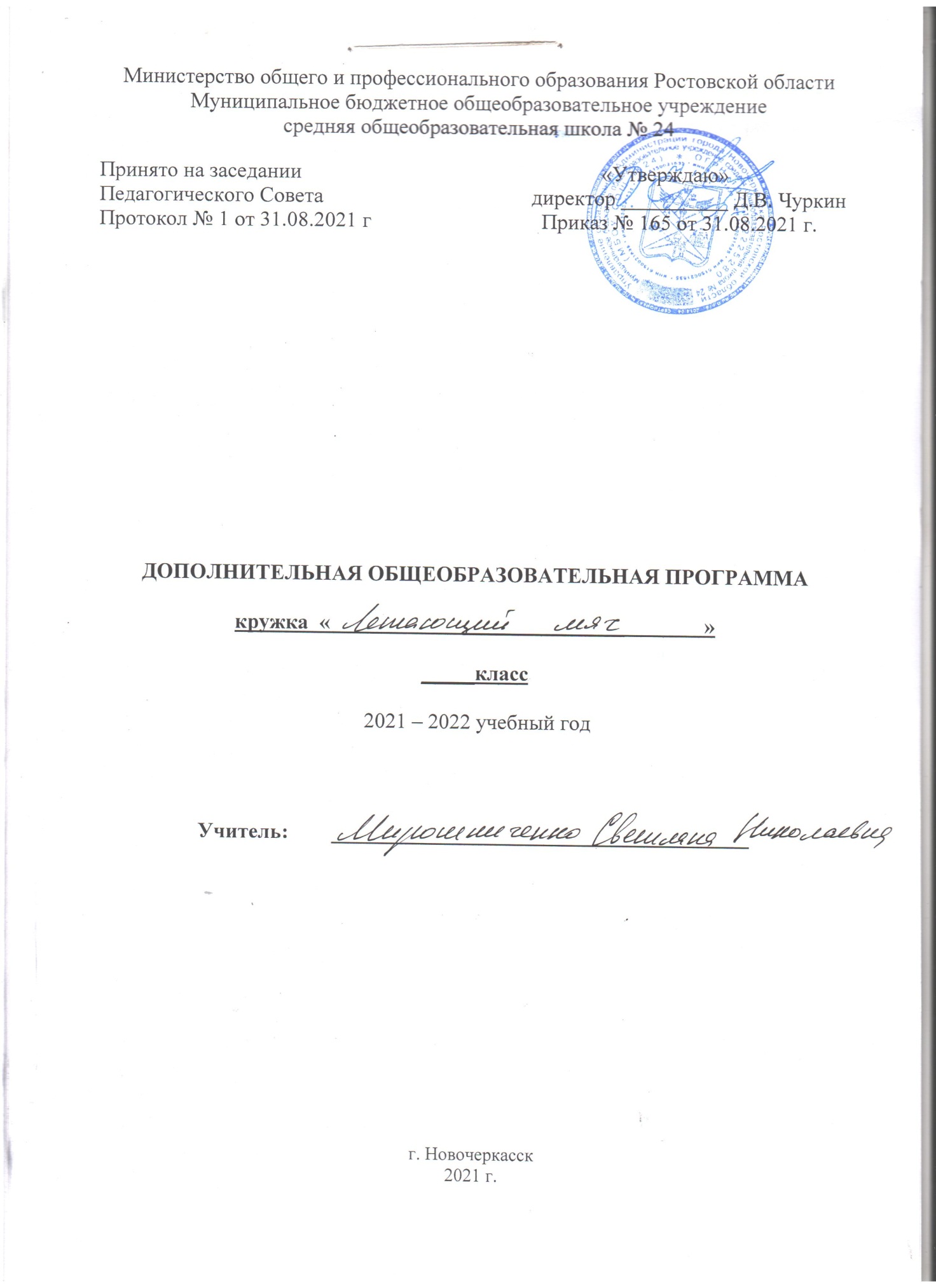
****

**I.ПОЯСНИТЕЛНАЯ ЗАПИСКА**

Программа для кружка «Летающий мяч» разработана на основании следующих нормативных документов:

•[Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/federalnyj_zakon_rf_273_fz_ob_obrazovanii_v_rossijskoj_federacii_ot_29_12_2012_g/1-1-0-5)

•[Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 8 декабря 2011 г. № 2227-р.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-6-20)

 •Государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. № 295.

 •[Федеральная целевая программа развития образования на 2020 год, утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2019 г. № 497](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-8-20).

 •[Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/koncepcija_razvitija_dopolnitelnogo_obrazovanija_detej_utverzhdennaja_rasporjazheniem_pravitelstva_rossijskoj_federacii_ot_4_sentjabrja_2014_g/2-1-0-9).

 •[Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/strategija_razvitija_vospitanija_v_rossijskoj_federacii_na_period_do_2025_goda/2-1-0-10)

 •[Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/koncepcija_obshhenacionalnoj_sistemy_vyjavlenija_molodykh_talantov/2-1-0-11).

[•Стратегическая инициатива "Новая модель системы дополнительного образования", одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2020 г.](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/strategicheskaja_iniciativa_novaja_model_sistemy_dopolnitelnogo_obrazovanija_odobrennaja_prezidentom_rossijskoj_federacii_27_maja_2015_g/2-1-0-12)

 •[Протокол заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 24 августа 2020 г. № 2](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/normativno_pravovye_dokumenty/protokol_zasedanija_prezidiuma_soveta_pri_prezidente_rossijskoj_federacii_po_strategicheskomu_razvitiju_i_prioritetnym_proektam_ot_24_08_16/2-1-0-13).

 •[Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2020 г. № 11)](http://www.1.metodlaboratoria-vcht.ru/load/0-0-0-14-20).

**Цель**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Летающий мяч»: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

**Задачи**дополнительной общеразвивающей программы «Летающий мяч»

*Образовательные:*

- обучить учащихся техническим приемам волейбола;

- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;

- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);

- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам волейбола;

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

*Развивающие:*

- развить координацию движений и основные физические качества.

- способствовать повышению работоспособности учащихся,

- развивать двигательные способности,

- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

*Воспитательные:*

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;

- воспитывать дисциплинированность;

- способствовать снятию стрессов и раздражительности;

- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

- воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Кружок «Летающий мяч» создан для учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации, организация занятий по направлениям кружковой деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на кружковую деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений кружковой деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление. Рабочая программа кружковой деятельности «Летающий мяч» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5–11 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеурочной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.). Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей. В нашем лицее за последние годы накоплен опыт реализации здоровьесберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растёт заболеваемость учащихся. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта и печени, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение. Принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся в нашем лицее, на заседании методического совета принято решение по проектированию комплексной программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Летающий мяч» для учащихся 5–11 классов, реализация которой будет нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье учащихся.

**Данная рабочая программа на 2021-2022 учебный год рассчитана: на 30 часов (1 часа в неделю) в соответствии с учебным планом МБОУ СОШ № 24 на 2021-2022 учебный год, календарным графиком и с учетом праздничных дней.**

**II. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА КРУЖКОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

В итоге реализации программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Летающий мяч» учащиеся должны знать:

• особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

• основы рационального питания;

• правила оказания первой помощи;

• способы сохранения и укрепление здоровья;

• основы развития познавательной сферы;

• свои права и права других людей;

• влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

• значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; и должны уметь:

• составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

• выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

• заботиться о своём здоровье;

• применять коммуникативные и презентационные навыки;

• оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

• находить выход из стрессовых ситуаций;

• принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

• адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

• отвечать за свои поступки;

• отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы кружковой деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким. В ходе реализация программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся смогут узнать:

• значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

• названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;

• играть в волейбол с соблюдением основных правил; значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

• наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

• упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);

• контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;

• основное содержание правил соревнований по волейболу;

• игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; и смогут научиться:

• соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;

• выполнять технические приёмы и тактические действия;

• контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;

• проводить судейство по волейболу

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ | 5 кл | 11 кл |
| 1 | Правила соревнований | + |  |
| 2 | Передачи в парах через сетку двумя руками сверху без потерь | 5 | 10 |
| 3 | Передача от стены двумя руками сверху с расстояния 2–3 м без потерь | 5 | 10 |
| 4 | Передача от стены двумя руками снизу с расстояния 2–3 м без потерь | 5 | 10 |
| 5 | Передачи над собой в круге без потерь | 7 | 15 |
| 6 | Подача (любая): из 6 попыток | 3 с середины площадки | 5 |
| 7 | Подача (любая): из 10 попыток | - | 8 |
| 8 | Подачи по зонам (1, 6, 5) на точность по 2 в каждую | - | - |
| 9 | Передачи на точность через сетку из зоны 4 в зону 6 после паса преподавателя: из 6 попыток | 2 | 4 |
| 10 | Нападающий удар из зоны 4 после паса преподавателя: из 6 попыток | - | 3 |

**III. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА КРУЖКОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Содержание курса | Формы организации  учебной деятельности | Виды учебной  деятельности |
|  | Основные правила игры | **личностные результаты** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;  **метапредметные результаты** — освоенные обучающимися УУД  (познавательные, регулятивные и коммуникативные).  Кроме того, внеурочная деятельность в начальной школе  позволяет педагогическому коллективу решить ещё целый ряд очень важных **задач**:   * обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе; * оптимизировать учебную нагрузку учащихся; * улучшить условия для развития ребенка; * учесть возрастные и индивидуальные особенности детей. | Игровая деятельность   1. Спортивно-оздоровительная |
| 1 | **Перемещения** |
| 1.1 | Стойка игрока (исходные положения) |
| 1.2 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд |
| 1.3 | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) |
| 2 | **Передачи мяча** |
| 2.1 | Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении) |
| 2.2 | Передача снизу двумя руками в парах |
| 2.3 | Передача снизу двумя руками над собой |
| 3 | **Подачи мяча** |  |
| 3.1 | Нижняя прямая |
| 4 | **Приём мяча** |
| 4.1 | Приём снизу двумя руками |
| 4.2 | Приём сверху двумя руками |
| 5 | **Тактические игры** |
| 5.1 | Индивидуальные тактические действия в нападении, защите |
| 5.2 | Двусторонняя учебная игра |
| 6 | **Подвижные игры и эстафеты** |
| 6.1 | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий |
| 6.2 | Игры, развивающие физические способности |
| 7 | **Физическая подготовка** |
| 7.1 | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости |
|  |  |

**личностные результаты** – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

**метапредметные результаты** – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

• предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира. Личностными результатами программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

• определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

• в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметными** результатами программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД): Регулятивные УУД:

• определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

• проговаривать последовательность действий;

• уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

• средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

• учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов). Познавательные УУД:

• добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

• перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды; Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания. Коммуникативные УУД:

• умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

• совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

• учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах. Оздоровительные результаты программы кружковой деятельности:

• осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

• социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром. Первостепенным результатом реализации программы кружковой деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

**IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов |
| 1 | Основные правила игры, теория. | 2 |
| 2 | Перемещения | 5 |
| 3 | Верхняя передача | 5 |
| 4 | Нижняя передача | 5 |
| 5 | Верхняя прямая подача с середины площадки | 2 |
| 6 | Приём мяча, страховка. | 2 |
| 7 | Подвижные игры и эстафеты | 7 |
| 8 | Физическая подготовка в процессе занятия |  |
| 9 | Нападающий удар | 2 |
|  | Итого | 30 |

**V. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Дата**  **проведения**  **занятия** | **Название раздела, тема занятия** | **Количество**  **часов** |
|  |  | **I четверть (8часов)** |  |
| **1** | **06.09** | Техника безопасности. Основные правила игры. Оборудование и инвентарь. | **1** |
| **2** | **13.09** | Стойка игрока (исходные положения). Перемещения. ОФП | **1** |
| **3** | **20.09** | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)ОФП | **1** |
| **4** | **27.09** | Стойка игрока (исходные положения). Перемещения. СФП | **1** |
| **5** | **04.10** | Передача сверху двумя руками в стену. СФП | **1** |
| **6** | **11.10** | Передача сверху двумя руками в верх. ОФП | **1** |
| **7** | **18.10** | Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении) | **1** |
| **8** | **25.10** | Передача сверху двумя руками в парах. СФП | **1** |
|  |  | **IIчетверть (7 часов)** |  |
| **9** | **15.11** | Передача снизу двумя руками у стеночки. ОФП | **1** |
| **10** | **22.11** | Передача снизу двумя руками с наброса. СФП | **1** |
| **11** | **29.11** | Передача снизу двумя руками в парах, ОФП | **1** |
| **12** | **06.12** | Передача снизу двумя руками в парах через сетку. ОФП | **1** |
| **13** | **13.12** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
| **14** | **20.12** | Передача снизу двумя руками над собой. ОФП | **1** |
| **15** | **27.12** | Верхняя прямая подача с середины площадки. ОФП | **1** |
|  |  | **IIIчетверть (9 часов)** |  |
| **16** | **10.01** | Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд. СФП | **1** |
| **17** | **17.01** | Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд. СФП | **1** |
| **18** | **24.01** | Передача сверху двумя руками в парах через сетку. ОФП | **1** |
| **19** | **31.01** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
| **20** | **07.02** | Нападающий удар по ходу из з 4 в з 5. | **1** |
| **21** | **14.02** | Нападающий удар по ходу из з 4 в з 5. | **1** |
| **22** | **21.02** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
| **23** | **28.03** | Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни. Гигиенические знания, умения и навыки. | **1** |
| **24** | **14.03** | Верхняя прямая подача с середины площадки. ОФП | **1** |
|  |  | **I V четверть (6 час )** |  |
| **25** | **28.03** | Страховка в нападении. СФП | **1** |
| **26** | **04.04** | Страховка в нападении. СФП | **1** |
| **27** | **11.04** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
| **28** | **18.04** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
| **29** | **25.04** | Подвижные игры (пионербол, волейбол) и эстафеты | **1** |
| **30** | **16.05** | Подвижные игры (пионербол) и эстафеты | **1** |
|  |  | ИТОГО | **30** |

**VI. Учет результативности деятельности по программе дополнительного образования «Летающий мяч».**

6.1. Аттестация обучающихся по результатам освоения программы дополнительного образования «Летающий мяч» не предусмотрена.

6.2. Оценка результативности дополнительного образования осуществляется в следующих формах:

- внутришкольные соревнования;

- портфолио обучающегося;

- защита проекта;

- участие в олимпиадах, городских соревнованиях, акциях и другое.

