Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная школа № 14»
(МБОУ ОШ № 14)

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ ОШ № 14
_____ И.Ю. Жукова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА (краткосрочная)

«Профильный отряд «Волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень освоения: стартовый

Возраст обучающихся 7 -16 лет

Срок реализации: 1 месяц (20 часов)

Составитель:
Дубницкий Юрий Иванович,
учитель ОБЖ и
физической культуры

р.п. Майский
2023 год

Дополнительная общеобразовательная краткосрочная программа «Профильный отряд «Волейбол» спортивно – оздоровительной направленности, предназначена для реализации в период летних каникул на летней оздоровительной площадке МБОУ ОШ № 14.

В современном обществе, в 21 веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребёнку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Здоровый и развитый ребёнок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован.

Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала.

Программа направлена на организацию социально - значимой деятельности обучающихся, которая осуществляется в ходе практической работы по овладению техническими элементами и тактическим взаимодействием игроков при игре в волейбол.

Данная программа по своей направленности является спортивно-оздоровительной, т. е. включает в себя спортивную деятельность, направленную на оздоровление, отдых и воспитание детей.

По продолжительности программа является краткосрочной. Срок реализации: 1 месяц (20 часов). Программа реализуется в период летних каникул.

Нормативно-правовой основой разработки программы являются следующие документы:

- Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р « Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки Хабаровского края от 26.09.2019 №383 П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае»;
- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Устав МБОУ ОШ № 14

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что она соответствует социальному заказу на формирование здорового образа жизни, духовного и физического развития современных детей

Ведущими ценностями в условиях организации отдыха и занятости детей и подростков в летний период являются:

1) физическое оздоровление детей;

2) сохранение и укрепление эмоционально-психологического здоровья воспитанников.

Содержание работы строится с учетом нравственной и патриотической направленности. Данная программа предоставляет возможность детям попробовать освоить или усовершенствовать умения и навыки игры в волейбол, которые они в последствии могут применить в повседневной жизни.

Программа рассчитана для учащихся 7-16 лет, посещающих летнюю оздоровительную площадку МБОУ ОШ № 14.

Режим занятий. Занятия проводятся 3 раз в неделю, продолжительность занятий – 2 часа.

Цель

Формирование психически здорового, социально-адаптированного, физически развитого человека, обладающего ценностным отношением к своему здоровью, имеющего привычку к активному образу жизни и регулярным занятиям физической культурой, т.е. создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценный отдых детей, их оздоровление. Воспитание сознательного отношения детей к укреплению своего здоровья, к личному уровню физической подготовки и максимальному раскрытию своих способностей в период летней оздоровительной компании.

Задачи:

- способствовать укреплению здоровья детей и формированию навыков здорового образа жизни, улучшения самочувствия и настроения;
- способствовать устойчивой мотивации к здоровому образу жизни;
- способствовать раскрытию творческого потенциала детей;
- способствовать развитию коммуникативной культуры, как формы общения в разновозрастных группах;
- способствовать расширению через игровую деятельность двигательную активность детей с учётом их индивидуальных и возрастных особенностей;
- способствовать организации среды, предоставляющей каждому ребенку возможность для самореализации на основе индивидуального личностного потенциала;
- способствовать формированию у воспитанников навыков общения и толерантности;
- способствовать формированию культурного поведения, санитарно-гигиенической культуры;
- воспитание дисциплинированности, силы воли, трудолюбия и сплоченности в коллективе;
- воспитывать гражданские и нравственные качества, развивать творческое мышление необходимое для практической деятельности, познания, ориентации в окружающем мире.

Ожидаемые результаты

-здоровьесберегающие навыки: разумное сочетание разнообразных видов деятельности;
-умения и навыки, приобретенные на спортивно-оздоровительных занятиях;
-знакомство с разнообразными видами игровой деятельности;
-приобретение умений и навыков проведения соревнований по волейболу;
-приобретение двигательных умений и навыков игры в волейбол.

Обучающийся овладеет умениями и навыками:

техники выполнения передачи мяча сверху;
техники выполнения приема мяча снизу;
техники выполнения нижней прямой подачи;
тактическим взаимодействием игроков в защите и в нападении;
самостоятельного проведения комплекса разминочных упражнений; предупреждения травм и соблюдения правил техники безопасности при игре в волейбол.

Учебный план

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	Теория	Практика
1.	Основы знаний: история возникновения волейбола, правила соревнований, техника безопасности на спортивно – оздоровительных занятиях по волейболу.	1	1	0
2.	Техника выполнения передачи мяча сверх,	9	1	8

	прием мяча снизу двумя руками.			
3.	Техника выполнения нижней прямой подачи.	2	0,5	1,5
4.	Тактическое взаимодействие игроков в защите.	2	0,5	1,5
5.	Тактическое взаимодействие игроков в нападении.	2	0,5	1,5
6.	Учебные игры по правилам волейбола.	2	0,5	1,5
7.	Соревнования по волейболу.	2	-	2
	ВСЕГО:	20	4	16

№ П/П	СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
1.	Теоретическое ознакомление с игрой в волейбол. Ознакомление со стойками и передвижениями игроков. Подвижная игра «Вызов номеров».
2.	Ознакомление с техникой выполнения передачи мяча сверху. Подвижная игра «Свеча»,
3.	Ознакомление с техникой выполнения передачи мяча сверху. Подвижная игра «Мяч партнеру».
4.	Ознакомление с техникой выполнения приема мяча снизу. Подвижная игра «Сумей принять».
5.	Ознакомление с техникой выполнения приема мяча снизу. Подвижная игра «Кто лучший».
6.	Ознакомление с техникой выполнения передачи мяча сверху. Подвижная игра «Передачи в движении».
7.	Ознакомление с техникой выполнения передачи мяча сверху. Подвижная игра «Спираль».
8.	Ознакомление с техникой выполнения приема мяча снизу. Подвижная игра «Сумей принять».
9.	Ознакомление с техникой выполнения приема мяча снизу. Подвижная игра «Кто лучший».
10.	Ознакомление с техникой выполнения передачи мяча сверху. Подвижная игра «Догони мяч», «Через сетку».
11.	Ознакомление с техникой нижней прямой подачи мяча. Подвижная игра «Подай и попади».
12.	Ознакомление с техникой нижней прямой подачи мяча. Подвижная игра «Сумей передать и подать».
13.	Подвижная игра «Снайпер».
14.	Техника передачи мяча сверху. Техника приема мяча снизу. Нижняя прямая подача.
15.	Ознакомление с тактическим взаимодействием игроков в защите.
16.	Ознакомление с тактическим взаимодействием игроков в нападении.
17.	Ознакомление с тактическим взаимодействием игроков в игровой ситуации. Игра в волейбол.
18.	Закрепление технико-тактической подготовки в игровой ситуации. Игра в волейбол.
19.	Соревнования по волейболу
20.	Соревнования по волейболу

Программа включает в себя следующие направления работы:

I Спортивно-оздоровительное:

Занятия по волейболу (обучение техническим элементам волейбола; обучение тактическому взаимодействию игроков).

II Развлекательно-игровое:

1.Воспитательные мероприятия (подвижные игры).

III Соревновательное:

1.Проведение общелагерных соревнований по правилам волейбола.

Формы и режим занятий

Занятия могут проходить со всем отрядом, по подгруппам, индивидуально.

Теоретическое занятие, на котором воспитанники знакомятся с правилами игры в волейбол, которые иллюстрируются наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

Практические занятия, где дети осваивают технические элементы игры в волейбол, а так же тактическое взаимодействие игроков на площадке.

Игровые занятия, где дети в доступной игровой форме ближе знакомятся с правилами игры, а так же с техническими элементами игры в волейбол.

Заключительное занятие, завершающее тему – соревнования. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.

Универсальный план работы с детьми

1. Ознакомление с техническими элементами игры в волейбол:

- техника передачи мяча сверху;
- техника приема мяча снизу;
- техника нижней (верхней) подачи мяча.

2. Ознакомление с тактикой игры:

- тактика защиты;
- тактика нападения.

Методическое обеспечение программы

1. Волейбольная площадка.
2. Необходимое оборудование (столбы, волейбольная сетка).
3. Волейбольные мячи.
4. Инвентарь для проведения подвижных игр.

Список литературы:

1. Былеева Л. «Сборник подвижных игр». Москва, «Физкультура и спорт», 1960
2. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.Н., Чехов О.С. «Подготовка юных волейболистов». Москва, «Физкультура и спорт», 1967.
3. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002.
4. Должиков И.И. Физкультурно – оздоровительные и спортивно – массовые мероприятия в детском лагере. – М.:Айрис – пресс,2005. – 176 с. – (Методика).
5. Козлов В.И. Здоровье закладывается в детстве. - М.: Знание, 1988. – 64 с.
6. Лето. Каникулы. Лагерь / Под ред. С.А. Шмакова. – Липецк, 1995
7. Лобачева С.В. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере . 1-11 классы – М.:ВАКО, 2007. – 2008 с.
8. Лукашкин В.Г. «Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование» (методическое пособие), ВК «Стинол», 2007.
9. Яковлев В.Г., Ратников В.П. «Подвижные игры». Москва «Просвещение», 1977.
10. Шмаков С.А. «Лето». – М.,1993.