Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества» Сорочинского городского округа
Оренбургской области

ПРОГРАММА УТВЕРЖДЕНА
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ

(Протокол №____)
«____»_____2015г.

Директор ЦДТ
_____ Н.В. Пеннер
«____» _____2015г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

объединения «Спортивные игры»

Составитель:
Патутин Сергей Александрович
педагог дополнительного образования
I квалификационной категории
Возраст детей: 10-16 лет
Срок реализации: 3 года

г. Сорочинск 2015г.

Содержание

1	Пояснительная записка		4
	1.1	Направленность дополнительной образовательной программы	4
	1.2	Новизна дополнительной образовательной программы	4
	1.3	Актуальность, педагогическая целесообразность	4
	1.4	Цель и задачи дополнительной образовательной программы	5
	1.5	Отличительные особенности	6
	1.6	Возраст детей	9
	1.7	Сроки реализации дополнительной образовательной программы	9
	1.8	Формы и режим занятий	9
	1.9	Ожидаемые результаты и способы их проверки	10
	1.10	Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы	11
2	Учебный план		12
	2.1	Учебно- тематический план 1 год обучения	13
	2.2	Учебно- тематический план 2 год обучения	14
	2.3	Учебно- тематический план 3 год обучения	15
3	Содержание образовательной программы.		16
	3.1	1 год обучения	16
	3.2	2 год обучения	16
	3.3	3 год обучения	17
4	Методическое обеспечение		18
	4.1	Организация образовательного процесса	18
	4.2	Работа с родителями	19
	4.3	Условия реализации программы	20
5	Список использованной литературы		21

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Направленность дополнительной образовательной программы

Программа «Спортивные игры», способствует воспитанию патриота и гражданина России, приобщению детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом, имеет **спортивно-оздоровительную *направленность***. Программа реализуется в детском объединении «Спортивные игры», МБУДО «ЦДТ» Сорочинского городского округа Оренбургской области, осуществляющего свою деятельность на базе МБОУ «Войковская СОШ» с 2015 года.

1.2 Новизна

Новизна программы заключается в следующем:

- в программе «Спортивные игры», предусмотрены ***нестандартные решения в разучивании и совершенствовании тактических приемов***, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе.
- программа является ***интегрированной***, синтезируя знания из нескольких наук: *физиологии, биологии, биомеханики.*
- программа является ***профессионально направленной***: ее содержание даёт возможность сформировать представления школьников о профессиях тренера, учителя физкультуры и позволяет овладеть практическими навыками в этой области деятельности;
- программа носит ***практико-ориентированный характер:*** воспитанники не только тренируются, но и *сами создают условия для развития волейбола*;

1.3 Актуальность

Актуальность программы «Спортивные игры», обусловлена тем, что проблема физического и патриотического воспитания детей , молодежи в последнее время находится в центре особого внимания государства и общества. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы», являясь продолжением государственных программ «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001-2005 годы» и «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы», сохраняет непрерывность процесса формирования у россиян патриотического сознания и гражданской идентичности как факторов единения нации.

Занятие волейболом становится важным педагогическим средством воспитания *гражданственности и патриотических качеств* подрастающего поколения, а соревновательная деятельность - одним из путей развития личности школьника в условиях сельского социума.

1.3 Педагогическая целесообразность

Привлечение учащихся к спортивно-оздоровительной деятельности позволяет сделать детей заинтересованными участниками образовательного процесса, субъектами воспитания. Школьный спорт, становится значимым фактором воспитания, способствует перенесению основного акцента в образовательном процессе с восприятия и созерцания на созидание и саморазвитие школьника. Участие в создании материальной базы, подготовке к соревнованиям повышает самооценку воспитанников, развивает информационные и коммуникативные компетенции, способствует развитию партнерских отношений со сверстниками, формирует социально ориентированные и гуманистические установки и жизненные смыслы.

1.4 Цель и задачи дополнительной образовательной программы

ЦЕЛЬ: Формирование всесторонне развитой личности средствами волейбола. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

ЗАДАЧИ:

В области образования:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по физической культуре, ОБЖ, - приобретение умений и навыков необходимых для игры в волейбол, баскетбол.
- приобретение специальных знаний по вопросам судейства соревнований, доврачебной медицинской помощи;

В области воспитания:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

В области физической подготовки:

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов, участие в соревнованиях и спортивных праздниках.

Развивающие:

- развивать эмоционально-чувственную сферу личности, эмоциональную отзывчивость;
- развивать логическое мышление, интеллектуальные способности;
- развивать установку на постоянное самообразование и саморазвитие, спортивное совершенствование;
- развивать воображение, образное мышление и творческие способности;

- развивать познавательные психические процессы личности: восприятие, речь, память, внимание;
- развивать уверенность в достижении цели, в себе и своих силах;
- развивать навыки самоанализа и рефлексии.

1.5 Отличительные особенности

Отличие программы «Спортивные игры» от аналогичных программ заключается в том что:

1. Применение ***метода психорегуляции*** на занятиях и соревнованиях сориентирует обучающихся на достижение высоких результатов в освоении игры и стремлению к победам.

2. В содержании программы отражены ***традиционные мероприятия***, школьные и Сорочинского городского округа Оренбургской области.

3. Результаты освоения программы ориентированы ***на ФГОС 2 поколения*** и предполагают мониторинг конкретных результатов на трёх уровнях: *предметном, метапредметном, личностном*.

Таблица 1

Ожидаемые результаты 1-го года обучения

Предметный компонент	**Метапредметный компонент**	**Личностный компонент**	**Методы и методики отслеживания результатов**
- знание основных двигательных действий; -знание правил по технике безопасности на занятиях волейболом. - знание, способов перемещения в стойке волейболиста. - знание, способов приёма и передачи мяча. - знание основных условий роста и развития физических качеств - знать историю развития волейбола	- умение представить себя и свои спортивные результаты - умение осуществлять целеполагание; - умение планировать решение задачи; - знание принципов разработки и реализации проектов; - умение производить требуемую последовательность действий по инструкции;	- внутренняя установка воспитанника на положительное отношение к обучению; - учебно-познавательный интерес к новому предметному материалу и способам решения новой частной задачи. - оценивать свои и чужие действия в соответствии с их целями, задачами, возможностями, нормами общественной жизни;	- собеседование; - тестирование (Таблица 4,5) - опросники; - наблюдение; - участие в соревнованиях и конкурсах различного уровня; - проведение акций «Спорт против наркотиков»

- умение правильно подобрать двигательные действия в сложных игровых ситуациях. - владение сведениями о расстановке игроков на площадке; - владение сведениями о простейших правилах игры -умение выполнять нижнюю подачу мяча	- умение при необходимости уточнять формулировки задачи, получать недостающие дополнительные данные и новые способы решения.	- уметь выражать эстетические чувства и переживания творческими средствами	

Таблица 2

Ожидаемые результаты 2-го года обучения

Предметный компонент	**Метапредметный компонент**	**Личностный компонент**	**Методы и методики отслеживания результатов**
- знание о требованиях и уровне подготовки спортсменов; - знание о тактике игры в защите и нападении; - знание о правилах подбора тренировочных упражнений; - знание о способах блокирования - знание о травмах и мерах безопасности, защиты и профилактики; - умение выполнять вторую передачу в разные зоны площадки	– умение творчески подходить к выполнению задания; - умение организовать самостоятельную аналитическую и тренировочную деятельность, - умение ставить цель и планировать процесс её достижения; - умение работать с дополнительной литературой;	- умение общаться в условиях разновозрастного коллектива; - умение выполнять в коллективе различные социальные роли; - ориентация на понимание причин успеха в образовательной деятельности; - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение; - уметь выражать эстетические	- собеседование; - тестирование (Таблица 4,5) - опросники; - наблюдение; - участие в соревнованиях и конкурсах различного уровня; - проведение акций «Спорт против наркотиков»

- умение выполнять нападающий удар в определённые зоны - правильно подобрать состав тренировочных упражнений; - умение принимать мяч в зону 2,3 после подачи.		чувства и переживания творческими средствами	

Таблица 3

Ожидаемые результаты 3-го года обучения

Предметный компонент	**Метапредметный компонент**	**Личностный компонент**	**Методы и методики отслеживания результатов**
- знание упражнений по специальной физической подготовке; - знание правил соревнований - знание общих принципов и методов индивидуальной игры в защите и нападении; - знание прав и обязанностей игроков на площадке - умение подавать на игрока слабо владеющего навыками приема мяча.; - умение взаимодействовать между собой игроков передней линии - умение взаимодействовать между собой игроков	- умение самостоятельно добывать необходимые знания; - умение составлять комплекс упражнений; - умение разрабатывать и реализовывать комбинации в игре; - владение эффективными способами организации свободного времени; - самостоятельно работать в данном виде деятельности, проявлять инициативу.	- мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; - способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности; - основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России; - уметь выражать эстетические чувства и переживания в спорте.	- собеседование; - тестирование (Таблица 4,5) - опросники; - наблюдение; - участие в соревнованиях и конкурсах различного уровня; - проведение акций «Спорт против наркотиков»

задней линии			

1.6 Возраст детей

Программа рассчитана на школьников 10-16 лет (4–10 класс). В объединение принимаются все желающие, кто не имеет ограничений по здоровью. Группы являются смешанными, разновозрастными, но при их формировании и в образовательном процессе обязательно учитываются возрастные, физические и психологических особенностей детей.

Количество воспитанников в группе не менее 15 человек.

1.7 Сроки и этапы реализации дополнительной образовательной программы

Срок реализации программы - ***три года.*** Программа реализуется в объеме 120 часов в год; 360 за три года; занятия проводятся с октября по апрель включительно.

Первый этап («*предварительной подготовки*» 1 год обучения) - предусматривает воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к волейболу; начальное обучение технике и тактике, подвижные игры, пионербол, мини-волейбол.

Второй этап («*начальная спортивная подготовка*» 2 год обучения)-

предусматривает развитие физических качеств в общем плане и с учётом специфики волейбола, воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и коллективно (мини-волейбол, волейбол).

Третий этап («*начальная спортивная специализация*» 3 год обучения)-

Посвящён базовой технико-тактической и физической подготовке, в этот период осуществляются освоение снов техники и тактики, воспитание соревновательных качеств, применительно к волейболу.

1.8 Формы и режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа 45 минут, перерыв - 10 мин.

Основными **формами** *образовательного процесса являются*: практические и теоретические учебные занятия, соревнования, дни здоровья .

На занятиях предусматриваются следующие **формы** *организации познавательной деятельности:*

- индивидуальная (самостоятельное выполнение индивидуального задания);
- фронтальная (соревнования);
- групповая (выполнение групповых заданий);
- коллективная (выполнение коллективных заданий).

1.9 Ожидаемые результаты и способы их проверки

В объединении «Спортивные игры», сложилась система ***мониторинга результативности*** освоения воспитанниками программы. Цель мониторинга: выявление соответствия реальных результатов образовательного процесса прогнозируемым результатам реализации образовательной программы.

Для определения уровня освоения программы применяются следующие формы:

- Входная диагностика, итоговая диагностика, включающая тесты, нормативы.

Таблица 4

№ п/п	Конторольные нормативы (из 5 попыток)	Года обучения		
		1 год	2 год	3 год
1	Подача на точность	3	4	5
2	Передача из зоны 3 в зону 4	2	3	4
3	Приём подачи из зоны 6 в зону 3	2	3	4
4	Прием снизу – верхняя передача	5	6	7
5	Прием подачи из зоны 5 в зону 3 (на точность)	2	3	4
6	Вторая передача из зоны 2 в зону 4(на точность)	3	4	5
8	Блокирование одиночное нападающего удара	-	1	2
9	Вторая передача в прыжке из зоны 3 в зону 4	-	2	3
10	Нападающий удар(на исполнение)	2	3	4

Таблица 5

Оценка результатов челночного бега
4х9 м (сек.)

ДЕВОЧЕК

Возраст	Низкий	Н-среднего	Средний	В-среднего	Высокий
10	13,2 - « -	13, 1-12,2	12,1-11,4	11,3-10,9	10,8 - « -
11	12,6 - « -	12,5-11,6	11,5-10,9	10,8-10,6	10,5 - « -
12	12,2 - « -	12,1-11,4	11,3-10,8	10,7-10,5	10,4 - « -
13	11,9 - « -	11,8-11,2	11,1-10,6	10,5-10,3	10,2 - « -
14	12,0 - « -	11,9-11,3	11,2-10,6	10,5-10,2	10,1 - « -
15	11,8 - « -	11,7-11,1	11,0-10,7	10,6-10,1	10,0 - « -
16	11,8 - « -	11,7-11,0	10,9-10,5	10,4-10,2	10,1 - « -

МАЛЬЧИКОВ

Возраст	*Низкий*	*Н-среднего*	*Средний*	*В-среднего*	*Высокий*
10	12,8 - « -	12, 7-11,7	11,6-11,1	11,0-10,4	10,3 - « -
11	12,3 - « -	12,2-11,3	11,2-10,7	10,6-10,1	10,0 - « -
12	11,5 - « -	11,4-10,8	10,7-10,4	10,3-9,9	9,8 - « -
13	11,1 - « -	11,0-10,4	10,3-10,1	10,0-9,6	9,5 - « -
14	10,8 - « -	10,7-10,1	10,0-9,7	9,6-9,2	9,1 - « -
15	10,5 - « -	10,4- 9,9	9,8-9,5	9,4-9,1	9,0 - « -
16	10,2 - « -	10,1-9,6	9,5-9,2	9,1-8,8	8,7 - « -

- *Участие в соревнованиях* различного уровня.

1.10 Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

Промежуточными формами подведения итогов реализации программы являются школьные соревнования по волейболу, баскетболу и другим спортивным играм. На соревнованиях городского округа воспитанники объединения показывают, чему они научились за год.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название разделов	I год обучения			II год обучения			III год обучения		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
	Инвариантная часть									
1	Вводное занятие	1	1	2	1	1	2	1	1	2
2	Общефизическая подготовка	5	24	29	1	18	19	1	13	14
3	Специальная физическая подготовка	5	35	40	1	39	40	1	39	40
4	Техническая и тактическая подготовка	7	36	43	5	49	54	5	48	53
	Вариативная часть									
5	Контрольные игры и соревнования сдача нормативов	2	4	6	1	4	5	4	7	11
	ИТОГО:	**20**	**100**	**120**	**9**	**111**	**120**	**12**	**108**	**120**

2.1 Учебно-тематический план I год обучения

№ п\п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Из них	
			теория	практика
	Введение(начальная диагностика)	2	1	1
1.	Общефизическая подготовка	29	5	24
1. 1.	Общеразвивающие упражнения	9	1	8
1.2.	Упражнения на снарядах и тренажёрах	8	1	7
1.3.	Спортивные и подвижные игры	12	3	10
2.	Специальная физическая подготовка	40	5	35
2. 1.	Упражнения направленные на развитие силы	8	1	7
2. 2.	Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц	8	1	7
2.3	Упражнения направленные на развитие прыгучести	8	1	7
2.4.	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	8	1	7
2. 5.	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	8	1	7
3.	Техническая подготовка	37	5	32
3. 1.	Приёмы и передачи мяча	15	1	14
3.2.	Подачи мяча	9	1	8
3.3.	Стойки	3	1	2
3.4.	Нападающие удары	5	1	4
3. 5.	Блокирование	5	1	4
4.	Тактическая подготовка	6	2	4
4. 1.	Тактика подач	3	1	2
4. 2.	Тактика приёмов и передач	3	1	2
5.	Правила игры(конечная диагностика)	6	2	4
	Итого:	120	20	100

2.2 Учебно-тематический план II год обучения

№ п\п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Из них	
			теория	практика
	Введение (начальная диагностика)	2	1	1
1.	Общефизическая подготовка	19	1	18
1.1.	Общеразвивающие упражнения	7	1	6
1. 2.	Упражнения на снарядах и тренажёрах	5		5
1. 3.	Спортивные и подвижные игры	7		7
2.	Специальная физическая подготовка	40	1	39
2. 1.	Упражнения направленные на развитие силы	7	1	6
2. 2.	Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц	8		8
2. 3	Упражнения направленные на развитие прыгучести	10		10
2.4.	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	8		8
2. 5.	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	7		7
3.	Техническая и тактическая подготовка	54	5	49
3. 1.	Приёмы и передачи мяча	16	1	15
3.2.	Подачи мяча	10	1	9
3.3.	Стойки	5	1	4
3. 4.	Нападающие удары	15	1	14
3. 5.	Блокирование	8	1	7
4.	Контрольные игры и соревнования, сдача нормативов	5	1	4
	Итого:	120	9	111

2.3 Учебно-тематический план III год обучения

№ п\п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Из них	
			теория	практика
	Введение (начальная диагностика)	2	1	1
1.	Общефизическая подготовка	14	1	13
1.1.	Общеразвивающие упражнения	5	1	4
1. 2.	Упражнения на снарядах и тренажёрах	4		4
1. 3.	Спортивные и подвижные игры	5		5
2.	Специальная физическая подготовка	40	1	39
2. 1.	Упражнения направленные на развитие силы	8	1	7
2. 2.	Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц	8		8
2. 3	Упражнения направленные на развитие прыгучести	8		8
2.4.	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	8		8
2. 5.	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	8		8
3.	Техническая и тактическая подготовка	53	5	48
3. 1.	Приёмы и передачи мяча	10	1	9
3.2.	Подачи мяча	10	1	9
3.3.	Стойки	3	1	2
3. 4.	Нападающие удары	10	1	9
3. 5.	Блокирование	10	1	9
4.	Контрольные игры и соревнования, сдача нормативов	5	1	4
5.	Врачебный контроль, самоконтроль, гигиена.	2	1	1
6.	Экскурсии, посещение соревнований, выступления, презентации.	2		2
7.	Психологическая подготовка	1	1	
8.	Правила игры (конечная диагностика)	1	1	
	Итого:	120	12	108

3.Содержание дополнительной образовательной программы.

3.1 1 год обучения.

Введение: История возникновения и развития волейбола. Современное состояние волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Начальная диагностика.

Общая физическая подготовка.
Теория: Значение ОФП в подготовке волейболистов.
Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения на снарядах, тренажерах, футбол, баскетбол.

Специальная физическая подготовка.
Теория: Значение СФП в подготовке 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. Подвижные и спортивные игры.

Техническая подготовка.
Теория: Значение технической подготовки в волейболе.
Практика: Стойки. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

Тактическая подготовка.
Теория: Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.
Практика: Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча. Правила игры (конечная диагностика)

3.2 2 год обучения.

Введение: Терминология в волейболе. Правила безопасности при выполнении игровых действий. Правила игры. Начальная диагностика.

Общая физическая подготовка.
Теория: Методы и средства ОФП.
Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие направленные, на развитие всех, физических качеств. Упражнения на тренажёрах, футбол, баскетбол, подвижные игры.

Специальная физическая подготовка.
Теория: Методы и средства СФП в тренировке волейболистов. Практика: Акробатические упражнение. Упражнения сходные с основным видом действия не только по характеру нервно-мышечных усилий, но и по структуре движения. Упражнения, направленные на развитие прыгучести, быстроты реакции, специальной ловкости. Игры по характеру действий сходных с волейболом.

Техническая подготовка.
Теория: Характеристика техники сильнейших волейболистов. Практика: Стойки и передвижения. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, кулаком, передача назад). Подачи снизу сверху и сбоку. Нападающие удары (прямые и по диагонали). Защитные действия (блоки, страховки).

Тактическая подготовка.
Теория: Анализ тактических действий сильнейших волейбольных команд
Практика: Тактика нападающих ударов. Тактика приёма подач. Групповые и командные действия в нападении. Групповые действия при приёме нападающих ударов, взаимодействия защитников между собой, взаимодействия защитников со страхующими, взаимодействия защитников с блокирующими.
Контрольные игры и соревнования, сдача нормативов Врачебный контроль, самоконтроль, гигиена. Экскурсии, посещение соревнований, выступления, презентации.

Психологическая подготовка
Теория: Способы регуляции психического состояния.
Практика: Упражнения на релаксацию, беседы, анкетирование, практические занятия.
Правила игры (конечная диагностика)

3.3 3 год обучения.

Введение: Здоровый образ жизни и его значение. Организация игры в волейбол. Судейство. Правила безопасности при осуществлении соревновательной деятельности. Начальная диагностика.

Общая физическая подготовка.
Теория: Теоретические основы тренировки.
Практика: общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех качеств в процессе ходьбы, бега, прыжков, метаний, а также упражнения на различных снарядах, тренажёрах, занятия другими видами спорта.

Специальная физическая подготовка.
Теория: Теоретические основы СФП.
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.

Техническая подготовка.
Теория: Технический план игры команды и задания отдельным игрокам.
Практика: Стойки и передвижения (остановки, повороты). Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху, через голову назад, перебрасывание мяча кулаком через сетку). Подачи (сверху и сбоку). Нападающие удары (прямые, по диагонали, из-за линии нападения). Защитные действия (блоки, страховки, техники приёмов мяча, летящего с высокой скоростью, с перекатом на спину, в падении, ногой.).

Тактическая подготовка.
Теория: Тактический план игры.
Практика: Тактика подач. Тактика передач. Тактика нападающих ударов. Тактика приёма подач. Групповые и командные действия в нападении («крест», «волна»). Индивидуальные, групповые и командные действия в защите (одиночный блок, групповой блок, страховки). Тактика приёма нападающих ударов (групповые действия при приёме нападающих ударов, взаимодействия защитников между собой, взаимодействия защитников со страхующими, взаимодействия защитников с блокирующими, взаимодействие при страховке блокирующих).
Контрольные игры и соревнования, сдача нормативов Врачебный контроль, самоконтроль, гигиена. Экскурсии, посещение соревнований, выступления, презентации.

Психологическая подготовка.
Теория: Способы регуляции психического состояния.
Практика: Упражнения на релаксацию, беседы, анкетирование, практические занятия.
Правила игры(конечная диагностика)

4. Методическое обеспечение

4.1. Организация образовательного процесса

В работе по программе «Спортивные игры» применяются методы, которые имеют практическую направленность и одновременно позволяют детям раскрыть свой спортивный потенциал, помогают сформировать представление о волейболе, основах спортивной тренировки.

Методы занятий характеризуются постепенным смещением акцентов с репродуктивных на продуктивные, с фронтальных на групповые и индивидуальные.

В процессе реализации программы используются следующие ***методы и формы*** работы:

Методы:

1. *Словесный метод* - в процессе разъяснения педагог посредством слова излагает, объясняет учебный материал, а воспитанники активно его воспринимают и усваивают.

2. *Наглядный метод* в обучение вносит – живое созерцание, которое является исходной ступенью всякого познания.

3. *Инструктивно-репродуктивный* метод. Метод усвоения действий, формирования умений и навыков (включает задания на тренировку, упражнения, повторение).

4. *Проблемно-поисковый* метод. Метод, при котором педагог ставит проблему, дает проблемную ситуацию, воспитанники решают ее самостоятельно или с помощью (под руководством) педагога;

5. *Индуктивные и дедуктивные* методы - раскрытие содержания изучаемой темы - от частного к общему и от общего к частному.

6. *Игровой метод.* Метод стимулирования интереса к обучению. В основном используется в физической подготовке воспитанников.

Каждому методу соответствует форма организации занятия: направленная тренировка (развитие физических качеств или формирование умений и навыков) ; посещение игр и соревнований; игровая тренировка; мастер-класс; беседа; презентация; консультации; спортивные праздники; встречи с интересными людьми; викторины, олимпиады по физической культуре; опрос; тестирование.

4.2 Работа с родителями

Залогом успешной работы объединения «Спортивные игры» является сотрудничество с родителями, которые являются субъектами образовательного процесса. Сотрудничество с семьей в рамках реализации программы осуществляется в двух направлениях.

1) *Вовлечение семьи в образовательный процесс*:

- совместный мероприятия родителей, детей, педагогов в подготовке и проведении соревнований, поездок, экскурсий;
- день открытых дверей (посещение занятий);
- привлечение родителей к организации спортивных праздников, итоговых занятий;.

2) *Повышение психолого-педагогической культуры родителей*:

- родительские собрания, беседы с родителями;
- лекции и лектории для родителей.

Виды работ с родителями

1 год обучения

- Беседа с родителями «Культура поведения воспитанника »;
- Лекция «Как научить ребенка эффективно использовать свое время»;
- Лекция «оздоровительная роль физической культуры и спорта»;

4.3 Условия реализации программы

Данная программа может быть успешно реализована при взаимодействии следующих ее составляющих:

Кадровое обеспечение:

Педагог, руководитель объединения, реализующий данную программу, должен обладать следующими личностными и профессиональными качествами:

- умение создать комфортные условия для успешного развития личности воспитанников;
- умение увидеть и раскрыть спортивные способности воспитанников;
- постоянное самосовершенствование педагогического мастерства и повышение уровня квалификации по специальности.

Психолого-педагогическое обеспечение:

Сотрудничество с классным руководителем, родителями и родственниками воспитанников, психологом школы.

Дидактическое и методическое обеспечение:

- методическая литература;
- методические разработки занятий, спортивных праздников;
- методические разработки, планы-конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям, инструкционные и технологические карты;
- дидактические материалы карточки схемы технических действий; образцы рекламных буклетов, памятки по организации и проведению соревнований;
- литературный ряд: книги, журналы, газеты по спортивной тематике.

Для реализации программы «Спортивные игры» Войковская средняя школа располагает следующей *материально-технической базой:*

1. Спортивный зал.
3. Компьютерный класс и выход в Интернет.
4. Мячи и сетка оборудование и инвентарь для игр.
5. Фотоаппарат.
6. Видеокамера.
7. Мультимедиапроектор, экран.

Санитарно - гигиенические условия

Воздушно - тепловой режим в помещении спортзала:

- температура воздуха в комнате 18 - 20 С;
- относительная влажность воздуха 30 - 70 %;

Световой режим: мощность искусственного освещения 150 люкс.

Условия безопасности жизнедеятельности

Соблюдение правил по технике безопасности детей и правил противопожарной безопасности, с которыми педагог знакомит воспитанников в соответствии с инструкциями.

5. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Информационные ресурсы для педагога.

ЖаровК. П. Волевая подготовка спортсменов. М., 1996 г.

Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.

Волейбол / Под ред. А. Г. Айриянца. М., 1996г.

Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г.. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976.

Железняк Ю. Д. 120 уроков по волейболу. М.,2000г.

Железняк Ю. Д. и др. О методах и организации отбора в спортивные школы по волейболу. М., 1991г.

Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе.М.,1998г.

Железняк Ю. Д.Тактическая подготовка волейболистов. Смоленск, 1995г.

Журнал «Физкультура в школе» №3. 2006.

Журнал «Физкультура в школе» №5,8,11.2007.

Журнал «Физкультура в школе» №7,8,9. 2014.

Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1999.

Ивойлов А. В. Волейбол.М.,2004г.

Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2007.

Медицинский справочник тренера.М.,2006г.

ОзолинН.Г.Современная система спортивной тренировки. М.,2007

Перльман М. Специальная физическая подготовка волейболистов. Москва, «Физкультура и спорт» 1969.

Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.

Информационные ресурсы для обучающихся.

1. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе/ М.В.Видякин.- Волгоград: Учитель, 2006 г.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003. 5. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. Москва. «Физкультура и спорт» 1978.
3. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный волейболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.
4. Фидлер М. Волейбол. М., 2002 г.
5. Фурманов А. Г. Волейбол на лужайке, в парке, на траве. М., 1992 г.
6. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.
7. Энциклопедия «Аванта +», 2006 г.