


Приложение к ООП ООО

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 134»
МАОУ «СОШ № 134»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №134»

Рассмотрено на заседании МС школы протокол № 1 от «25» 08.2021 г.	Рассмотрено на педагогическом совете протокол № 1 от «26» 08.2021 г.	«Согласовано» Заместитель директора по УВР <u>М. А. Дугина</u> «26» 08.2021 г.	«Утверждаю» Директор МАОУ «СОШ №134»  /А.М. Бухарметова приказ № 328/1-о/д от «27» 08.2021 г.
---	--	--	--

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«ВОЛЕЙБОЛ»
по направлению: Спортивно-оздоровительное
для учащихся 6-х классов
основного общего образования
на **2021/2022 учебный год**

Составитель:
Клиновицкий Валерий Григорьевич
учитель физической культуры

Срок реализации программы:
01.09.2021-31.05.2022

Барнаул, 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
3. Учебный план МАОУ «СОШ №134» на 2021 – 2022 учебный год.
4. Годовой календарный график на 2021 – 2022 учебный год.
5. Положение о рабочей программе по предмету/курсу МАОУ «СОШ №134».
7. Внеурочная деятельность учащихся. волейбол.: пособие для учителей методистов/В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011 г.

Курс рассчитан на 1 час в неделю, всего 35 ч. в соответствии с годовым календарным графиком на 2021 – 2022 учебный год.

Цель программы: обеспечить обучающихся знаниями о специальных приемах и действиях волейболистов. Содействовать укреплению здоровья детей. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся. Обеспечить разностороннее физическое развитие.

Основными задачами программы являются:

- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризации волейбола как вида спорта;
- формирование у учащихся стойкого интереса к занятиям волейболом;
- развитие физических способностей;
- формирование необходимых теоретических знаний;
- воспитание морально-волевых качеств;

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия волейболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по волейболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории волейбола;
- знать контрольные упражнения для оценки физической и технической подготовленности;
- знать упражнения для развития физических способностей;
- владеть тактико-техническими приемами волейбола, жесты судьи;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях волейболом и правила его предупреждения;
- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся
- типичные ошибки при выполнении тактических и технических действий
- владеть основами судейства игры в волейбол.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Основы знаний.

Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по волейболу.

Терминология в волейболе. Техника выполнения игровых приемов

Тактические действия в волейболе.

Правила соревнований по волейболу. Жесты судей.

Передвижения. Стойка игрока. Перемещения в стойке: вперед, назад, вправо, влево приставными шагами

Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений

Прыжки, повороты вперед, назад

Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)

Передачи мяча

Передача мяча сверху двумя руками.

Передача мяча снизу двумя руками

Подачи мяча

Нижняя подача мяча

Прием мяча

Прием мяча снизу двумя руками

Прием мяча сверху двумя руками

Приём мяча после перемещения

Тактика игры

Индивидуальные тактические действия нападения

Индивидуальные действия в защите

Двусторонняя игра 3х3, 4х4, 6х6

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры и эстафет на развитие физических качеств

Игры, развивающие физические способности

Физическая подготовка

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости

Судейская практика

Правил игры в волейбол, жестов судей, судейство игры в волейбол.

Тематическое планирование

№	Раздел	Количество часов
1	Основы знаний	3
2	Перемещения	3
3	Передача мяча	4
4	Подачи мяча	5
5	Прием мяча	8
6	Тактика игры	5
7	Подвижные игры и эстафеты	3
8	Физическая подготовка	3
9	Судейская практика	1
Итого		35

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ УРОКА	ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ	ТЕМА УРОКА	Примечание (ссылка, технологическая карта урока)
Основы знаний -3 ч.			
1\1	01.09.-04.09.	Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по волейболу	
2\2	06.09.-11.09.	Терминология в волейболе. Техника выполнения игровых приемов	
3\3	13.09.-18.09.	Правила соревнований по волейболу. Жесты судей.	
Перемещения-3 ч.			
4\1	20.09.-25.09.	Стойка игрока	
5\2	27.09.-02.10.	Перемещения в стойке приставными шагами	
6\3	04.10.-09.10.	Перемещения в стойке приставными шагами	
Передача мяча-4 ч.			
7\1	11.10.-16.10.	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	
8\2	18.10.-23.10.	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	
9\3	25.10.-29.10.	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	
10\4	08.11.-13.11.	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх	
Подачи мяча-5 ч.			
11\1	15.11.-20.11.	Нижняя прямая подача	
12\2	22.11.-27.11.	Нижняя прямая подача	
13\3	29.11.-04.12.	Нижняя прямая подача	
14\4	06.12.-11.12.	Нижняя прямая подача	
15\5	13.12.-18.12.	Нижняя прямая подача	
Прием мяча-8 ч.			
16\1	20.12.-25.12.	Прием мяча снизу двумя руками	
17\2	10.01.-15.01.	Прием мяча снизу двумя руками	
18\3	17.01.-22.01.	Прием мяча снизу двумя руками	
19\4	24.01.-29.01.	Прием мяча снизу двумя руками	
20\5	31.01.-05.02.	Прием мяча сверху двумя руками	
21\6	07.02.-12.02.	Прием мяча сверху двумя руками	
22\7	14.02.-19.02.	Прием мяча сверху двумя руками	
23\8	21.02.-26.02.	Прием мяча сверху двумя руками	
Тактика игры-5 ч.			
24\1	28.02.-05.03.	Индивидуальные тактические действия нападении в защите	
25\2	07.03.-12.03.	Индивидуальные тактические действия нападении в защите	
26\3	14.03.-19.03.	Двусторонняя игра	
27\4	21.03.-25.03.	Двусторонняя игра	

28\5	04.04.-09.04.	Двусторонняя игра	
Подвижные игры и эстафеты-3ч.			
29\1	11.04.-16.04.	Игры и эстафеты на закрепления и совершенствование технических приемов и тактических действий	
30\2	18.04.-23.04.	Игры и эстафеты на закрепления и совершенствование технических приемов и тактических действий	
31\3	15.04.-30.04.	Игры развивающие физические способности	
Физическая подготовка-3ч.			
32\1	02.05.-07.05.	Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	
33\2	09.05.-14.05.	Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	
34\3	16.05.-21.05.	Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	
Судейская практика-1 ч.			
35\1	23.05.-30.05.	Судейство игры в волейбол	