



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО НАУКЕ И ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия машиностроения имени Ж.Я. Котина»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по воспитательной и кадровой работе

А.Н. Гудков

«*Гудков*» августа 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная программа

«Волейбол»

Разработчик:  
Стряпунин С.А.

Санкт-Петербург  
2023 г

## **1 Пояснительная записка**

### **1.1 Актуальность и востребованность программы**

Волейбол доступен всем. Играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно – силовых качеств, формированию двигательных навыков. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъём поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребёнка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

### **1.2 Формы проведения занятий:**

При реализации программы используется очная форма обучения. Основная форма учебно-воспитательной работы – групповая и индивидуальная формы работы. Проводятся теоретические и практические занятия. Время проведения занятий- 135 минут. Наполняемость группы до 15 человек.

### **1.3 Форма организации деятельности на занятиях:**

Занятие является основной формой организации учебного процесса. Для повышения интереса занимающихся к занятиям армрестлингом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий: словесные методы, наглядные методы, практические. При проведении занятий используется групповая и индивидуальная форма работы. Проводятся теоретические и практические занятия.

Теоретическая работа с детьми проводится в форме лекций, диспутов, бесед, анализа проведённых поединков, разбора известных матчей. Практические занятия также разнообразны по своей форме – это тренировочные поединки со сверстниками и с руководителем, практические приёмы по решению поставленных задач, занятия по отработке техники, занятия, направленные на общее развитие и оздоровление, специализированные тренировки, домашние задания, соревнования и турниры.

Используются следующие методы проведения занятий: словесные методы, наглядные методы, практические.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

1. Метод упражнений.
2. Игровой метод.
3. Соревновательный.
4. Метод круговой тренировки.

Упражнения разучиваются двумя методами - в целом и по частям. Соревновательный метод применяется после того, как у учащиеся улучшили свою выносливость, набрали мышечную массу и укрепить мышцы в целом. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учетом физических способностей занимающихся.

#### **1.4 Воспитательная деятельность**

Одной из основных трудовых функций педагога дополнительного образования является организация досуговой деятельности студентов в процессе реализации программы. Основное направление деятельности – создание при подготовке и проведении досуговых мероприятий условий для обучения, воспитания и (или) развития обучающихся, формирования благоприятного психологического климата в группе.

Воспитательный процесс в рамках реализации программы обеспечивается на каждом занятии в течение всего учебного года в ненавязчивой и доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, профилактики асоциальных явлений в обществе, отношений старшего и младшего поколений, политической обстановки в мире и роли России в мировом сообществе. Проводятся профилактические беседы по предупреждению коррупционных составляющих в действиях, обучающихся и беседы по профилактике террористических проявлений. При этом особое значение уделяется доброжелательной атмосфере в коллективе, формированию позитивного взаимоотношения не только внутри коллектива группы, но и в обществе.

В календарно-тематическом плане и содержании образовательной программы выделены часы (не менее 3%) от всего учебного плана на подготовку и проведение конференций, конкурсов, акций и других мероприятий на уровне объединения, образовательной организации, города. Учебно-воспитательные мероприятия проводятся согласно планам, составляемым ежегодно.

Участие в районных, городских и всероссийских соревнованиях, встречи и общение с яркими людьми, возможность показать свою работу обеспечивает развитие личности с активной жизненной позицией.

#### **1.5 Материально-техническое обеспечение для проведения учебного процесса необходимы:**

Обучение проходит в спортзале, соответствующем нормам САНПИН, оборудованным всем необходимым для проведения тренировок: волейбольная сетка, мячи, свисток

## 1.6 Планируемые результаты

### *Предметные*

Студент будет знать:

- - о положительном влиянии систематических занятий физическими упражнениями;
- - особенности правильного распределения физической нагрузки;
- - правила игры в волейбол;
- - правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- - правила проведения соревнований.

Студент будет уметь:

- поводить специальную разминку волейболиста;
- - владеть основами техники волейбола;
- - владеть основами судейства в волейболе.

### *Метапредметные:*

У студентов будут развиты:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысят адаптивные возможности организма;
- разовьют коммуникабельность в результате коллективных действий.

### *Личностные:*

У студентов будут развиты (сформированы):

- трудолюбие, усердие, самостоятельность;
- общая культура обучающихся;
- уверенность в себе, собственных силах;
- уважительное отношение к мировоззрению окружающих людей;
- навыки общения, быстрой адаптации в незнакомых условиях к окружению

## 2 Учебный план

№ зан.	Тема занятия	Кол. Час.		
		Всего	Теория	Прак
1	1. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол. 3. Обучение перемещениям волейболиста.	3	1	2
2	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче двумя руками. 4. Учебная игра.	3	1	2
3	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение приему снизу двумя руками	3	1	2
4	1. Развитие быстроты перемещения. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней прямой подаче. 4. Учебная игра.	3	1	2
5	1. Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Учебная игра.	3	1	2
6	1. Обучение верхней передаче после перемещений. 2. Совершенствование нижней и верхней прямой подачи.	3	1	2

	3. Изучение тактики первых и вторых передач. 4. Учебная игра.			
7	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач в игре.	3	1	2
8	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Совершенствование приема мяча с подачи. 3. Совершенствование тактики первых и вторых передач в игре.	3	1	2
9	1. Обучение приему мяча с подачи. 2. Совершенствование верхней передачи. 3. Совершенствование приема снизу.	3		3
10	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. 2. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. 3. Физическая подготовка.	3		3
11	1. Совершенствование приема и передачи мяча снизу. 2. Обучение приему мяча сверху с подачи. 3. Совершенствование тактики первых и вторых передач. 4. Учебная игра.	3		3
12	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча снизу двумя руками. 2. Совершенствование навыков подачи. 3. Учебная игра.	3		3
13	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча снизу двумя руками. 3. Совершенствование навыков подач. 4. Учебная игра.	3		3
14	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху со сменой позиции. 3. Совершенствование навыков подач. 4. Учебная игра.	3		3
15	1. Совершенствование навыков перемещения 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча низу со сменой позиции. 3. Совершенствование навыков нижней подачи и приема мяча с подачи. 4. Учебная игра.	3		3
16	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу со сменой позиции. 3. Учебная игра.	3		3
17	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху после перемещения. 3. Учебная игра.	3		3
18	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча снизу после перемещения. 3. Совершенствование навыков подачи. 4. Учебная игра.	3		3
19	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу после подачи. 3. Учебная игра.	3		3
20	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками.	3		3

	2. Ознакомление с прямым нападающим ударом. 3. Учебная игра.			
21	1. Прием и передача сверху. 2. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Учебная игра.	3		3
22	1. Прием и передача сверху. 2. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. 3. Совершенствование нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
23	1. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками. 3. Совершенствование нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
24	1. Верхние передачи. 2. Совершенствование приема мяча снизу. 3. Совершенствование нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
25	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
26	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
27	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
28	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
29	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
30	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
31	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
32	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
33	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
34	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
35	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
36	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
37	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
38	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
39	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Юноши.	4		4
40	Соревнования в рамках Спартакиады среди ССУЗов «Юность Невского района». Юноши.	8		8
41	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
42	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
43	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
44	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
45	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
46	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
47	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
47	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
48	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
49	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
50	Соревнования. Первенство Академии среди учащихся 1-4 курсов. Девушки.	4		4
51	Соревнования в рамках Спартакиады среди ССУЗов «Юность Невского района». Девушки.	8		8
52	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Совершенствование нападающего удара. 3. Учебная игра.	3		3
53	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу. 2. Совершенствование верхней прямой подачи. 3. Совершенствование нападающего удара 4. Учебная игра.	3		3

54	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Совершенствование нападающего удара. 3. Учебная игра.	3		3
55	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
56	1. Совершенствование передачи мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование нападающего удара.	3		3
57	1. Обучение верхней передаче мяча за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
58	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков прямого нападающего удара. 3. Учебная игра.	3		3
59	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Учебная игра.	3		3
60	1. Совершенствование верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Учебная игра.	3		3
61	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Учебная игра.	3		3
62	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Совершенствование приема мяча снизу с последующим падением. 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 4. Учебная игра	3		3
63	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
64	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение защитным действиям. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
65	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара. 4. Учебная игра	3		3
66	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
67	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 4. Учебная игра.	3		3
68	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 4. Учебная игра.	3		3
69	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	3		3

	4. Учебная игра.			
70	1. физическая подготовка. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
71	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении 4. Учебная игра.	3		3
72	1. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	3		3
73	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Обучение групповым тактическим действиям в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
74	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. 3. Учебная игра.	3		3
75	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении 3. Учебная игра.	3		3
76	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.	3		3
77	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Совершенствование нападающего удара с переводом влево. 3. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
78	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Обучение нападающему удару с переводом вправо. 3. Тактика первых и вторых передач. 4. Учебная игра.	3		3
79	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Совершенствование нападающего удара с переводом вправо. 3. Учебная игра.	3		3
80	1. Обучение одиночному блокированию. 2. Совершенствование нападающего удара с переводом влево, вправо 3. Учебная игра.	3		3
81	1. Совершенствование навыков блокирования. 2. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 3. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
82	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в нападении	3		3
83	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите	3		3
84	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование навыков нападающего удара, тактика нападающего удара. 3. Учебная игра.	3		3
85	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в нападении и	3		3



	защите.			
86	1. Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке. 2. Совершенствование навыков подачи мяча. 3. Совершенствование навыков нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
87	1. Развитие выносливости. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	3		3
88	1. Обучение индивидуальным и групповые тактическим действиям в нападении. 2. Совершенствование приема мяча снизу с последующим падением и перекатом. 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 4. Учебная игра.	3		3
89	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Совершенствование приема мяча снизу с последующим падением и перекатом. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования. 4. Учебная игра.	3		3
90	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	3		3
91	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Совершенствование приема мяча снизу с последующим падением и перекатом. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования. 4. Учебная игра.	3		3
92	1. Совершенствование навыков первых и вторых передач. 2. Совершенствование приема мяча снизу с последующим падением и перекатом. 3. Совершенствование командных тактических действий и защите. 4. Учебная игра.	3		3
93	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Совершенствование командных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
94	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Совершенствование командных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
95	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Совершенствование групповых тактических действий. 3. Учебная игра.	3		3
96	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи мяча — сильной и нацеленной. 3. Обучение командным тактическим действиям в нападении. 4. Учебная игра	3		3
97	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи. 2. Совершенствование навыков группового блокирования. 3. Совершенствование командных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
98	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	3		3
99	1. Развитие выносливости. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	3		3
100	1. Совершенствование навыков приема мяча с подачи.	3		3

	2. Совершенствование групповых тактических действий. 3. Учебная игра.			
101	1. Совершенствование навыков защитных действий. 2. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. 3. Совершенствование командных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
102	1. Физическая подготовка. 2. Обучение передаче мяча в прыжке. 3. Совершенствование групповых тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
103	1. Совершенствование навыков второй передачи. 2. Совершенствование защитных действий. 3. Совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении. 4. Учебная игра.	3		3
104	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическим действиям в нападении	3		3
105	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подачи. 4. Учебная игра.	3		3
106	1. Развитие выносливости. 2. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите.	3		3
107	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками с подачи. 2. Совершенствование прямого нападающего удара. 3. Учебная игра.	3		3
108	1. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении. 2. Подведение итогов учебно-тренировочных занятий за год.	3		3
		360	8	352

### 3. Рабочая программа

Рабочая программа является структурным элементом дополнительной общеразвивающей программы, составляется на учебный год в соответствии с объемами реализуемой дополнительной общеразвивающей программы включает краткое описание содержания каждой темы, оценочные средства и информационные источники

#### **Теоретическая подготовка**

##### Теоретический компонент:

Краткий обзор развития волейбола в России и за рубежом. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, закаливание, режим, питание. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Основы спортивного массажа. Места занятий. Оборудование и инвентарь. Техника безопасности.

#### **Общая физическая подготовка**

##### Теоретический компонент:

Физическое качество «Выносливость». Физическое качество «Сила». Физическое качество «Быстрота». Физическое качество «Ловкость». Физическое качество «Гибкость».

##### Практический компонент:

Развитие выносливости. Развитие силы. Развитие быстроты. Развитие ловкости. Развитие гибкости.

#### **Тактическая подготовка**

##### Теоретический компонент:

Изучение тактики ведения матча. Изучение тактических действий соперника. Изучение тактических действий мастеров спорта «видео материалы». Развитие у подопечных собственного тактического мышления. Товарищеские матчи с разбором тактических действий. Судейский семинар с разбором игр.

Практический компонент:

Изучение тактики ведения борьбы. Изучение тактических действий соперника. Развитие у подопечных собственного тактического мышления. Товарищеские матчи с разбором тактических действий. Судейский семинар с разбором игр.

**Психологическая подготовка**

Теоретический компонент:

Психологическая подготовка. Развитие самоконтроля. Просмотр видео материалов прошедших соревнований. Психологическая подготовка к предстоящим соревнованиям. Товарищеские матчи.

Практический компонент:

Товарищеские матчи.

#### **4. Оценочные материалы**

Чтобы определить желаемый результат, нужно знать с какими умениями и навыками поступили студенты в секцию «Волейбол» и что получили на выходе (итоговый контроль). Контроль позволяет определить эффективность обучения и воспитания по программе, обсудить результаты, внести коррективы в образовательный процесс.

Текущий контроль проводится в течение учебного года по итогам обучения по разделу программы. Форма проведения – итоговое занятие, на котором проводится

Промежуточный контроль проводится в конце первого полугодия в декабре, итоговая аттестация в конце учебного года в мае. Форма проведения – соревнования, которые проводятся в сроки, согласно учебного плана.

В ходе проведения соревнования выявляется уровень технико-тактической подготовленности как показатель сформированности умений и навыков в волейболе, который выявляется с помощью метода наблюдения. Выявляются низкий, средний и высокий уровень развития умений и навыков.

#### **Критерии текущего контроля успеваемости, проводимых в форме наблюдения**

Низкий уровень – учащийся имеет знания о правилах игры, владеет простейшими основами техники волейбола, умеет проводить специальную разминку теннисиста, знаком с правилами проведения соревнований по данному виду спорта.

Средний уровень – учащийся имеет более глубокие знания о правилах игры и спорных ситуациях, хорошо владеет арсеналом технических приёмов и применяет их на практике, знаком с основами судейства в волейболе.

Высокий уровень - учащийся имеет глубокие знания о правилах игры в волейбол, владеет такими техническими приемами как:

- Техника нападения (разбег, прыжок);
- передачи мяча;
- подачи мяча;
- нападающий удар;
- техника защиты (стойки, перемещения);
- прием мяча;
- блокирование;
- тактические приемы игры (в нападении, в защите).

Учащийся умеет проводить и судить соревнования в группах младшего возраста.

## Оценочные материалы для промежуточной аттестации, проводимой в форме сдачи нормативов и товарищеской игры.

### Упражнения для сдачи нормативов

Нижняя прямая подача	техника
Верхняя прямая подача	техника
Передача мяча сверху у сетки	техника
Передача мяча сверху, стоя спиной к цели	техника
Прием мяча сверху	техника
Прием мяча снизу	техника
Нападающий удар	техника

Для товарищеской игры лучше выбирать команду с игроками более высокой квалификации. Такая тренировка дает возможность увидеть уровень исполнения технических элементов, к которому стоит стремиться.

#### Критерии оценки результатов:

- Высокий уровень - студент самостоятельно и правильно справился с заданием;
- Средний уровень - для правильного выполнения задания студенту требуется несколько самостоятельных попыток или подсказка педагога;
- Низкий уровень - студент не выполнил задание даже после подсказки педагога.

### 5. Информационные источники:

1. Авторы: М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов  
Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха А.А.Зданевича

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

3. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.

Интернет – ресурсы

1. Информационные материалы на сайте WWW/ volley.ru