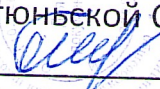


Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию администрации Топчихинского района  
Муниципальное казенное учреждение  
Чистюньская средняя общеобразовательная школа

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «29»августа., 2024 г.  
протокол № 1

Утверждаю:  
Директор МКОУ  
Чистюньской СОШ  
  
Г.А.Лященко  
«\_29\_» августа 2024г.

Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Школьный спортивный клуб «Чемпион»

Возраст учащихся: 11 - 17 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор - составитель:  
Дорохина Татьяна Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

с.Чистюнька, 2024

## Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты.....	11
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий.....	11
2.1. Учебный план .....	11
2.2. Условия реализации программы.....	15
2.3.....	
2.4. Формы аттестации.....	15
2.5. Оценочные материалы.....	16
2.6. Методические материалы.....	16
2.7. Рабочая программа воспитания с календарным планом воспитания.....	16
Список использованной литературы.....	20
Приложения.....	21

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

### **1.1. Общая характеристика программы/пояснительная записка**

Главным фактором школьной спортивной жизни является внеклассная работа. Основу её составляет организация школьной спортивной секции.

Рабочая программа по спортивно-оздоровительной направленности спортивного клуба «Мир волейбола» для обучающихся 5 – 9 классов разработана на основе:

- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича (2010г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

- «Внеурочная деятельность учащихся: волейбол» под редакцией Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов (2011г.)

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования обучающихся общеобразовательной организации с использованием двигательной активности из раздела «волейбол».

**Направленность программы:** Дополнительная общеразвивающая программа «Мир волейбола» (далее – Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность. Разработана на основе учебного пособия «Шахматы в школе» Э.Э. Уманская, Е.И. Волкова, Е.А. Прудникова (2017 год).

#### **Актуальность программы**

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой

объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

**Новизна и отличительная особенность данной программы заключается:**

игровая деятельность приучает занимающихся :

- подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели
- действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы
- постоянно следить за ходом игры, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильное решение.

#### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся 5-9 классов (11-15 лет), интересующихся игрой в волейбол, желающих заниматься спортом, развивать свои спортивные навыки, вести здоровый образ жизни.

#### **Срок освоения программы**

Срок освоения программы: 2 года.

#### **Формы обучения**

Форма обучения очная. В случае ухудшения эпидемиологической обстановки, связанной с распространением новой коронавирусной инфекции, при реализации программы могут быть использованы дистанционные образовательные технологии.

#### **Уровень программы**

Базовый

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Форма организации детей на занятиях: групповая, игровая, индивидуально-игровая, исследовательская деятельность.

Форма проведения занятий: теоретическая, практическая, тренировочная, соревновательная, комбинированная.

#### **Режим занятий**

Периодичность занятий: 1 группа – 1 час 2 раза в неделю;

2 группа - 1 час 2 раза в неделю

Продолжительность 1 академического часа с обучающимся 11-15 лет - 45 минут.