами техники и тактики волейбола.

Формы занятий.

1. Беседы;
2. Практические занятия;
3. Презентация;
4. Сдача нормативов;
5. Подвижные игры;
6. Соревнования;
7. Товарищеские встречи.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- сдача нормативов;
- результативность товарищеских игр и соревнований.

2. Учебно-тематический план.

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Набор групп. Оценка физической подготовленности	1	1	-
2.	Вводное занятие	1	1	-
3.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	15	2	13
4.	Общая физическая подготовка (ОФП)	15	2	13
5.	Техническая подготовка (ТП)	12	2	10

6.	Специальная физическая подготовка (СФП)	14	2	12
7.	Тактическая подготовка	9	1	8
8.	Контрольно-оценочные и переводные испытания. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	3	1	2
9.	Соревнования	2	-	2
	ИТОГО:	72	12	60

Календарный учебный график.

Продолжительность учебного года	01.09.23-31.05.24 (с 01.09.23 по 10.09.23 комплектование групп; начало учебных занятий 11.09.23)
Продолжительность учебного процесса	36 недель 1 полугодие - 16 недель 11.09.23-31.12.23 (включая осенние каникулы) 2 полугодие – 20 недель 09.01.24-31.05.24 (включая весенние каникулы)
Режим работы объединения «Волейбол»	2 часа в неделю

3. Содержание программы.

Содержание обучения:

1. Набор групп. Оценка физической подготовленности.

Практика. Привлечение обучающихся к занятиям в объединении. Сверка медицинских противопоказаний. Оценка физической подготовленности.

2. Вводное занятие.

Теория. История возникновения и развития волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Правила игры. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.

3. Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

Теория. Значение ОРУ в подготовке волейболистов.

Практика. Изучение движения и работа над движениями в комбинациях. ОРУ на месте без предметов. ОРУ в движении без предметов. ОРУ с набивными мячами. ОРУ с волейбольными мячами. ОРУ в парах.

4. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория. Значение ОФП в подготовке волейболистов. Значение подготовительных упражнений для овладения основных приемов волейболистов.

Практика. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.

Эстафеты. Подвижные игры. «Салки по месяцам». «Азбука». «Делай наоборот».

«Вызов номеров». «Эстафета цветов (зверей, птиц)». «Пустое место». «Удочка».

«Охотники и утки». «Дни недели». «Кто дальше прыгнет». «Подвижная цель».

«Вращение обручей». «На новое место».

5. Техническая подготовка (ТП)

Теория. Значение технической подготовки в волейболе.

Практика. Стойки игрока. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

6. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория. Значение СФП в волейболе.

Практика. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

Акробатические упражнения. Подвижные и спортивные игры. Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

7. Тактическая подготовка

Теория. Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика. Тактика подачи. Тактика передач. Тактика приемов мяча. Отработка приемов. Учебно-тренировочные игры.

8. Контрольно-оценочные и переводные испытания. Итоговое занятие.
Практика. Сдача контрольных нормативов. Подведение итогов года.

4. Условия реализации программы.

4.1. Материально-техническое оснащение

- волейбольные мячи -15 штук;
- набивные мячи – 15 штук;
- перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- волейбольная сетка;
- обручи – на каждого обучающегося;
- гимнастические маты - 5;
- спортивные снаряды.

5. Контрольно-измерительные материалы.

Основными критериями оценки достигнутых результатов учащихся являются: самостоятельность выполнения физических упражнений; освоение приемов при игре в волейбол; осмысленность и правильность выполнения технических действий.

По уровню освоения программного материала результаты достижения учащихся подразделяются на три уровня: высокий, средний, низкий.

Высокий: полностью овладели теоретическими знаниями, применяют теорию в практике, высокое качество учебно-тренировочного процесса, самостоятельное выполнение технико-тактических действий.

Средний: полностью овладели теоретическими знаниями, применяют теорию в практике, в учебно-тренировочном процессе имеются погрешности, при выполнении технических приемов в игре возникают трудности.

Низкий: не полностью овладели теоретическими знаниями, нет самостоятельного применения в практике, низкое качество учебно-тренировочного процесса, практически отсутствует самостоятельная работа.

Итоговая аттестация в объединении проводится в конце учебного года. На заключительном занятии подводятся итоги работы за год, сдаются нормативы по основным физическим качествам, которые показывают уровень усвоения детьми практической части программы, анализируется работа, поощряются лучшие учащиеся.

Список информационных источников.

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. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

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. 1982.
4. Чехов О. *«Основы волейбола»* Москва. «Физическая культура и спорт» 2008г.

**Календарно-тематическое планирование.
2 группа**

№	Кол-во часов	Тема занятия	Дата занятия	
			план	факт
1.	1	Инструктаж по ТБ на занятиях. Знакомство друг с другом.		
2.	1	Инструктаж по ТБ на занятиях. Стойка волейболиста, Перемещение в стойке волейболиста приставными шагами боком.		
3.	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.		
4.	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте, Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.		
5.	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте, Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.		
6.	1	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра.		
7.	1	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра.		
8.	1	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.		
9.	1	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.		
10.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.		
11.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.		
12.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.		
13.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.		
14.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками.		
15.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками		
16.	1	Верхняя прямая подача. Учебная игра		
17.	1	Верхняя прямая подача. Учебная игра		

18.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
19.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
20.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
21.	1	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу. Учебная игра в волейбол		
22.	1	Верхняя прямая подача в зону I. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
23.	1	Верхняя прямая подача в зону VI. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
24.	1	Верхняя прямая подача в зону V. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
25.	1	Верхняя прямая подача. С вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
26.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
27.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
28.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
29.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
30.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
31.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
32.	1	Подвижные игры.		
33.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3 .		
34.	1	Прямой нападающий удар		
35.	1	Прямой нападающий удар. подача в прыжке.		
36.	1	Прямой нападающий удар.		
37.	1	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке.		
38.	1	Нападающий удар.		
39.	1	Нападающий удар.		
40.	1	Нападающий удар с поворотом туловища.		
41.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
42.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		

43.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
44.	1	Нападающий удар без поворота туловища(с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
45.	1	Нападающий удар без поворота туловища(с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
46.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
47.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
48.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
49.	1	Подвижные игры.		
50.	1	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков 6 зоны с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
51.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
52.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
53.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
54.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
55.	1	Итоговое занятие. Сдача нормативов. Учебно-тренировочная игра.		
56.	1	Учебная игра		
57.	1	Учебная игра		
58.		Первенство школы по волейболу среди команд		
59.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
60.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
61.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
62.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		

63.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
64.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
65.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
66.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
67.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
68.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
69.	1	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Двусторонняя учебная игра.		
70.	1	Учебная игра		
71.	1	Учебная игра		
72.	1	Учебная игра		

Календарно-тематическое планирование.

1 группа

№	Кол-во часов	Тема занятия	Дата занятия	
			план	факт
1.	1	Инструктаж по ТБ на занятиях. Знакомство друг с другом.		
2.	1	Инструктаж по ТБ на занятиях. Стойка волейболиста, Перемещение в стойке волейболиста приставными шагами боком.		
3.	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.		
4.	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте, Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.		
5.	1	Передача мяча двумя руками сверху на месте, Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.		
6.	1	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра.		
7.	1	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу. Учебная игра.		
8.	1	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.		
9.	1	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.		
10.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.		
11.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении.		
12.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.		
13.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.		
14.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками.		
15.	1	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками		
16.	1	Верхняя прямая подача. Учебная игра		
17.	1	Верхняя прямая подача. Учебная игра		

18.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
19.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
20.	1	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
21.	1	Верхняя прямая подача. Прием мяча снизу. Учебная игра в волейбол		
22.	1	Верхняя прямая подача в зону I. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
23.	1	Верхняя прямая подача в зону VI. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
24.	1	Верхняя прямая подача в зону V. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
25.	1	Верхняя прямая подача. С вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол		
26.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
27.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
28.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
29.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
30.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
31.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно-тренировочная игра в волейбол		
32.	1	Подвижные игры.		
33.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3 .		
34.	1	Прямой нападающий удар. Поддача в прыжке.		
35.	1	Прямой нападающий удар. Поддача в прыжке.		
36.	1	Прямой нападающий удар.		
37.	1	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке.		
38.	1	Нападающий удар с поворотом туловища.		
39.	1	Нападающий удар с поворотом туловища.		
40.	1	Нападающий удар с поворотом туловища.		
41.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
42.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		

43.	1	Нападающий удар с поворотом туловища. Индивидуальное блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
44.	1	Нападающий удар без поворота туловища(с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
45.	1	Нападающий удар без поворота туловища(с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол.		
46.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
47.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
48.	1	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
49.	1	Подвижные игры.		
50.	1	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков 6 зоны с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
51.	1	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков 6 зоны с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
52.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
53.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
54.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
55.	1	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
56.	1	Система игры		
57.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
58.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
59.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
60.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		

61.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
62.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
63.	1	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек.		
64.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
65.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
66.	1	Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
67.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
68.	1	Верхняя прямая подача в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		
69.	1	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Двусторонняя учебная игра.		
70.	1	Учебная игра		
71.	1	Учебная игра		
72.	1	Учебная игра		

Контрольно-измерительные материалы.

Бег 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

Челночный бег 30 м (5х6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Челночный бег 30 м (3х10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

Челночный бег 104 м (рис. 1). Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается упражнение рывком до 6-метровой отметки и возвратом к линии ворот. Достигнув той или иной отметки, испытуемый должен перед поворотом коснуться ее ногой.

Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

Отжимание в упоре лежа. Измерение проводится по общепринятой методике.

Бег 300 м. Проводится на стадионе. Результат испытуемого фиксируется по общепринятым правилам.

Тест Купера. Проводится бег на стадионе в течение 12 мин.

Фиксируется дистанция, которую испытуемый сможет преодолеть за это время.

**Мониторинг освоения дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы**

Объединение _____ за I, II е полугодия
20__ - 20__ учебный год

Ф.И.О. педагога _____

Общее количество обучающихся в группе _____ чел.

№ группы ____

Уровень качества освоения образовательной программы	Количество обучающихся, (чел.)	Процентное соотношение (%)
Высокий (3)		
Средний уровень (2)		
Низкий уровень (1)		

всего обучающихся в объединении	уровень успеваемости * (%)	уровень качества обученности** (%)	полностью освоили образовательную программу за первое и второе полугодия	освоили программу в необходимой степени

Мониторинг освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№ п/п	Ф.И.	Теория	Практика	уровень успеваемости * (%)	Уровень сформированности основных общеучебных компетенций			уровень качества обученности ** (%)
					Информационная	Коммуникативная	Организационная	
		В-3, С-2, Н-1	В-3, С-2, Н-1	$\sum (В+С+Н)$ кол-во обуч-ся	В-3, С-2, Н-1	В-3, С-2, Н-1	В-3, С-2, Н-1	$\sum В+С$, кол-во обуч-ся
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Высокий уровень (3)

Средний уровень (2)

Низкий уровень (1)

