

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом Аничкова
лица

(протокол от «01» февраля 2024г. № 5)

УТВЕРЖДЕНА

Генеральный директор

М.Р. Катунцова

М.П.

(приказ № 109 -ОД от 09.04 2024 г.)



Дополнительная общеразвивающая программа
«Волейбол»

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Срок освоения: 1 год

Уровень освоения: общекультурный

Разработчик:
Гофман Анна Сергеевна,
педагог дополнительного образования

ОДОБРЕНА
Протокол Методического совета

№ 8 от «04» 04 2024г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность** и разработана для учащихся общеобразовательных учреждений (школ, лицеев, гимназий), желающих заниматься физической культурой и спортом, Программа способствует решению приоритетной задачи по поддержке физической культуры и массового спорта, как важной основы оздоровления нации.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 8-11-х классов в возрасте 14-18 лет, увлекающихся спортивными играми, а в частности волейболом. Направлена на подготовку команд для успешного участия в спортивных соревнованиях различного уровня.

Актуальность программы

Цели государственной политики в сфере физической культуры и спорта определены в Указе Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года", Указе Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 "О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года". В соответствии с указанными программными документами к числу приоритетных направлений развития физической культуры и спорта относятся:

- вовлечение граждан, прежде всего детей и молодежи, в регулярные занятия физической культурой и массовым спортом;
- повышение уровня физической подготовленности граждан Российской Федерации.

В Федеральном законе от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (статья 28 "Физическая культура и спорт в системе образования") указано, что в целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом образовательными организациями могут создаваться школьные спортивные клубы.

Актуальность данной Программы определяется, в первую очередь, потребностью и интересом старшеклассников к дополнительным занятиям физической культурой и спортом и, в частности, спортивными играми, которые в свою очередь способствуют:

- физическому развитию каждого ученика;
- сплочению коллектива;
- улучшению эмоционального фона в коллективе.

Данный курс способствует развитию у учащихся основных физических качеств (скорости, выносливости, ловкости), коммуникативных компетенций,

а также специальных умений – видеть игру, принимать тактические решения, планировать стратегию, делать выводы, работать на аудиторию и не бояться ее (например, при судействе во время учебной игры).

Отличительные особенности Программы

- Программа структурирована по видам спортивной подготовки и состоит из четырех разделов: теоретической, физической, технической и тактической подготовок;
- Набор в секцию производится без учета антропометрических данных ребенка, за основу берется желание учащегося заниматься волейболом;
- В процессе обучения формируются команды для участия в районных и городских соревнованиях.

В рамках настоящей Программы предусмотрены: тестирование, организация и проведение учебных игр и соревнований по волейболу, осуществление практического судейства учащимися.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок реализации Программы

Программа рассчитана на 1 год, 72 часа, занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Цель Программы

Целью программы является физическое развитие обучающихся средствами игры в волейбол.

Задачи Программы

Обучающие:

- научить выполнять технические приемы в волейболе;
- научить правилам построения тактики и стратегии при игре в волейбол;
- научить осуществлять судейство спортивной игры волейбол.

Развивающие:

- развить физические и интеллектуальные способности учащихся (логическое мышление, способность анализировать и систематизировать знания, выделять главные аспекты; умение пользоваться полученными знаниями для успешного решения задач);
- развить навыки коммуникации, умение аргументировать собственную точку зрения;
- развить лидерские качества, творческую и познавательную активность учащихся.

Воспитательные:

- воспитать активную жизненную позицию;
- воспитать культуру поведения и общения в рамках занятий физической культурой и спортом, соблюдать спортивные принципы;
- способствовать воспитанию личности, умеющей создавать собственную модель здорового образа жизни.

Планируемые результаты

Предметные:

- научатся применять технические приемы во время спортивных игр и соревнований;
- научатся правилам построения тактики и стратегии при игре в волейбол;
- научатся осуществлять судейство спортивной игры волейбол;

Метапредметные:

- у учащихся будут развиты физические и интеллектуальные способности учащихся (логическое мышление, способность анализировать и систематизировать знания, выделять главные аспекты; умения пользоваться полученными знаниями для успешного решения задач);
- у учащихся будут развиты навыки коммуникации, умение аргументировать собственную точку зрения;
- у учащихся будут развиты лидерские качества, творческая и познавательная активность.

Личностные:

- учащимся будет привита активная жизненная позиция;
- учащимся будет привита культура поведения и общения в рамках занятий физической культурой и спортом;
- учащийся воспитает в себе личность, умеющую создавать собственную модель здорового образа жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации: программа реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная. Как практическая, так и теоретическая части Программы могут реализовываться в спортивном зале и на спортивном стадионе.

Условия набора и формирования групп

На обучение по Программе принимаются учащиеся в возрасте 14-18 лет без конкурсного отбора. Учащиеся могут иметь различную общетеоретическую и физическую подготовку. Обязательное условие - иметь основную группу здоровья и прохождения медицинского обследования.

	Формирование	групп	осуществляется	в	соответствии
--	--------------	-------	----------------	---	--------------

с технологическим регламентом и составляет не менее 15 человек. При наличии вакантных мест в течении учебного года на обучение по программе могут быть приняты учащиеся, ранее не занимающиеся в объединении.

Формы занятий: лекция, беседа, тренировка, учебная игра, сдача нормативов, зачет.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (беседа, рассказ, объяснение и анализ теоретического материала, просмотр электронных презентаций и учебных видеоматериалов и др.);
- групповая (работа в малых группах и командах для реализации определенных задач в рамках конкретного учебного занятия и др.);
- индивидуальная (консультации, выполнение индивидуальных заданий и др.).

Материально-техническое оснащение

Занятия проводятся в учебных и спортивных помещениях образовательного учреждения, соответствующих действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. На занятиях используются: спортивное оборудование и инвентарь, волейбольные, теннисные, набивные мячи, скакалки, гимнастические коврики, маты, а также демонстрационное оборудование, в том числе, компьютер, мультимедийный проектор, экран, и др.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			
		Всего	теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях	1	0,5	0,5	Наблюдение, анализ деятельности
2.	История развития Волейбола	1	1	-	Собеседование, устный опрос
3.	Техническая подготовка	17	1	16	Эстафеты, игры, выполнение контрольных нормативов
4.	Тактическая подготовка	15	5	10	Наблюдение, анализ деятельности
5.	Общая и специальная физическая подготовка	30	4	26	Наблюдение, анализ деятельности
6.	Основы судейства. Правила соревнований	4	0,5	3,5	Наблюдение, сдача контрольных нормативов
7.	Итоговое занятие	4	2	2	Собеседование, сдача контрольных нормативов
Итого:		72	14	58	