

Управление образования администрации муниципального образования
Туапсинский район
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №20 имени Героя Советского Союза
Ивана Степановича Любимого с. Шепси

Принята на заседании
педагогического совета
от «24» мая 2024г.
Протокол № 7

Утверждено

Приказ №93/3-О от 24.05.2024г.

Директор МБОУ СОШ № 20
им. И.С. Любимого с. Шепси

И.А. Ашикарьян
2024г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
по волейболу «Мяч в воздухе»**

(наименование объединения)

Уровень программы: ознакомительный

(ознакомительный, базовый или углубленный)

Срок реализации программы: 1 год (72 часа: 32/40)

(общее количество часов)

Возрастная категория: от 12 до 15 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

(очная, очно-заочная, дистанционная)

Вид программы: модифицированная

(типовая, модифицированная, авторская)

Программа реализуется на бюджетной основе

(на бюджетной/внебюджетной основе)

ID-номер Программы в Навигаторе: 58554

Автор-составитель:

Батова Антонина Николаевна
педагог дополнительного образования

с. Шепси 2024 г.

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.	
1.1. Пояснительная записка.....	
1.2. Цель и задачи программы.....	
1.3. Содержание программы.....	
1.4. Планируемые результаты.....	
2. Комплекс организационно-педагогических условий включающий формы аттестации	
2.1. Календарный учебный график.....	
2.2. Условия реализации программы.....	
2.3. Формы аттестации.	
2.4. Оценочные материалы.	
2.5. Методические материалы.	
3. Список литературы.....	

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (в редакции 2023 г.);
- Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральным законом от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

Направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мяч в воздухе» по волейболу имеет физкультурно-спортивную направленность и ориентирована на активный отдых, ведение здорового образа жизни, гармоничное единство личностного, познавательного, коммуникативного и социального развития

учащихся, популяризацию среди молодого поколения такой увлекательной игры, как волейбол.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время предметам спортивной направленности уделяется большое внимание. Программа «Мяч в воздухе» позволит учащимся восполнить недостаток навыков в волейболе и овладеть необходимыми приёмами игры, так как количество учебных часов, отведённых на изучение данного раздела в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Так же занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов.

Адресат программы. Программа предназначена для работы с учащимися 12-15 лет. Несмотря на то, что основным видом деятельности у детей 12-15 лет является учение, общение в этом возрасте часто связано с игрой. Именно в игровой деятельности дети ярко проявляют личностные качества, умения и навыки общения. Участие в играх способствует самоутверждению, развивает настойчивость и стремление к успеху. Спектр возможности игры в формировании личности ребенка чрезвычайно широк, в том числе в формировании его коммуникативных качеств. И именно в этот период учащийся учится брать на себя ответственность за свое поведение, правильно организовывать общение, чтобы устанавливать позитивные отношения с окружающими его людьми. В этом же возрасте формируется умение дисциплинировать себя, организовывать как индивидуальную, так и групповую деятельность, осознается ценность сотрудничества, общения и отношений в совместной деятельности.

Именно в названный период усваиваются правила и нормы общения, которым ребенок будет следовать всегда и везде независимо от складывающихся обстоятельств. Ежегодный прирост силы различных групп мышц неодинаков. Так, в возрастной период от 10 до 14 лет более выражено увеличивается мышечная сила разгибателей нижних конечностей (85%), менее - сгибателей плечевого пояса (24%). Акцент на развитие относительной силы следует делать в возрасте 13 и 15 лет. Подбор силовых упражнений для подростков и юношей должен предусматривать гармоничное развитие мускулатуры и достаточное развитие у них мышечной силы соответствующими для этого возраста средствами. Одним из основных критериев биологического возраста считается скелетная зрелость, или "костный" возраст. В старшем школьном возрасте наблюдается значительное усиление роста позвоночника, продолжающееся до периода полного

развития. Быстрее всех отделов позвоночника развивается поясничный, а медленнее - шейный. Окончательной высоты позвоночник достигает к 25 годам. Рост позвоночника по сравнению с ростом тела отстает. Это объясняется тем, что конечности растут быстрее позвоночника. В 13-14 лет начинается окостенение верхних и нижних поверхностей позвонков, грудины и срастание ее с ребрами.

Позвоночный столб становится более прочным, а грудная клетка продолжает усиленно развиваться, они уже менее подвержены деформации и способны выдерживать даже значительные нагрузки. В 13-14 лет уже сформирована высоко дифференцированная структура мышечного волокна, происходит увеличение массы мышечных тканей за счет роста диаметра мышечного волокна. Более высокие темпы роста характерны для мышц нижних конечностей по сравнению с мышцами верхних конечностей. У старших школьников опорно-двигательный аппарат способен выдерживать значительные статические напряжения и выполнять длительную работу, что обусловлено нервной регуляцией, строением, химическим составом и сократительными свойствами мышц. Длительные физические напряжения в этом возрасте могут привести к уменьшению гемоглобина и эритроцитов. Восстановительные процессы в крови происходят в этом возрасте медленнее, чем у взрослых. Период полового созревания сопровождается резким усилением функций половых и других желез внутренней секреции. Это приводит к ускорению темпов роста и развития организма.

Умеренные физические нагрузки не оказывают существенного влияния на процесс полового созревания и функций желез внутренней секреции. Чрезмерные физические напряжения могут замедлить нормальные темпы развития подростков. Под воздействием физической нагрузки изменяется секреция гормонов коры надпочечников. Величина максимальной легочной вентиляции (МВЛ) в подростковом и юношеском возрасте практически не изменяется и составляет около 1,8 л в минуту на кг веса. Систематические занятия спортом способствуют росту МВЛ. Одним из наиболее информативных показателей работоспособности организма, интегральным показателем дееспособности основных энергетических систем организма, в первую очередь сердечнососудистой и дыхательной, является величина максимального потребления кислорода (МПК), которое увеличивается с возрастом.

Уровень, объем и сроки реализации программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мяч в воздухе» реализуется на ознакомительном уровне и разработана на 1 учебный год, ее объем составляет 72 часа.

Форма обучения.

Форма обучения программы - очная. В процессе занятий сочетаются индивидуальная, групповая и коллективная формы работы.

Режим занятий.

Программа составлена с учетом современных требований педагогики, психологии, физиологии, раскрывает содержание деятельности объединения. Занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа, продолжительностью 90 минут (45 минут с перерывом 5 минут).

Особенности организации образовательного процесса.

Набор учащихся осуществляется по желанию учащихся и их родителей, прошедшие медицинский контроль и имеющие допуск врача. Состав групп постоянный, предварительной подготовки учащихся не требуется. Группы формируются по 15 человек.

Воспитательный потенциал программы «Мяч в воздухе» обусловлен возможностями развития волевых качеств, установлением новых межличностных контактов. Несомненно, на формирование личности ребёнка влияет повышенный эмоциональный фон, вызванный яркими, глубокими позитивными и негативными эмоциями в случае успеха или неудачи. Для возникновения мотивов саморазвития большое значение имеет преодоление барьеров объективного и субъективного характера. Занятия волейболом отличаются тесным взаимодействием педагога с учащимися, работа в команде, при которой устанавливаются доверительные отношения. Воспитательный компонент программы ориентирован на самопознание собственного спортивного потенциала учащихся; развитие личной организованности; формирование мотивации здорового образа жизни; формирование направленности на результат и победу в спортивных соревнованиях. С целью реализации раздела «Воспитательная работа», который входит в учебный график, занятия по воспитательной работе с учащимися проходят в группе с привлечением родителей, также учащиеся являются активными участниками реализации «Программы воспитания» МБОУ СОШ №20 им. И.С. Любимого с. Шепси.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы. Создание условий для физического развития учащихся, способствующего совершенствованию необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Задачи.

Личностные:

- Воспитать добросовестное отношение и дисциплинированность к данному виду деятельности;
- воспитать доброжелательное отношение учащихся друг к другу;
- воспитать потребность систематически заниматься физическими упражнениями, спортом;

Метапредметные:

- содействовать повышению физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- содействовать развитию мотивации учащихся к познанию и творчеству.

Образовательные (предметные):

- освоить технику игры в волейбол;
- познакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- познакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- познакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

1.3. Содержание программы.

Учебный план.

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1	Введение в программу. Инструктаж по ТБ	2	2	-	Вводный. Стартовый
2	Общая физическая подготовка	10	2	8	Текущий
3	Специальная физическая подготовка	10	2	8	Промежуточ- ный
4	Техническая подготовка	20	-	20	Текущий
5	Тактическая подготовка	22	-	22	Текущий
6.	Воспитательная работа	6	-	6	Текущий контроль
7	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговая дагностика
	Общее количество часов	72	8	64	

Содержание учебного плана.

1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ

Теория: История развития волейбола в России.

2. Общая физическая подготовка.

Теория: Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня. Травматизм в волейболе.

Практика: Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками). Упражнения на снарядах (опорный прыжок, стенка, скамейка). Легкая атлетика.

- Подвижные игры.
- Эстафеты.
- Полосы препятствий.
- Акробатические упражнения и упражнения на гибкость.

3. Специальная физическая подготовка.

Теория: Спортивная терминология. Ознакомление с правилами соревнований.

Практика: Упражнения для развития быстроты движений волейболиста. Упражнения для развития прыгучести. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста. Упражнения для развития ловкости волейболиста. Упражнения для укрепления пальцев рук, развития силы кистей.

4. Техническая подготовка.

Практика: Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста.

Упражнения на гибкость (выпады, полушпагаты). Бег с изменением направления и скорости движения. Напрыгивания на сетку с разбега. Имитация нападающего удара. Верхняя передача мяча. Нижняя передача(прием) мяча.

Верхняя прямая, нижняя прямая подача мяча.

5. Тактическая подготовка.

Практика: Передачи мяча в парах, тройках, группах из различных исходных положений. Передачи мяча в группах с передвижением по площадке. Передачи мяча в тройках на нападающий удар. Розыгрыш мяча после подачи. Передачи мяча в команде с быстрой сменой игроков по зонам. Передачи по кругу двух и более мячей. Командные действия в нападении. Игра в волейбол с заданными тактическими действиями.

6. Воспитательная работа. Спортивная эстафета «От стартов надежд к олимпийским рекордам». Соревнования по волейболу с родителями и учащимися « Спортивная семья». «Марафон здоровья» посвящённый Дню Победы.

7. Итоговое занятие. Групповые командные соревнования. Награждение. Инструктаж по ТБ.

1.4. Планируемые результаты.

Личностные:

- сформировано добросовестное отношение и дисциплинированность к данному виду деятельности;
- воспитано доброжелательное отношение учащихся друг к другу;
- воспитана потребность к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

Метапредметные:

- повышен уровень физической подготовленности;
- развита мотивация учащихся к познанию и творчеству.

Образовательные (предметные):

- освоена техника игры в волейбол;
- ознакомлены с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомлены с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомлены с основными задачами физической культуры и спорта в России.

В результате прохождения программы учащийся

Должен знать:

- основы строения и функций организма;
- влияние занятий физических упражнений на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- правила игры в волейбол;

Должен уметь:

- выполнять программные требования по волейболу;
- владеть основами техники и тактики волейбола;
- правильно применять технические и тактические приемы в игре.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.

2.1 Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1		Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях.	2	Эвристическая беседа	Спортивный зал	Пед. наблюдение
2		Спортивная эстафета «От стартов надежд к олимпийским рекордам».	2	Беседа. Презентация	Спортивный зал	Входящий контроль
3		История развития волейбола в России. Учебно-тренировочная игра	2	Презентация	Спортивный зал	Пед. наблюдение
4		Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня. Учебно-тренировочная игра	2	Круглый стол	Спортивный зал	Пед. наблюдение
5		Правила соревнований. Учебно-тренировочная игра	2	Ролевая игра	Спортивный зал	Пед. наблюдение
6		Техническая подготовка. Учебно-тренировочная игра	2	Беседа	Спортивный зал	Пед. наблюдение
7		Спортивная терминология. Общеразвивающие упражнения	2	Поле чудес	Спортивный зал	Пед. наблюдение
8		ОФП. Лёгкая атлетика	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
9		Верхняя прямая передача мяча в парах.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
10		Стойка игрока в волейболе. Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
11		Упражнения на развитие прыгучести. ОРУ с мячами, передачи мяча в парах	2	Тестирование	Спортивный зал	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение

12		Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
13		Учебно-тренировочная игра в волейбол	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
14		Верхняя прямая передача.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль. \Пед анализ
15		Совершенствование верхней прямой передачи	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. наблюдение
16		Верхняя передача мяча в парах, верхняя подача.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. наблюдение
17		Верхняя передача мяча в парах, нижняя подача.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
18		Передвижение в стойке	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль, педагогический анализ
19		Остановка прыжком. Остановка с мячом и без мяча.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. наблюдение
20		ОФП. Упражнения на выносливость, скорость. Передача мяча в парах в тройках	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
21		Ловля и передача мяча одной и двумя руками. В парах и тройках.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
22		Передачи мяча из различных исходных положений.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. наблюдение
23		Верхняя прямая подача. Нижняя подача в волейболе.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. анализ
24		Игра в волейбол с заданными тактическими действиями.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
25		Командные действия в нападении	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
26		Нижняя подача в волейболе	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль. Пед. анализ.
27		Передачи мяча в команде	2	Соревно	Спортивный	Текущий контроль.

		с быстрой сменой игроков по зонам.		вания	зал	Пед.ана лиз.
28		Передача мяча из зон 1,5,6 в зону 3 после подачи	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Пед. наблюдение
29		Соревнования по волейболу с родителями и учащимися « Спортивная семья». й.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
30		Передачи по кругу двух и более мяче	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
31		Передачи мяча в группах с передвижением по площадке.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
32		«Марафон здоровья» посвящённый Дню Победы.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
33		Обучение верхней и нижней подачи волейбольного мяча	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
34		Обучение нижнему приему волейбольного мяча. Розыгрыш мяча после подачи.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
35		Тактические действия в защите и нападении.	2	Практическое занятие	Спортивный зал	Текущий контроль
36		Групповые командные соревнования. Награждение. Инструктаж по ТБ.	2	Итоговое занятие	Спортивный зал	Итоговая аттестация
		ИТОГО:	72			

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение.

Характеристика помещения, используемого для реализации программы объединения «Мяч в воздухе», соответствует СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Оборудование и инвентарь.

Перечень инвентаря и оборудования из расчета на группу в количестве 15 человек:

1. Две волейбольные сетки (обе с металлическими тросами, 1 из них с антеннами).
2. Волейбольные мячи - 20штук.
3. Набивные мячи - 2 штук.
4. Корзина для хранения и перевозки мячей - 1 штука.
5. Скакалки -15штук.
6. Компьютер с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.
7. Стойки для волейбольных сеток. Настенные крепежи.

Методические пособия по волейболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Разработанные и утверждённые тесты, и нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок и т.п.

Кадровое обеспечение.

Для реализации программы «Мяч в воздухе» педагог должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по специальности «Физическая культура и спорт», педагог должен систематически повышать свою профессиональную квалификацию.

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Мяч в воздухе» реализует педагог дополнительного образования Батова Антонина Николаевна, которая имеет высшее образование: по специальности Физическое воспитание Адыгейский Государственный Педагогический Институт (АГПИ) г. Майкоп 1987-1992 годы обучения, Диплом о профессиональной переподготовке ПП №0154465 «Педагог дополнительного образования» 15 августа 2024 год.

Общий педагогический стаж педагога- 38 лет, в должности педагога дополнительного образования стажа нет.

Основными направлениями деятельности педагога, работающего по программе, являются:

- организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы;
- организация досуговой деятельности учащихся;
- обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения, развития и воспитания;
- педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы;
- разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Педагог должен обладать следующими компетентностями:

- профессиональная компетентность;
- информационная компетентность;
- коммуникативная компетентность;
- правовая компетентность.

Педагог должен владеть:

- технологиями работы с одаренными учащимися;
- технологиями работы в условиях реализации программ инклюзивного образования;

2.3. Формы аттестации.

Для отслеживания результативности обучения по программе «Мяч в воздухе» используются следующие методы:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, бесед, участия в мероприятиях, активности учащихся на занятиях и т.п.;
- педагогический мониторинг журналов учета посещаемости, уровней усвоения учащимся ЗУН по программе – допустимый (1), общий (2), оптимальный (3), продвинутый (4).

мониторинг социально-коммуникативного развития.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды контроля:

✓ С целью определения изменения уровня развития детей на начало и конец срока реализации программы проводится сдача контрольных нормативов по физической и тактической подготовке.

умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьных соревнованиях. Аттестация по технической и общефизической подготовке проводится 3 раза в год (сентябрь, декабрь и май), учащиеся выполняют контрольные нормативы. Система оценки результатов освоения о дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы являются: уровень сформированных знаний, умений, навыков. Текущий контроль проводится в течение всего учебного года .

2.4. Оценочные материалы.

Тест «Групповая сплоченность»

Групповая сплоченность - чрезвычайно важный параметр, показывающий степень интеграции группы, ее сплоченность в единое целое, - можно определить не только путем расчета соответствующих социометрических индексов. Ответы кодируются в баллах согласно приведенным в скобках значениям (максимальная сумма +19 баллов, минимальная -5). В ходе опроса баллы указывать не нужно.

I. Как бы вы оценили свою принадлежность к группе?

- Чувствую себя ее членом, частью коллектива (5)
- Участвую в большинстве видов деятельности (4)
- Участвую в одних видах деятельности и не участвую в других (3)
- Не чувствую, что являюсь членом группы (2)
- Живу и существую отдельно от нее (1)
- Не знаю, затрудняюсь ответить (1)

II. Перешли бы вы в другую группу, если бы представилась такая возможность (без изменения прочих условий)?

- Да, очень хотел бы перейти (1)
- Скорее перешел бы, чем остался (2)
- Не вижу никакой разницы (3)
- Скорее всего остался бы в своей группе (4)
- Очень хотел бы остаться в своей группе (5)
- Не знаю, трудно сказать (1)

III. Каковы взаимоотношения между членами вашей группы?

- Лучше, чем в большинстве коллективов (3)
- Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)
- Хуже, чем в большинстве коллективов (1)
- Не знаю, трудно сказать (1)

IV. Каковы у вас взаимоотношения с руководством?

- Лучше, чем в большинстве коллективов (3)
- Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)
- Хуже, чем в большинстве коллективов (1)
- Не знаю. (1)

V. Каково отношение к делу (учебе и т.п.) в вашем коллективе?

- Лучше, чем в большинстве коллективов (3)
- Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)
- Хуже, чем в большинстве коллективов (1)
- Не знаю (1)

VI. Как вы решаете трудные задачи?

- Всем коллективом
- С отдельными ее членами
- Самостоятельно

VII. Как часто в вашем коллективе бывает конфликты?

- Не бывает
- Редко
- Бывает очень часто

VIII. Чтобы вы хотели поменять в вашем коллективе?

- Абсолютно ничего
- Отдельных его членов
- Руководство

IX. Хотели бы вы продолжать дружеские отношения со своим коллективом в дальнейшем?

- Да, конечно хочу.
- Хочу, но не со всеми.
- Быстрее бы его забыть.

X. Скажите, на сколько сплоченность вашего коллектива позволяет вам выполнять, стоящие перед вами задачи?

- Позволяет выполнять в полном объёме
- Сплоченность не достаточна для выполнения стоящих задач в полном объеме.
- Сплоченность находится на уровне не позволяющем выполнять стоящие задачи.

Уровни групповой сплоченности

15, 1 баллов и выше – высокая;

11, 6 – 15 – выше средней;

7 – 11,5 – средняя;

4 – 6,9 – ниже средней;

4 и ниже – низкая.

Диагностика психолого-педагогической характеристики учебной группы

Карта-схема, состоящая из опросных листов, представляет собой пятибалльную шкалу, вмонтированную в набор качеств, характеризующих наиболее существенные свойства группы.

Оценка уровня развития отдельных групповых качеств идет по пятибалльной системе:

- 5 ставится тогда, когда качество очень сильно и постоянно проявляется,
- 4 – проявляется постоянно, но не так сильно,
- 3 – не очень проявляется,
- 2 – проявляется противоположное отрицательное качество,
- 1 – сильно проявляется противоположное отрицательное качество.

Например:

Группа стремится общаться и сотрудничать с другими группами.	5	4	3	2	1	У группы наблюдается стремление обособиться, изолироваться от других групп.
--	---	---	---	---	---	---

- 5 ставится, когда стремление общаться с другими группами очень ярко выражено,
- 4 – когда не очень выражено,
- 3 – слабо выражено,
- 2 – больше выражено стремление обособиться, чем общаться,
- 1 – стремление обособиться выражено ярко.

Поскольку качества группы даются в карте-схеме в большинстве случаев по принципу противоположности, необходимо одновременно учитывать и негативные, и позитивные. Чтобы оценить какое-либо качество, необходимо прочитать слева его положительную оценку, а справа отрицательную и лишь затем крестиком обозначить оценку против соответствующего балла и вписать напротив каждого суждения фамилии тех учеников, которые заметно влияют на данное свойство класса.

Направление активности							
1	Группа активна, полна творческой энергии.	5	4	3	2	1	Группа инертна, пассивна.
2	Группа выше всего ставит положительные духовные запросы (искусство, литература, учеба, совершенствование в профессии).						Группа выше всего ставит примитивные материальные блага, деньги, развлечения и т. д.

3	В своих делах группа ставит перед собой общественно полезные цели.						Группу отличают общественно вредные, асоциальные цели.
4	Группу объединяет одна общая цель деятельности, а не просто сходные цели каждого члена группы в отдельности.						В группе соединились люди, у которых лишь сходные совпадающие цели, но эти цели не стали обще групповыми.
5	В группе более всего уважают коллективистов, делающих все ради других.						Популярные члены группы – эгоисты, работающие лишь для себя.
6	Члены группы стремятся постоянно общаться друг с другом.						У членов группы нет стремления постоянно общаться друг с другом.
7	Группа стремится общаться и сотрудничать с другими членами.						У группы наблюдается стремление обособиться, изолироваться от других групп.
8	Группу отличают устойчивые интересы.						Группу отличает быстрая смена интересов.
9	Группа постоянно осуществляет свои интересы на деле.						Группа пассивна. Интересуясь чем-то, не стремится это осуществить на деле.
10	Актив, ядро группы ведет ее на общественно-полезные дела.						Актив ведет группу на антиобщественные дела.
11	В группе справедливо относятся ко всем членам группы, стремятся поддержать слабых в общей деятельности, каждый испытывает чувство защищенности.						Группа заметно разделяется на "привилегированных" и "пренебрегаемых", в ней пренебрежительно относятся к слабым.
Организованность							
1	В группе разумно, доброжелательно решаются вопросы взаимопомощи.	5	4	3	2	1	При решении групповой задачи необходимость взаимоподчинения вызывает противодействие и даже конфликты.
2	Группа может самостоятельно						Группа не может

	выбрать себе организаторов по различным видам деятельности.					самостоятельно, без помощи старших решить вопрос о выборе организаторов или проводит выборы несерьезно, по принципу "кого-нибудь, только не меня".
3	Члены группы взаимодействуют в том направлении, которое приносит успех всей группе в целом.					Большинство членов группы ориентируются на себя и делают то, что им удобно и выгодно.
4	Трудные условия, ситуация опасности, неожиданные сильные воздействия еще более сплачивают группу.					В этих условиях происходит рассогласование группы, вплоть до ее полного распада.
5	Неудача в достижении групповой цели приводит к еще большему единству и сплочению группы.					Неудача в достижении групповой цели расслабляет группу вплоть до ее полного отказа от реализации данной цели.
6	Группа постоянно и устойчиво поддерживает связь и осуществляет взаимодействие с другими группами.					Группа стремится изолироваться от других групп, противодействует контактам с ними.
7	Группа доброжелательно, участливо относится к новым членам, старается помочь освоиться и "прижиться", влиться в свою среду.					Группа враждебно относится к новым членам, противодействует вхождению их в новую для них среду.
8	Группа легко, свободно, быстро, с высокой результативностью согласует свои действия.					Группа способна к согласованию своих действий.
9	Группа представляет устойчивое единое целое. Имеющиеся в группе отдельные группировки (например, по симпатиям) активно взаимодействуют друг с другом, поддерживая обще групповое единство.					Группа не представляет единого целого, распадается на ряд отдельных группировок, которые враждуют друг с другом.
10	Члены группы активно стремятся сохранить группу как единое целое.					К сохранению группы ее члены относятся безразлично. Группа

	Группа настойчиво противодействует попыткам расформирования.						легко поддается расформированию или даже способствует ему.
11	Группа имеет хороших, способных организаторов, являющихся ее авторитетными и полномочными представителями.						Группа не имеет хороших, способных организаторов.
Интеллектуальная коммуникативность							
1	Группа имеет четкое единое суждение о возможностях ее действительных организаторов.	5	4	3	2	1	Группа не имеет единого мнения о возможностях своих организаторов. Мнение группы о ее организаторах противоречиво.
2	Все члены группы прислушиваются к мнению своих товарищей и приходят к единодушному суждению.						Члены группы не прислушиваются к мнению своих товарищей, точки зрения очень противоречивы.
3	Члены группы хорошо и постоянно осведомлены обо всем, что касается группы: ее задачах, внутригрупповых отношениях, ее месте среди других групп, результатах ее деятельности и т. д.						В группе не знают о ее задачах, внутригрупповых отношениях, ее месте среди других групп, результатах ее деятельности и т. д.
4	Группа легко находит общий язык, взаимопонимание при решении групповых задач.						В группе нет взаимопонимания при решении общих задач.
5	При обсуждении актуальных вопросов, касающихся группы и поведения отдельных ее членов, группа активно добивается единого мнения и находит единодушное решение.						Группа не способна прийти к единому мнению при обсуждении вопросов, касающихся как группы в целом, так и отдельных ее членов.
6	В изменяющихся жизненных ситуациях группа быстро оценивает перемены, создает новое общественное мнение.						Группа не способна оценивать изменившуюся обстановку, слепо следует привычкам, сложившимся суждениям.

7	При оценке воспринимаемых фактов и событий окружающей жизни в группе существует устойчивое единство суждений.						Для группы характерны противоположные суждения и оценки воспринимаемых фактов, событий.
8	Группа имеет единое и четкое мнение о своих возможностях, достоинствах и недостатках.						В группе имеют место явно противоречивые мнения о своих возможностях и недостатках.
9	Группа верно, единодушно оценивает свое место среди других групп.						Группа неверно и противоречиво оценивает свое место среди других групп.
10	Критические замечания со стороны членов группы принимаются доброжелательно и способствуют созданию единого группового мнения.						Критические замечания со стороны одних членов группы принимаются другими ее членами враждебно и способствует разъединению группового мнения.
11	Критические замечания извне группы принимаются доброжелательно, самокритично и формируют стремление к осмысливанию и исправлению недостатков.						Критические замечания извне принимаются группой враждебно и вызывают стремление к отпору, настаиванию на недостатках, групповому упрямству.

Психологический климат

1	Преобладание мажорного, приподнятого, доброго общего тона в группе.	5	4	3	2	1	Преобладание подавленного настроения, пессимистического настроения в группе.
2	Доброжелательность во взаимоотношениях членов группы, взаимное притяжение друг к другу, симпатия.						Конфликтность в отношениях, отталкивание, антипатия.
3	Стремление к совместности переживаний событий, жизненных явлений, произведений искусства.						Тенденция к замкнутости членов группы друг от друга, отказ или уклонение от группового характера переживаний.
4	Успехи или неудачи группы в целом переживаются ярко всеми членами						Успехи или неудачи группы оставляют членов группы

	группы.						равнодушными.
5	Успехи или неудачи товарищей вызывают переживание, искреннее участие других членов группы. Здесь имеют место одобрение, поддержка, а упреки и критика делаются с доброжелательных позиций.						В этих условиях в группе проявляются зависть, злорадство, а упреки и критика исходят из желания унижить, оскорбить.
6	В сложных ситуациях происходит эмоциональное единение, общий мобилизационный настрой.						В этих условиях группа теряется, "раскисает", наблюдается растерянность, ссоры, взаимные обвинения и т. д.
7	Отрицательная оценка группы со стороны более широких общностей или их органов вызывает групповое сопереживание, выражающее единение группы и способствующее ему.						В данных обстоятельствах у части группы имеют место переживания, выражающие разобщение группы или способствующие этому.
8	В отношении между эмоциональными объединениями (группировки по симпатиям) существует взаимное расположение и доброжелательность.						Группировки конфликтуют между собой, враждебно относятся друг к другу.
9	Групповые эмоциональные "взрывы" в сложных жизненных ситуациях (например, общее негодование, возмущение) регулируются группой и не меняют качественно содержание ее поведения.						Групповые эмоциональные состояния взрывного характера выходят из-под контроля группы, протекают стихийно и определяют содержание группового поведения.
10	Членам группы нравится бывать вместе, им хочется чаще находиться в группе, участвовать в совместной деятельности.						Члены группы не стремятся бывать вместе, проявляют безразличие к общению, выражают отрицательное эмоциональное отношение к совместной деятельности.
11	Группа способна сдерживать проявление своих чувств, когда этого требуют интересы дела.						Группа не в состоянии сдерживать эмоциональные порывы в необходимых

Обработка и интерпретация результатов теста.

Количественная оценка проводится на основе сопоставления общей суммы по всем интегративным свойствам со следующей шкалой измерения уровня развития коллектива:

- Высокое развитие 180-220;
- Хорошее развитие 140-179;
- Среднее развитие 100-139;
- Недостаточное развитие 60-99.

Интегративность группы ведет к согласованности актов поведения и деятельности членов группы.

Коллектив – это система интегративных и дифференциальных признаков. Отличие коллектива от диффузной группы состоит в качественном своеобразии межличностных отношений и взаимодействия, а также уровне развития таких общих характеристик, как направленность, организованность, интеллектуальная коммуникативность, психологический климат, которые и образуют структуру коллектива.

Направленность – это содержание тех целей, интересов и моральных ценностей класса, вокруг которых объединяется большинство его членов. К направленности относится также готовность группы оказывать помощь другим группам и вступать в сотрудничество с ними, готовность поступиться своими интересами ради интересов всего учреждения (в противном случае классу присущ “групповой эгоизм”).

Организованность – способность группы к самоуправляемости, умение самостоятельно создавать организацию в трудных или непредвиденных ситуациях, согласованно выдвигать лидеров-организаторов, умение подчиняться требованиям своих товарищей (лидеров). Способных лидеров хватает для организации любого дела.

Согласованность мнений и действий, готовность каждого ребенка взять на себя инициативу и повышенную ответственность.

Правильная ориентировка каждого учащегося в жизнедеятельности группы, что значит, как писал *А.С. Макаренко*, “ощущать, в каком месте коллектива ты находишься и какие твои обязанности по отношению к поведению из этого вытекают”.

Интеллектуальная коммуникативность – это способность класса быстро и легко находить общий язык, приходить к общему мнению, устанавливать сходство суждений. Дети довольны своей способностью понимать друг друга с полуслова. Взаимопонимание доставляет им радость и чувство комфорта. Группа активизирует своих членов, когда ищет общее решение. К мнению каждого внимательно прислушиваются, добиваясь общего языка и побуждая друг друга к активному обсуждению различных точек зрения.

Психологический климат – преобладание того или иного *психологического настроя* (мажорный, приподнятый, пессимистический, подавленный); *степень психологической защищенности* каждого ученика (доброжелательность во взаимоотношениях, поддержка в трудной ситуации или напряженность во взаимоотношениях, упреки, попытки унижить достоинство личности, равнодушие).

Эмоциональное единство – успехи или неудачи ярко переживаются всем коллективом.

Разобщенность – ученики не стремятся быть вместе, проявляют безразличие к общению.

Кроме того, оценивается *подготовленность группы* как уровень знаний, навыков, умений в том или ином виде совместной групповой деятельности.

Тестовая карта коммуникативной деятельности.

Чтобы оценить стиль общения человека, рекомендуем заполнить тестовую карту коммуникативной деятельности, разработанную на основе анкеты А.А. Леонтьева.

Если усредненная оценка колеблется в пределах от 45-49 баллов, то коммуникативная деятельность очень напряженная и близкая к модели активного взаимодействия.

35-44 балла – высокая оценка.

20-34 балла - вполне удовлетворительная оценка.

11-19 баллов – низкая оценка коммуникативной деятельности.

7-10 баллов - всякое взаимодействие отсутствует.

Бланк тестируемого _____

1. Доброжелательность	7	6	5	4	3	2	1	Недоброжелательность
2. Заинтересованность	7	6	5	4	3	2	1	Безразличие
3. Поощрение инициативы	7	6	5	4	3	2	1	Подавление инициативы
1. Открытость 2. (свободное выражение чувств, отсутствие «маски»)	7	6	5	4	3	2	1	Закрытость (стремление держаться за социальную роль, боязнь своих недостатков, тревога за свой статус)
5. Активность (все время в общении, держит слушателей «в тонусе»)	7	6	5	4	3	2	1	Пассивность (не управляет процессом общения, пускает его на самотек)
6. Гибкость (легко схватывает и разрешает возникающие проблемы, конфликты)	7	6	5	4	3	2	1	Жесткость (не замечает изменений в настроении)
7. Дифференцированность (индивидуальный подход) в общении	7	6	5	4	3	2	1	Отсутствие дифференцированности в общении (нет индивидуального подхода)

Диагностическая карта оценки ЗУН и социально-коммуникативного развития учащихся

№ п/п	Фамилия, имя	Знание истории и правил игры в волейбол	владение техникой игры	Умение выполнять восстановительные комплексы	Знание и умение применять основные тактические приёмы игры «Пляжный волейбол	уровень физических качеств (соответствие стандартам)	соблюдение нравственных норм и правил поведения	Дисциплинированность и выдержка	Доброжелательное взаимодействие в коллективе	Желание вести здоровый образ жизни
1										
2										
3										
4										
5										
6										

7										
8										
9										
10										

0 баллов – критерий не проявляется; **1 балл** – критерий проявляется редко, в минимальном объеме; **2 балла** – критерий проявляется часто, в достаточном объеме; **3 балла** – критерий проявляется постоянно, в полном объеме.

2.5. Методические материалы.

В основу отбора и систематизации материала содержания программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности. Принцип комплексности программы выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебно-тренировочного процесса: теоретической, практической, физической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля. Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями возрастающего мастерства спортсменов. Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки спортсменов. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи педагог может вносить свои коррективы в построении учебно-тренировочных занятий.

Методы, используемые в процессе обучения

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему самостоятельных упражнений и тренировок.

Рассмотрим более подробно используемые методы организации деятельности по программе:

Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.

Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, опрос, инструкция, объяснение.

Метод показа – демонстрация изучаемых действий, посещение соревнований и т.п.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

Метод состязательности – поддержание у учащихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений учащихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос учащихся. Позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств учащихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на учащихся.

Работа с родителями родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа: дает возможность для согласованного воздействия на учащегося педагогов и родителей.

Очень важны профессиональные качества личности педагога:

- способность к творчеству, умение находить и в доступной форме передавать детям информацию;

- уважение, симпатия к воспитанникам.

При хорошо созданных условиях дети проявляют способность к глубокой сосредоточенности, прекрасно справляются с любым заданием, что создает основу успешной реализации программы.

Методика направлена главным образом на раскрытие и развитие физкультурно-спортивной подготовки, потребности к здоровому образу жизни, уважению к закону, нормам коллективной жизни, к социальной и гражданской ответственности.

3. Список литературы.

Нормативно-правовые документы

- 1.Федеральный Закон от 29.12.2012г.№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
- 2.Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- 3.Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- 4.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г.№28«Обутверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
- 5.Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- 6.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 7.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- 8.Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
9. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК- 2563/05«О методических рекомендациях» («Методические рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
- 10.Концепция развития детско - юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р (в редакции от 20 марта 2023 г.);
11. Устав учреждения.

Список литературы для педагогов.

1. «Волейбол» Клещев Ю.И. «Физкультура и спорт» г.Москва 2015г.
2. «Волейбол. Методическое пособие обучению игре». Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин «Терра Спорт» г.Москва 2015г
3. «Волейбол» А.Б. Донченко. «Вече» г.Москва 20 «Пляжный волейбол». Костюков В.В. «Физкультура и спорт» г.Москва 2007г.
4. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов». Матвеев Л.Н. «Физкультура и спорт» г.Москва 2014г.
5. «Пляжный волейбол». С. Хёмберг, А.Папагеоргиу «Терра Спорт» г.Москва 2014г.

6. «Тактическая подготовка волейболистов» Ю. Фураев «Физкультура и спорт» г.Москва
7. «Упражнения для волейболистов» А.П. Якушев, А.В. Ивойлов «Физкультура и спорт» г.Москва 2014 г.

Список литературы, рекомендованной учащимся.

1. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» М.В.Видякин.- Волгоград: Учитель, 2014 г.
2. «Волейбол» Фидлер М. М., 2016 г.

Список литературы, рекомендованной родителям.

1. «Волейбол на лужайке, в парке, во дворе» Фурманов А.Г.М.: Физкультура и спорт. 2013 г.
- «Юный волейболист» Клещев Ю.Н. М.: Физкультура и спорт. 2015 г.

