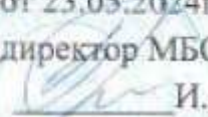


Комитет образования города Курск

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 21»

ПРИНЯТО
решением
педагогического совета
МБОУ «Лицей № 21»
протокол от 23.05.2024г. №10

УТВЕРЖДЕНО
приказом по МБОУ «Лицей № 21»
от 23.05.2024г. № 336
директор МБОУ «Лицей № 21»

И.А. Первенкова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивный направленности «Волейбол»**

(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет

Срок реализации 1 год

Автор составитель:
Илевахина О.Н.,
педагог дополнительного
образования

г. Курск, 2024 г.

Оглавление:

1. «Комплекс основных характеристик программа».....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель программы.....	5
1.3 Задачи программы.....	5
1.4 Планируемые результаты.....	5
1.5 Содержание программы.....	5
2. «Комплекс организационно педагогических условий».....	7
2.1 Календарно учебный график.....	7
2.2 Оценочные материалы.....	8
2.3 Формы аттестации	8
2.4 Методическое обеспечение программы.....	8
2.5 Условия и реализации программы.....	8
3 «Рабочая программа воспитания».....	11
4 «Список литературы».....	15
5 «Приложение».....	17
5.1 Календарно тематическое планирование.....	17
5.2 Материалы для проведения мониторингов оценки.....	24

«Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с нормативными актами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р.;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- «Санитарно-эпидемиологические требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.);

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г.) «Об образовании в Курской области»;

- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 г. № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 03.05.2023 г. № 1-845 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Курской области «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ» от 17.01.2023 г. № 1-54;

- Приказ комитета образования города Курска от 03.03.2022 № 113 «Об утверждении регламента предоставления муниципальными образовательными организациями, подведомственными комитету образования города Курска, муниципальной услуги «Прием на обучение по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей № 21» (далее - Лицей) утвержден комитетом образования города Курска приказ №202 от 25.05.2021г.;

- Положение муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «О дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе» приказ №430 от 26.05.2023г.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной секции «Волейбол» по своему содержанию является физкультурно-спортивной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе примерной программы футболу для детско-юношеских спортивных школ, детской – юношеских школ олимпийского резерва. - М. Советский спорт, 2010г. Программа дополнительного образования спортивной секции по волейболу имеет физкультурно-спортивную направленность. Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Актуальность реализуемой программы заключается в популярности игры волейбол, в доступности и зрелищности, что делает его прекрасным средством для привлечения к постоянным занятиям физической культурой широких масс учащихся. По разносторонности воздействия на организм волейбол представляет идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств.

Отличительные особенности программы.

Спортивное воспитывающее воздействие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины, морально-волевых качеств личности.

Адресат программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» предназначена для обучающихся 12-17 лет, которым в этом возрасте свойственен переход от обучения «по образцу», предоставляемому педагогом, к самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на один год обучения с годовым объемом 72 часа.

Форма обучения.

Очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Группа, представляющая из себя разновозрастное объединение, состоит из 12–15 обучающихся. Особенностью организации

образовательных занятий является сочетание групповых и индивидуальных форм обучения.

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю из расчета по 2 академических часа на каждое. Длительность академического часа 45 минут. Все занятия предусматривают перерыв в 10 минут.

1.2 Цель программы

Цель программы.

Укрепление здоровья учащихся, закаливание, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности.

1.3 Задачи программы

Задачи программы

1. Овладение техникой и тактикой игры в волейбол.
2. Развитие у учащихся основных двигательных качеств, способности к оценки силовых, пространственных и временных параметров движений, формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями
3. Воспитание у школьников потребности в личном физическом совершенствовании

1.4 Планируемые результаты

Программа обеспечивает формирование личностных, предметных результатов.

Личностные результаты включают:

- Проявление морально волевых качеств, трудолюбие
- Развитие цели устремленности

Предметные результаты включают:

- Владение мячом
- Основы блокирования
- Основы приема и передачи мяча

1.5 Содержание программы

«Учебный план»

№ п/п	Наименование разделов	Количество академических часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Основы волейбола	18	6	16	Контрольный опрос
II	Основы физической	26	6	18	Практическая работа

	подготовки				
III	Тактика в волейболе	28	6	20	Практическая работа
	Итого	72	18	54	

Содержание учебного плана

Программа «Волейбол» (72 часа) включает:

I. Основы волейбола (18 часов)

1. «Вводное занятие» (4 часа)

Теоретический компонент. Ознакомление с планом работы, техника безопасности, история создания волейбола.

2. «Основные элементы игры в волейбол» (8 часов)

Теоретический компонент. Изучение основных правил и элементов игры в волейбол с помощью методической литературы.

Практический компонент. Изучение видов приема и подач.

3. «Атака и блокирование» (6 часа)

Теоретический компонент. Выполнение и развитие атаки после блокирования атаки противника.

Практический компонент. Изучение видов нападающих ударов. Двойное и тройное блокирование.

II. Основа физической подготовки (26 часов)

1. «Верхняя подача (6 часов)

Теоретический компонент. Верхняя подача и её прием.

Практический компонент. Учить выполнять верхнюю подачу, принимать верхнюю подачу в три касания.

2. «Передача после приема мяча на связующего» (8 часов)

Теоретический компонент. Передача после приема мяча на связующего.

Практический компонент. Нижний прием мяча с переводом в третью зону для развития нападения.

3. «Повышение физической силы, увеличение высоты прыжка» (12 часов)

Теоретический компонент. Выполнение упражнений для развития физических качеств.

Практический компонент. Повышение физических качеств посредством выполнения физических упражнений.

III. Тактика в волейболе (28 часов)

1. «Игра в три касания через связующего» (14 часов)

Теоретический компонент. Основные понятия игры в три касания.

Практический компонент. Передача на связующего, вторым касанием.

2. «Перевод мяча на связующего» (14 часов)

Теоретический компонент. Выполнение передачи в третью зону, после нижнего приема мяча.

Практический компонент. Перевод мяча на связующего

«Комплекс организационно-педагогических условий» 2.1 Календарный учебный график

Табл.2 «Календарный учебный график»

№ п/п	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Срок и проведения промежуточной аттестации
1	№1	1, №1	02.09.2024	31.05.2025	36	36	72	Очный, 2 часа 1 раз в неделю	Государственные праздники и выходные дни (03.11.24, 04.11.24, 30.12.24-08.01.25, 23.02.25, 24.02.25, 08.03.25, 10.03.25, 01.05.25, 02.05.25, 09.05.25)	20-31 мая 2025 г.
2	№2	1, №2	02.09.2024	31.05.2025	36	36	72	Очный, 2 часа 1 раз в неделю	Государственные праздники и выходные дни (03.11.24, 04.11.24, 30.12.24-08.01.25, 23.02.25, 24.02.25, 08.03.25, 10.03.25, 01.05.25, 02.05.25, 09.05.25)	20-31 мая 2025 г.

2.2 Оценочные материалы

Тестирование с выбором одного верного ответа направлено на диагностику усвоения теоретического материала. Тестирование посредством выполнения физических упражнений. Выполнение верхних и нижних передач. Проверка способностей блокирования и атаки.

2.3 Форма аттестации

Важным в осуществлении программы является отслеживание результатов. Контроль позволяет определять степень эффективности обучения, проанализировать результаты, внести коррективы в учебный процесс, позволяет детям, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, создает благоприятный психологический климат в коллективе.

О сформированности практических умений и навыков свидетельствует правильное и аккуратное выполнение всех элементов игровой деятельности, учитываются умения владеть различными подачами и передачами, умение грамотно оценивать обстановку и следовать плану

2.4 Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии

На занятиях применяются следующие современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы: технология личностно-ориентированного обучения, технология продуктивного обучения, технология сотрудничества, технология создания ситуации успеха, здоровье сберегающие технологии

Методы

В процессе реализации программы применяются следующие **методы и приемы обучения:**

- словесный метод (рассказ, объяснение);
- наглядно-зрительный метод (личный показ педагога, просмотр пособий);
- наглядно-слуховой метод (личный показ педагога с комментариями)
- практический метод (разноплановая практическая работа на основе теории учебного материала);
- репродуктивный метод (объяснение нового материала на основе пройденного);
- метод формирования интереса к учению (создание ситуаций успеха, приёмы занимательности);
- методы поисково-исследовательской деятельности (самостоятельный поиск нового учебного материала);

метод контроля (индивидуальный опрос, фронтальный опрос, тестирование, творческие задания).

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов обучения по выбору педагога.

Примерный алгоритм проведения учебного занятия

I. Организационный этап

Организация учащихся на занятие. Подготовка рабочего места к работе. Сообщение темы и цели занятия. Определение цели и задач занятия (совместно с педагогом). Тематические беседы.

II. Основной этап

1. Повторение изученного материала. Повторение и закрепление изученного материала через образцы узоров, готовые изделия.

2. Изучение нового материала. Сообщение и обсуждение нового материала. Объяснение педагога. Знакомство с новыми понятиями и представлениями. Включение обучающихся в освоение нового материала через совместную деятельность. Закрепление изученного материала через самостоятельную работу.

III. Завершающий этап

Подведение итогов занятия. Похвала, поощрение, одобрение. Мотивация и стимулирование познавательного интереса учащихся к учебному материалу следующего занятия.

Дидактические материалы

№ п/п	Наименование раздела, темы	Дидактические и методические материалы
I	Основы волейбола	
1	Вводное занятие	Журнал по технике безопасности, журнал Терёхина № 4 2018 г., журнал "Юный волейболист", 2018 г., журнал Терёхина № 8 2018 год № 1
2	Основные элементы игры в волейбол	Беляев, А. В. Волейбол на уроке физической культуры: [учеб.-метод. пособие] / А. В. Беляев. - 2-е изд. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: ил.
3	Атака и блокирование	Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса. – 2-е изд., стереотип. – М.: Спорт, 2019–184 с., ил.
II	Основы физической подготовки	
4	Верхняя подача	Железняк, Ю. Д. Подготовка юных волейболистов: учеб. пособие для

		тренеров дет. и юнош. спорт. коллективов / Железняк Юрий Дмитриевич, Клещев Ю. Н., Чехов О. С. – М.: ФиС, 2000. – 295 с.: ил
5	Передача мяча после приема, на связующего	Программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» (спортивные дисциплины «волейбол» и «Пляжный волейбол»). / Под общей редакцией Ю. Д. Железняка, В. В. Костюкова, А. В. Чачина – М.: 2016. – 210 с.
6	Повышение физической силы, увеличение высоты прыжка	Беляев, А. В. Волейбол: теория и методика тренировки / А. В. Беляев, Л. В. Булыкина. – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 176 с.
III	Тактика в волейболе	
7	Игра в три касания через связующего	Беляев, А. В. Волейбол: Учебник для вузов. / Под общ. ред. А. В. Беляев, М. В. Савина, – 4-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с., ил.
8	Перевод мяча на связующего	Булыкина, Л. В. Волейбол: учебник / Л. В. Булыкина, В. П. Губа. – М.: Советский спорт, 2020. – 412 с.
9	Итоговое занятие	

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

-спортивный зал МБОУ «Лицей № 21» г. Курска для занятий, соответствующее всем санитарно-гигиеническим и психогигиеническим нормам;

-материалы и инструменты, приобретенные самими учениками или имеющиеся у педагога (мячи, волейбольная сетка);

Кадровое обеспечение.

Программу реализует педагог, имеющий высшее образование (в 2012 году закончила факультет физической культуры и спорта Курского государственного университета). Непрерывный стаж работы по специальности –13 лет.

Информационное обеспечение

<http://www.volley.ru/> <https://tvou-volleyball.ru/category/obuchenie/>

<https://volleybolist.ru/multimedia/videolessons.html>

<https://yandex.ru/video/preview?filmId=11600694458176611028&parentreqid=1602191474947763-1575747734710998073700109>

<https://volleyflyball.ru> <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo--production-app-hostsas-web-yp>

«Рабочая программа воспитания»

Цель воспитания обучающихся.

-развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;

-формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания обучающихся в МБОУ «Лицей № 21»:

-усвоение ими знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);

-формирование и развитие позитивных личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);

-приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений;

Личностные результаты освоения обучающимися общеобразовательных программ включают:

-осознание российской гражданской идентичности,
-сформированность ценностей самостоятельности и инициативы,
-готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению,

-наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности,

-сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Воспитательная деятельность в общеобразовательной организации планируется и осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, возрастосообразности.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности МБОУ «Лицей № 21» по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС ООО и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

-гражданского воспитания, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободе и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;

-патриотического воспитания, основанного на воспитании любви к родному краю, Родине, своему народу, уважении к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;

-духовно-нравственного воспитания на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;

-эстетического воспитания, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

-

физического воспитания, ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия – развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;

-трудового воспитания, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;

-экологического воспитания, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;

-ценности научного познания, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

Целевые ориентиры результатов воспитания.

Целевые ориентиры определены в соответствии с вариантным содержанием воспитания обучающихся на основе российских базовых (гражданских, конституционных) ценностей, обеспечивают единство воспитания, воспитательного пространства.

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне основного общего образования

Гражданско-патриотическое воспитания
<p>Знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине – России, ее территории, расположении.</p> <p>Сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам.</p> <p>Понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины – России, Российского государства.</p> <p>Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.</p> <p>Имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях.</p> <p>Принимающий участие в жизни класса, лица, в доступной по возрастусоциально-значимой деятельности.</p>
Духовно-нравственное воспитание
<p>Уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учетом национальной, религиозной принадлежности.</p> <p>Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека.</p> <p>Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших.</p> <p>Умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки.</p> <p>Владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Сознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, проявляющий интерес к чтению.</p>
Эстетическое воспитание

<p>Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей.</p> <p>Проявляющий уважение и интерес к отечественной и мировойхудожественной культуре.</p> <p>Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусства.</p>
<p>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоциональное благополучие</p>
<p>Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.</p> <p>Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.</p> <p>Ориентированный на физическое развитие с учетом возможностейздоровья, занятия физической культурой и спортом.</p> <p>Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности сучетом возраста.</p>
<p>Трудовое воспитание</p>
<p>Сознающий ценность честного труда в жизни человека, семьи, общества и государства.</p> <p>Проявляющий уважение к труду, людям труда, ответственное потребление и бережное отношение к результатам своего труда и других людей, прошлых поколений.</p> <p>Проявляющий интерес к разным профессиям.</p> <p>Участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.</p>
<p>Экологическое воспитание</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Понимающий ценность природы, зависимость жизни людей отприроды, влияние людей на природу, окружающую среду. • Проявляющий любовь и бережное отношение к природе,неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам. • Выражающий готовность в своей деятельности придерживатьсяэкологических норм.
<p>Ценности научного познания</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Выражающий познавательные интересы в разных предметныхобластях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений. • Обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном познании. • Имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественно-научной и

гуманитарной областях знаний.

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
МБОУ «ЛИЦЕЙ № 21» НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Основные общелицейские дела			
Торжественная линейка, посвященная Дню знаний «Здравствуй, лицей!»	5-11 классы	1 сентября	Зам. директора по ВР, УВР, старшая вожатая, классные руководители 5-11 классов
Спортивно-туристический выход «Азы туризма»	5-11 классы	3-я неделя сентября	Зам. директора по ВР, классные руководители 5-11 классов, учителя физической культуры
Концертная программа «Мой добрый учитель»	5-11 классы	5 октября	Зам. директора по ВР, ПДО, старшая вожатая
Общелицейский фестиваль искусств «Минута славы»	5-11 классы	3-я неделя декабря	Зам. директора по ВР, классные руководители, ПДО
Общелицейский конкурс чтецов «Живая классика»	5-11 классы	Январь	Зам. директора по ВР, учителя русского языка и литературы
Патриотическая акция «Есть такая профессия – Родину защищать»	5-11 классы	Январь	Педагоги-организаторы ОБЖ, руководитель отряда Юнармия
Лекторский час «Курск-город воинской славы»	5-11 классы	8 февраля	Зам. директора по ВР, кафедра истории, классные руководители
День российской науки	5-11 классы	8 февраля	Руководитель координационного центра
Концертная программа «Святое дело – Родине служить!»	5-11 классы	2-я неделя февраля	Зам. директора по ВР, ПДО
Единый классный час «Первый в космосе»	5-11 классы	2-я неделя апреля	Зам. директора по ВР, классные руководители 5-11 классов
Торжественная линейка «Последний звонок – 2024»	5-11 классы	3-я неделя мая	Зам. директора по ВР, оргкомитет

«Список литературы»

Список литературы, рекомендованной педагогам:

1. Беляев, А. В. Волейбол на уроке физической культуры: [учеб.-метод. пособие] / А. В.
2. Беляев. - 2-е изд. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005
3. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса.
4. Железняк, Ю. Д. Подготовка юных волейболистов: учеб. пособие для тренеров дет. и юнош. спорт. коллективов

5. Программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» (спортивные дисциплины «волейбол» и «Пляжный волейбол»).
6. Беляев, А. В. Волейбол: теория и методика тренировки
7. Беляев, А. В. Волейбол: Учебник для вузов.

Список литературы, рекомендованной обучающимся:

- Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М., 2014
Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол. – М., 2013
Железняк Ю.Д. Кунянский В.А. У истоков мастерства. – М. 2013
Железняк Ю.Д., Юный волейболист. – М. 2010

Список литературы, рекомендованной родителям:

- Марков К.К. Тренер – педагог и психолог. – Иркутск, 2012
Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. – М., 2007
Платонов В.Н. Общая теория воспитания
Твой олимпийский учебник: Психология и подготовка ребенку к занятию спортом

«Приложение»
5.1 Календарно-тематическое планирование
Группа №1

№п/п	Дата	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	02.09.24		Вводное занятие	2	Беседа	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Контрольный опрос
2.	09.09.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
3.	16.09.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
4.	23.09.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
5.	30.09.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Закрепление знаний	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
6.	07.10.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
7.	14.10.24		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
8.	21.10.24		Атака и блокирование	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
9.	28.10.24		Атака и блокирование	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
10.	11.11.24		Атака и блокирование	2	Изучение и закрепление нового	Спортзал «МБОУ Лицей	Практическая работа

					материала	№21»	
11.	18.11.24		Атака и блокирование	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
12.	25.11.24		Атака и блокирование	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
13.	02.12.24		Верхняя подача	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
14.	09.12.24		Верхняя подача	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
15.	16.12.24		Верхняя подача	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
16.	23.12.24		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
17.	09.01.25		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
18.	13.01.25		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
19.	20.01.25		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
20.	27.01.25		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
21.	03.02.25		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
22.	10.02.25		Повышение физической	2	Беседа	Спортзал «МБОУ	Практическая работа

			силы			Лицей №21»	
23.	17.02.25		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
24.	27.02.25		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
25.	03.03.25		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
26.	17.03.25		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
27.	24.03.25		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
28.	31.03.25		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
29.	07.04.25		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
30.	14.04.25		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
31.	21.04.25		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
32.	28.04.25		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
33.	05.05.25		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
34.	12.05.25		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
35.	19.05.25		Перевод	2	Изучение и	Спортзал	Практическая

			мяча на связующего		закреплени е нового материала	«МБОУ Лицей №21»	ая работа
36.	26.05.25		Итоговое занятие	2	Итоговая игра	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Итоговое тестировани е

Группа №2

№ п/п	Дата	Дат а фак т	Тема занятия	Количеств о часов	Форма/тип занятия	Место проведени я	Форма контроля
1.	03.09.2 4		Вводное занятие	2	Беседа	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Контрольны й опрос
2.	10.09.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
3.	17.09.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
4.	24.09.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
5.	01.10.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Закреплени е знаний	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
6.	08.10.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
7.	15.10.2 4		Основные элементы игры в волейбол	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
8.	22.10.2 4		Атака и блокировани е	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
9.	29.10.2 4		Атака и блокировани е	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа

10.	05.11.2 4		Атака и блокировани е	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
11.	12.11.2 4		Атака и блокировани е	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
12.	19.11.2 4		Атака и блокировани е	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
13.	26.11.2 4		Верхняя подача	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
14.	03.12.2 4		Верхняя подача	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
15.	10.12.2 4		Верхняя подача	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
16.	17.12.2 4		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
17.	14.01.2 5		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
18.	21.01.2 5		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
19.	28.01.2 5		Передача мяча на связующего после приема	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
20.	04.02.2 5		Повышение физической силы	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
21.	11.02.2 5		Повышение физической силы	2	Изучение и закреплени е нового	Спортзал «МБОУ Лицей	Практическа я работа

					материала	№21»	
22.	18.02.2 5		Повышение физической силы	2	Беседа	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
23.	25.02.2 5		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
24.	04.03.2 5		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
25.	11.03.2 5		Повышение физической силы	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
26.	18.03.2 5		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
27.	25.03.2 5		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
28.	01.04.2 5		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
29.	08.04.2 5		Игра в три касания через связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
30.	15.04.2 5		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
31.	22.04.2 5		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
32.	29.04.2 5		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
33.	06.05.2 5		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закрепление нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическая работа
34.	13.05.2		Перевод	2	Изучение и	Спортзал	Практическая

	5		мяча на связующего		закреплени е нового материала	«МБОУ Лицей №21»	я работа
35.	20.05.2 5		Перевод мяча на связующего	2	Изучение и закреплени е нового материала	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Практическа я работа
36.	27.05.2 5		Итоговое занятие	2	Итоговая игра	Спортзал «МБОУ Лицей №21»	Итоговое тестировани е

5.2 Материалы для проведения мониторингов оценки

Нормативы по технической подготовке

Контрольные испытания:

Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4

Подача на точность:

Верхняя прямая по зонам

В прыжке

Нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5

Прием подачи из зоны 6 в зону 3 на точность

Итоговое тестирование:

(правильный вариант ответа отмечен знаком +)

1. Что означает слово волейбол?

- рука и мяч
- сетка и мяч
- + удар с лёту и мяч
- удар рукой и мяч

2. Кто считается создателем игры волейбол?

- + Уильям Дж. Морган
- Пьер де Кубертен
- Джеймс Нейсмит
- Хольгер Нильсен

3. Какая страна считается родиной волейбола?

- Бразилия
- Куба
- + США
- Испания

4. С чего начинается игра в волейболе?

- + с подачи
- с передачи
- с подбрасывания арбитром над сеткой
- с вбрасывания арбитром на одну из сторон

5. Какой удар в волейболе называется нападающим?

- любой удар по мячу, находящемуся выше головы бьющего, на половину поля соперника (кроме подачи и блока)
- любой удар по мячу, находящемуся выше уровня сетки, на половину поля соперника (кроме подачи и блока)
- любой удар по мячу на половину поля соперника в прыжке (кроме подачи и блока)
- + любой удар по мячу на половину соперника (кроме подачи и блока)

6. Какие размеры площадки для игры в волейбол?

- 8×16 м
- + 9×18 м
- $10,97 \times 23,77$ м
- 15×28 м

7. Что из перечисленного не является ошибкой при игре в мяч в волейболе?

- + игра ногой
- удар при поддержке партнёра
- 4 удара
- последовательное касание разными частями тела

8. Какова высота свободного пространства над волейбольным игровым полем?

- 8,5 м
- 10,5 м
- +12,5 м
- 14,5 м

9. На каком расстоянии от центральной линии находится линия атаки в волейболе?

- 2,5 м
- +3 м
- 3,5 м
- 4 м

тест 10. Каков вес волейбольного мяча?

- + 260 – 280 г
- 325 – 375 г
- 410 – 450 г
- 425 – 475 г

11. Какое максимальное количество игроков разрешено заявлять за волейбольную команду на одну игру?

- 10
- +12
- 14
- 16

12. Какой максимальный номер разрешено иметь игроку в волейболе?

- 12
- 16
- 18

+24

13. Что из перечисленного является запрещённым в волейболе:

+ игра без номеров

- игра в холодную погоду в тренировочных костюмах

- игра в очках

- игра босиком

14. Какое максимальное количество партий может быть в одном волейбольном матче?

- 3

- 4

+ 5

- 6

15. Какой счёт в волейбольном матче неправильный?

- 3:2

- 3:1

- 3:0

+ 4:0

16. Сколько очков для победы в 1-4 волейбольных партиях должна набрать одна команда, при условии, что, отрыв от соперника составляет не менее 2 очков?

- 15

- 20

+ 25

- 30

17. Сколько очков для победы в 5-й волейбольной партии должна набрать одна команда, при условии, что отрыв от соперника составляет не менее 2 очков?

+ 15

- 17

- 20

- 21

18. Какое минимальное количество игроков в команде должно принимать участие при игре в волейбол?

- 3

- 4

- 5

+ 6

19. Какие номера позиций имеют игроки вдоль сетки (передней линии)?

- 1, 2, 3

+ 2, 3, 4

- 4, 5, 6

- 1, 5, 6

тест-20. Какой номер позиции имеет подающий игрок в волейболе?

- 2

- 5

- 6

21. Сколько замен разрешено команде в одной волейбольной партии?

- 3

- 4

- 5

+ 6

22. В каких из перечисленных случаев в волейболе несколько касаний к мячу считаются за одно касание?

+ последовательное касание одним действием при выполнении первого удара

- неумышленное касание игроком мяча

- к мячу одновременно коснулось несколько игроков

- к мячу коснулись блокирующие игроки

23. Что из перечисленных случаев считается ошибкой в волейболе?

- три удара в добавок к блокирующему касанию своим игроком

- три удара в добавок к обоюдному касанию соперниками мяча над сеткой

- единовременное касание мяча разными частями тела

+ удар при поддержке

24. Какое решение должен принять судья, если мяч ушёл «за» после обоюдного касания мяча над сеткой игроками соперников?

- засчитать ошибку команде, на чьей стороне упал мяч

+ засчитать очко команде на чьей стороне упал мяч

- засчитать обоюдную ошибку и назначить повтор розыгрыша

- засчитать каждой команде по 1 очку

25. Сколько секунд отводится в волейболе на выполнение подачи после свистка арбитра?

- 10

+ 8

- 5

- 3

26. Что из перечисленного запрещается в волейболе?

- + блокирование подачи соперника
- удар игроком по мячу после того, как этот же игрок коснулся мяча в блоке
- три удара по мячу после того, как мяч коснулся своих блокирующих игроков
- несколько последовательных касаний мяча блокирующими игроками

27. На сколько тайм-аутов имеет право одна команда во время одной партии в волейболе?

- 1
- + 2
- 3
- 4

28. Какой игрок в волейболе имеет отличающийся цвет футболки от других игроков?

- капитан команды
- игрок, вышедший на замену
- игрок, имеющий предупреждение
- + либеро

29. Одна из команд набрала 8 очков, и арбитр произвёл смену площадок. Какой счёт волейбольных партий был в это время?

- 2:0
- 2:1
- + 2:2
- любой из вышеуказанных

тест_30. Что из перечисленного не запрещается либеро в волейболе?

- выполнять подачу

- выполнять блокирование
- выполнять атакующий удар мячом, полностью находящимся выше уровня сетки
- + выходить на замену неограниченное количество раз

31. Какого карточного обозначения санкции в волейболе не предусмотрено?

- жёлтая карточка
- красная карточка
- жёлтая и красная карточки вместе
- + жёлтая и красная карточки отдельно

32. Какую санкцию в волейболе предусматривает предъявление красной карточки?



- предупреждение
- замечание
- + удаление
- дисквалификация

33. Из какого минимального количества арбитров состоит волейбольная судейская бригада?

- 2

- 3

- 4

+ 5

34. Как сигнализирует волейбольный линейный судья невозможность принять решение?

- поднять два больших пальца вверх

+ скрестить руки на груди

- опустить обе руки вдоль тела

- выпрямить обе руки в стороны

35. Что означают поднятые 4 разведённых пальца одной руки волейбольного первого судьи?



- четвёртая партия

+ четыре удара по мячу

- время на подачу истекло

- игрок с номером четыре

36. Что означают скрещенные на груди предплечья волейбольного первого судьи?

- обоюдная ошибка и переигровка

+ конец партии или матча

- мяч «за»
- ошибка при блокировании

37. Какое решение принимает волейбольный арбитр, если мяч попадает в линию?

- + мяч «в площадке»
- мяч «за»
- переигровка
- потеря права на подачу без засчитывания очка кому-либо

38. Какое решение принимает волейбольный арбитр если команда проигрывает розыгрыш при своей подаче?

- подача переходит сопернику без засчитывания очка кому-либо
- подача остаётся у предыдущей команды, а соперник получает очко
- + подача переходит сопернику, и соперник получает очко
- подача переходит сопернику и соперник два очка

39. Какой счёт фиксируется в волейбольном матче и в каждой партии, если одна из команд считается «не явившейся»?

- 0:1 и 0:1
- 0:1 и 0:25
- 0:3 и 0:1
- + 0:3 и 0:25

тест*40. Что должен сделать волейбольный судья, если выигрывающая команда объявляется «неполной»?

- присуждается ничья или победа той команде, которая выигрывала в партиях, без учёта недоигранной партии?
- присуждается ничья или победа в партии на момент её остановки, и присуждается ничья или победа в матче на основании полностью сыгранных и недоигранной партий

- присудить ничью в матче

+ сопернику «неполной» команды присуждается необходимое количество очков для победы в партиях и матче.