

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЕМЕЛЬЯНОВСКИЙ ДОРОЖНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»
(ЕМЕЛЬЯНОВСКИЙ ДОРОЖНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ)

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом
(протокол от 30.08.25 № 4)

РАССМОТРЕНО

Студенческим советом
(протокол от 01.09.25 № 1)
Советом родителей
(протокол от 21.05.25 № 8)

УТВЕРЖДАЮ

Директор Емельяновского
дорожно-строительного техникума

 В.П. Калачев
Приказ от 07.09.25 № 201н
МП

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УПР

 А.В. Захаров

Заместитель директора по НМР

 Н.А. Богданова

Заместитель директора по УВР

 Т.А. Чернышова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Волейбол»

Срок реализации: один учебный год – 72 часов

Форма обучения: очная

Программа реализуется на бюджетной основе

Разработчик: Васенков А.В.

пгт. Березовка, 2025 г.

1 Пояснительная записка

Направленность (профиль) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – физкультурно-спортивная.

Нормативно-правовую основу разработки Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» в краевом государственном автономном профессиональном образовательном учреждении «Емельяновский дорожно-строительный техникум» составили:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.».

Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей 2.4.3172-14 № 41.

Устав Емельяновского дорожно-строительного техникума.

Положение о дополнительном образовании детей и взрослых в Емельяновском дорожно-строительном техникуме от 18.12.2023.

Рабочая программа по волейболу для обучающихся Березовского филиала Емельяновского дорожно-строительного техникума составлена, согласно плану спортивно-массовой работы филиала и направлена на успешное выступление спортсменов учреждения и популяризацию физической культуры в целом и волейбола, в частности. Волейбол можно с уверенностью назвать универсальным средством физического воспитания всех возрастных категорий населения.

Актуальность программы – доступность, зрелищность, непритязательность, популярность волейбола расширяет круг любителей спортивных игр и способствует включению его в программы различных спортивных и культурных массовых мероприятий, проведению соревнований, использованию его в системе физического воспитания в образовательных организациях. В процессе занятий воспитываются необходимые физические качества: координация движений, ловкость, сила, выносливость, высокая физическая работоспособность, формируются осанка и красивое телосложение.

Отличительные особенности программы – программа позволяет достаточно быстро развивать физические возможности студентов. Занятия

волейболом совершенствуют практически весь организм занимающихся, так как в игровой деятельности принимают участие все группы мышц (ног, туловища, рук).

Цель дополнительной образовательной программы состоит в создании условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья студентов посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формировании навыков здорового образа жизни, воспитании спортсменов - патриотов своего образовательного учреждения, своего города, своей страны.

Задачи:

Образовательные:

- Познакомить обучающихся с правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований по волейболу.
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые студентами на уроках физкультуры.

Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат обучающихся.
- Способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся в, укреплять здоровье, закалять организм.
- Сформировать и закрепить навыки и умения игры в волейбол.
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества обучающихся.
- Развивать ловкость, быстроту и координацию движения.

Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения.
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи обучающихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Адресат программы – обучающиеся филиала в возрасте от 16 до 21 года.

Формы обучения и виды занятий:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- тестирование и контроль.

Срок освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» – 10 месяцев.

Занятия проводятся 2 раза в неделю в объёме 2-х академических часов. Общее количество часов – 144.

Виды занятий: теоретические занятия (лекция, беседа), практические занятия, тренировочные занятия, соревнования.

2 Планируемые результаты освоения ДООП

В результате освоения программы «Волейбол» у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные (регулятивные, познавательные и коммуникативные) и предметные результаты.

В рамках **личностных результатов** будут сформированы:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

В рамках **метапредметных результатов** обучающиеся овладеют следующими действиями:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- уметь находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их;
- уметь объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Учащиеся научатся:

- следовать при выполнении задания инструкциям учителя
- понимать цель выполняемых действий
- различать подвижные и спортивные игры

Учащиеся получают возможность научиться:

- принимать решения, связанные с игровыми действиями;
- взаимодействовать друг с другом на площадке, договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

В рамках **предметных результатов**:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;
- иметь представление об истории развития волейбола в России; о правилах личной гигиены, профилактике травматизма;
- технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

3 Учебный план ДООП «Волейбол»

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Общее количество часов	В том числе:		Промежуточная аттестация
			Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Правила проведения соревнований по волейболу, техника и тактика игрового взаимодействия, история развития волейбола в России и в мире	4	2	2	Опрос
2	Техника перемещений. Стойки волейболиста.	12	2	10	Беседа, опрос
3	Прием. Передача. Передача мяча с перемещениями	12	2	10	Выполнение нормативов, участие в соревнованиях
4	Нападающий удар Блокирование	10	2	8	
5	Тактика игры в нападении	10	2	8	
6	Тактика игры в защите	10	2	8	
7	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	14	2	12	
ИТОГО		72	14	58	

4 Календарный учебный график

Объем программы: 72 тематических часа, из которых 14 часов – теоретических и 58 – практических.

Срок освоения: сентябрь 2025 – май 2026 г.

Режим занятий: 1 раз в неделю (вторник, четверг).

Продолжительность занятий – 2 академических часа (45 минут).

Расписание проведения занятий:

5 Рабочая программа курса ДООП

5.1 Учебно-тематический план и содержание курса

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Общее количество часов	В том числе:	
			Теоретические занятия	Практические занятия
1	Правила проведения соревнований по волейболу, техника и тактика игрового взаимодействия, история развития волейбола в России и в мире	4	2	2
2	Техника перемещений. Стойки волейболиста.	12	2	10
3	Прием. Передача. Передача мяча с перемещениями	12	2	10
4	Нападающий удар Блокирование	10	2	8
5	Тактика игры в нападении	10	2	8
6	Тактика игры в защите	10	2	8
7	Совершенствование техники владения волейбольным мячом	14	2	12
ИТОГО		72	14	58

5.2 Оценка результатов освоения программы курса

При работе по данной программе предусмотрены следующие формы контроля:

Предварительный контроль для определения начальной подготовленности обучающегося, который проводится на первых занятиях. Данный контроль проводится в форме анкетирования и контрольных испытаний по физической подготовке.

Текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы.

Формы контроля: индивидуальные задания, участие в соревнованиях и др.

Промежуточный контроль проводится с целью определения результатов обучения по итогам полугодия.

Форма проведения: зачёт, сдача нормативов, соревнования.

Итоговый контроль – диагностирование уровня освоения содержания программы. Форма проведения: зачетное занятие (проверка уровня теоретических знаний и выполнение нормативов).

5.3 Условия реализации программы курса ДООП

5.3.1 Материально – техническое обеспечение программы курса ДООП

Программа реализуется в спортивном зале Березовского филиала ЕДСТ.
Необходимый спортивный инвентарь:

волейбольные мячи;
скакалки;
гимнастическая стенка;
гимнастические скамейки;
сетка волейбольная;
щиты с корзинами;
секундомер.

5.3.2 Кадровое обеспечение программы курса ДООП

Педагогическая деятельность по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлению, соответствующему направлению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Реализация рабочей программы курса и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

5.3.3 Информационно-методическое обеспечение программы курса ДООП

1. Беляев А.В. Волейбол. - М.: Физкультура, образование, наука Планета, 2019.
2. Белоножкин О.В., Егунова Г.В., Смирнова В.Г. Спортивно-оздоровительные мероприятия. – Волгоград: Учитель, 2020.
3. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. - Омск: СибГАФК, 2019.
4. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.Н., Чехов О.С. Подготовка юных волейболистов. - М.: 2021.
5. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации. - Волгоград: Учитель, 2019.
6. Клещев Ю.Н. Волейбол. - М.: Ф и С, 2021.
7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Правила соревнований по волейболу. - М.: Гуманитарное издательство центр Виада, 2019.
8. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. – М., 2019.
9. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 10-11 класс. - М.: Ф и С, 2019.
10. Техника волейбола (видео онлайн). - URL: uroki-online.com.
11. Техника и тактика в волейболе. - URL: www.voleuball.ru.
12. Основные правила волейбола. - URL: stavkiproгноzy.ru.