

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
с углубленным изучением отдельных предметов № 53**



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Секция Волейбол»
физкультурно-спортивная направленности**

Оглавление

Объем дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	4
Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	5
Организационно-педагогические условия.....	6
Формы аттестации.....	7
Учебный план	7
Календарный учебный график.....	8
Рабочая программа.....	9
Оценочные и методические материалы.....	10

Объем дополнительной общеразвивающей программы

Дополнительная общеразвивающая программа (ДОП) «Секция Волейбол» физкультурно-спортивной направленности рассчитана на 1 год обучения для детей 11-15 лет.

Объем программы: 157,5 учебных часа.

Содержание дополнительной общеразвивающей программы

Блок 1. Введение. Теоретическая подготовка. Развитие волейбола в России и за рубежом. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка волейболиста. Техническая подготовка волейболиста. Тактическая подготовка волейболиста. Психологическая подготовка волейболиста. Соревновательная деятельность волейболиста. Организация и проведение соревнований по волейболиста. Правила судейства соревнований по волейболиста. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий волейболом.

Блок 2. Техническая спортивная подготовка. Имитационные упражнения без мяча. Ловля и передача мяча. Броски мяча.

Блок 3. Тактическая спортивная подготовка. Действия игрока в защите. Действия игрока в нападении.

Блок 4. Физическая спортивная подготовка.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы

- овладеть всеми известными современному волейболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях;
- уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы;
- овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей.

Организационно-педагогические условия

Форма проведения занятий – аудиторная.

Режим и продолжительность занятий – урочный, продолжительность занятий по 40 минут.

Форма обучения – очная.

Применяемые средства обучения:

- электронные ресурсы;
- аудиовизуальные (презентации, видеофильмы);
- наглядные (плакаты, иллюстрации и т.д.).

Перечень технических средств обучения:

- компьютер;
- проектор.

Учебный план

Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули), практики, иные виды учебной деятельности	Трудоемкость	
	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов за на одного обучающегося в год
	1 год обучения	
Волейбол	4,5	157,5

Формы аттестации

Аттестация по дополнительной общеразвивающей программе «Секция Волейбол» физкультурно-спортивной направленности не предусмотрена. После освоения ДОП документ не выдается.

Календарный учебный график

Начало учебного года - 1 сентября 2026г.

Начало занятий по ДОП - 1 сентября 2026г.

Продолжительность учебного года для обучающихся по ДОП: с 1 сентября 2026г. по 27 мая 2027г. (35 учебных недель)

Сроки проведения промежуточной аттестации:

Промежуточная аттестация по ДОП не проводится.

Рабочая программа

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие, техника безопасности.	2
2	Теоретическая подготовка. Развитие волейбола в России и за рубежом.	2
3	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка волейболиста.	2
4	Техническая подготовка волейболиста.	2
5	Тактическая подготовка волейболиста.	2
6	Психологическая подготовка волейболиста.	2
7	Соревновательная деятельность волейболиста.	2
8	Организация и проведение соревнований по волейболу.	2
9	Правила судейства соревнований по волейболу.	2
10	Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий волейболом.	2
11	Техническая подготовка. Имитационные упражнения без мяча	8
12	Ловля и передача мяча	8
13	Броски мяча	30
14	Тактическая подготовка. Действия игрока в защите	20
15	Действия игрока в нападении	21,5
16	Физическая подготовка	50
	Всего часов	157,5

Оценочные и методические материалы

Оценочными материалами являются результаты диагностических исследований, контрольные уроки, проводимые в форме соревнований по волейболу.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 164985917564444680201004650876480975563841541125

Владелец Власова Марина Алексеевна

Действителен с 02.03.2026 по 02.03.2027