

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. КАЗАНИ
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос.Дербышки»
Советского района г. Казани

Принята на педагогическом совете
МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»

Протокол № 1 от 29.08.2025г.

Утверждаю:
Директор ЦДТ: 
(Ф.М.Гумерова)
Приказ № 39-ОД от 29.08.2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ОБЪЕДИНЕНИЯ «ВОЛЕЙБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: 4 года

Год обучения: 1
Номер группы: 1
Возраст обучающихся: 12– 15 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Ермакова Надежда Егоровна

Казань, 2025 г.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос. Дербышки»
Советского района
г. Казани

Принята на педагогическом совете МБУДО «ЦДТ пос.Дербышки»	Утверждаю: Директор ЦДТ: _____ (Ф.М.Гумерова)
Протокол № 1 от 29.08.2025 г.	Приказ № 28-ОД от 31.08.2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной программе
объединения «Волейбола»
спортивно-физкультурное направление

Год обучения: первый
Номер группы: вторая
Возраст обучающихся: 13– 14 лет

Составитель:
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ЦДТ пос. Дербышки»

Ермакова Надежда Егоровна

Казань, 2025года

Пояснительная записка

Задачи на 2025-2026 учебный год

1. развивать физические способности;
2. обучать основам техники и тактики волейбола;
3. воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

Характеристика группы и режим занятий.

Занятия проводятся согласно тематическому планированию образовательной программы 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа), что в год составляет 144 часа.

Состав обучающихся		
Количество детей	Мальчиков	Девочек
15	4	11

Планируемые результаты за учебный год

Знать: Технику безопасности при поведении занятий по волейболу. Оказание первой медицинской помощи. Историю волейбола. Правила и технику игры.

Уметь: Выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете; выполнять перемещения в стойке, остановку в два шага и прыжком; выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи; бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места; владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности для повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья; участвовать в массовых спортивных соревнованиях.

Выполнить контрольные нормативы.

**Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной программе
объединения «Волейбол»
на 2025– 2026учебный год**

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Примечание
			теория	практика	всего			
	1.09	Техника безопасности. Входная психолого-педагогическая диагностика обучающихся.	1	1	2	групповая	Беседа, опрос.Практическое занятие	
2	3.09	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	-	2	2	групповая	Практическое занятие	
3	8.09	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
4	10.09	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	-	2	2	групповая	Практическое занятие. Педагогические наблюдения	
5	15.09	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
6	17.09	ОФП. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
7	22.09	ОФП. Овладение игрой. Контрольные нормативы. РДК	-	2	2	индивидуально - групповая	Контрольное тестирование	
8	24.09	ОФП. Овладение игрой. Контрольные нормативы. РДК	-	2	2	индивидуально - групповая	Контрольное тестирование	

9	29.09	ОФП. Освоение ловли и передачи мяча. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
10	1.10	ОФП. Освоение ловли и передачи мяча. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
11	6.10	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Освоение ловли и передачи мяча.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
12	8.10	ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Освоение ловли и передачи мяча.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
13	13.10	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
14	15.10	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
15	20.10	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
16	22.10	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
17	27.10	ОФП. Освоение техники ведения мяча. Овладение игрой. РДК.	-	2	2	групповая	Практическое занятие Педагогические наблюдения	
18	29.10	История баскетбола. Правила техники игры. Освоение техники ведения мяча. Специальные упражнения на выносливость	1	1	2	групповая	Беседа, опрос. Практическое занятие	

19.	3.11	Прием, передача, подача. ОФП. Нижняя подача. Передачи сверху и снизу в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
20.	5.11	Прием, передача, подача. СФП. Нижняя подача. Прием подачи. Передачи сверху и снизу в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
21.	10.11	Прием, передача, подача. ОФП. Сведения о строении и функциях организма человека. Верхняя подача. Прием с подачи, с передачей в зону 3. Учебная игра в волейбол.	1ч.	1ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
22.	12.11	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя подача. Прием с подачи, с передачей в зону 3. Учебная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
23.	17.11	Прием, передача, подача. ОФП. Верхняя подача. Передача из зон 1,6,5 в зону 3 Прием с подачи. Учебная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
24.	19.11	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя подача. Передача из зон 1,6,5 в зону 3 Прием с подачи. Учебная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
25.	24.11	Прием, передача, подача. ОФП. Верхняя подача. Прием с подачи и передачей в зону 3. Вторая передача в зоны 2, 4. Учебная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
26.	26.11	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя подача. Прием с подачи и передачей в зону 3 вторая передача в зоны 2,4. Учебно –тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.

27.	1.12	Прием, передача, подача. ОФП. Верхняя подача. Прием с подачи и передачей в зону 3 вторая передача в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
28.	3.12	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя подача. Прием с подачи в зону 3. Вторая передача в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
29.	8.12	Прием, передача, подача. ОФП. Гигиена, врачебный контроль на занятиях волейболом. Верхняя подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	1ч.	1ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Повторить правила игры в волейбол.
30.	10.12	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданием.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
31.	15.12	Прием, передача, подача. ОФП. Верхняя прямая подача. Передачи снизу стоя спиной к цели. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданием.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Повторить правила игры в волейбол.
32	17.12	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя прямая подача. Передача с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
33.	22.12	Прием, передача, подача. ОФП. Верхняя прямая подача Передача мяча с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра в волейбол. Контрольные упражнения , тестирование.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
34.	24.12	Прием, передача, подача. СФП. Верхняя прямая подача. Передача мяча с подачи в зону 3. Учебно –		2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.

		тренировочная игра в волейбол. Промежуточная аттестация по итогам 1-го полугодия.						
35.	29.12	Прием, передача, подача. СФП. Тестирование по технике приема, передач, подачи мяча.	1ч.	1ч.	2ч.	Индивидуальная	Тестируемое, выполнение нормативов	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
36.	12.01	Прием, передача, подача. Верхняя подача. Прием с подачи и передачей в зону 3, вторая передача в зоны 2,4. Учебная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.
37.	14.01	Прием, передача, подача. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	1ч.	1ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Обсудить доклад
38.	19.01	Прием, передача, подача. Верхняя подача. Прием с подачи и передачей в зону 3, вторая в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.
39.	21.01	Нападающий удар. Блокирование. Прямой нападающий удар. Верхняя подача. Прием с подачи в зону 3, вторая в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
40.	26.01	Нападающий удар. Блокирование. Прямой нападающий удар. Верхняя подача. Прием с подачи в зону 3, вторая в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.
41.	28.01	Нападающий удар. Блокирование. Прямой нападающий удар. Верхняя подача. Прием мяча с подачи зону 3, вторая в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.

42.	2.02	Нападающий удар. Блокирование. Прямой нападающий удар. Верхняя подача. Прием с подачи в зону 3, вторая в зоны 2,4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
43.	4.02	Нападающий удар. Блокирование.Основы техники игры и техническа подготовка. Нападающий удар. Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	1ч.	1ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
44.	9.02	Нападающий удар. Блокирование. Нападающий удар. 09.- 2Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
45.	11.02	Нападающий удар. Блокирование. Нападающий удар. Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
46.	16.02	Нападающий удар. Блокирование. Нападающи удар. Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
47.	18.02	Нападающий удар. Блокирование. Нападающий удар (скидка). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
48.	25.02	Нападающий удар. Блокирование. Нападающий удар (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
49.	2.03	Нападающий удар. Блокирование. Нападающий удар (с		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать

		переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.						внимание на ошибки.
50.	4.03	Тактика игры в нападении. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Индивидуальные тактические действия в нападении. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	1ч.	1ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Разъяснение тактических действий во время игры.
51.	9.03	Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия в нападении. Подача с низу по определенным зонам. «Скидка». Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
52.	11.03	Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия в нападении. Подача с низу по определенным зонам. «Скидка». Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
53.	16.03	Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия в нападении. Подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно – тренировочная игра в волейбол.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.
54.	18.03	Тактика игры в нападении. Индивидуальные тактические действия в нападении. Подача по определенным зонам. «Скидка» на сторону соперника. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
55.	23.03	Тактика игры в нападении. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно – тренировочная игра с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.

56.	25.03	Тактика игры в нападении. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно – тренировочная игра с заданиями.	между заданиями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
57.	30.03	Тактика игры в нападении. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 4. Учебно – тренировочная игра с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.
58.	1.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	между заданиями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
59.	6.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
60.	8.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	между заданиями	2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильность исполнения заданий.
61.	13.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивидуально-групповая	Текущий контроль	Акцентировать внимание на ошибки.

62.	15.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
63.	20.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
64.	22.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
65.	27.04	Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
66.	29.04	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
67.	4.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	групповая	Текущий контроль	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
68.	6.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у здан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.

69.	11.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	межд у задан иями	2ч.	2ч.	Индивиду ально- групповая	Текущий контроль	Акцентиро вать внимание на ошибки.
70.	13.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Контрольные упражнения, тестирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивиду альная	Контроль ные задания, тесты, норматив ы.	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
71.	18.05	Организация и проведение соревнований. Аттестация по итогам учебного года. Тестирование, контрольные упражнения, техника исполнения отдельных элементов.		2ч.	2ч.	Индивиду альная	Тестирую щее вание, выполнен ие норматив ов	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
72.	20.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Контрольные упражнения, тестирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивиду альная	Контроль ные задания, тесты, норматив ы.	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
73	25.05	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Контрольные упражнения, тестирование. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.		2ч.	2ч.	Индивиду альная	Контроль ные задания, тесты, норматив ы.	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
74	27.05	Организация и проведение соревнований. Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 8-11 классов. Тестирование контрольных упражнений		2ч.	2ч.	Индивиду альная	Контроль ные задания, тесты, норматив ы.	Обратить внимание на правильнос ть исполнения заданий.
		Всего			148			

**План воспитательной работы
объединения «Спортивная лига «Волейбол», группа №1**

№	Мероприятие (форма проведения)	Дата и время проведения	Место проведения
1	Конкурс рисунков «Моя семья занимается спортом»»	08.10.2025г 13.45- 15.10	«Школа 101 – Центр образования»
2	«Истории о спортсменах Великой Отечественной войне», презентация	19.11.2025г 16.10-17.50	«Школа 101 – Центр образования»
3	"Красота спорта: Удивительные люди", беседа	06. 12.2025г 16.10 – 17.50	«Школа 101 – Центр образования»
4	Экскурсия по Спортивной комплекс «Казань Арена» и «Ракета», профориентация по видам спорта	14.01.2026г 11.00-12.00	Спортивный комплекс «Казань-Арена и «Ракета»
5	Подготовка и участие обучающихся в научно практических конференциях.	февраль 2025г	«Школа 101– Центр образования»
6	«Физическая культура как средство экологического воспитания», спортивное мероприятие.	22.03.2026г 11.00 -12.00	«Школа 101– Центр образования»
7	Легкоатлетическая эстафета «Посвященная Дню победы»	29.04.2026г 9.00 - 10.00	пос. Дербышки
8	Всемирный день здоровья «Мы выбираем здоровый образ жизни», мероприятие.	30. 05.2026г 10.00 – 11.00	Озеро «Комсомольское»