

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Тальменская средняя общеобразовательная школа №6»
Тальменского района Алтайского края

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Шапкина Е.А.
Протокол №14
от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ
"Тальменская СОШ №6"

Алексеева Н.Л..
Приказ №
от «__» __ 2024 г.

Рабочая программа по дополнительному образованию

Направление физкультурно-спортивное

(основное общее образование)

8 - 11 класс

Секция «Волейбол»

Срок реализации 1 год

Составитель:

Педагог дополнительного образования

Пьянзин Юрий Васильевич

Тальменка 2024

Пояснительная записка

Программа секции по спортивным играм (волейбол) предусматривает проведение теоретических и практических тренировочных занятий, участие в соревнованиях. начинающих обучение начальной подготовке игры в волейбол для детей 14-17 лет.

Срок реализации 1 год.

Работа спортивной секций предусматривает содействие гармоническому физическому развитию, всесторонней физической подготовке, укреплению здоровья учащихся, изучение, закрепление, совершенствование основных элементов техники тактики игры в волейбол, привитие потребности к систематическим занятиям, подготовку инструкторов и судей по волейболу. Одновременно с техническим и тактическим совершенствованием продолжается процесс разностороннего развития координационных способностей, психических процессов, воспитание нравственных и волевых качеств личности учащихся, умение взаимодействовать и понимать друг друга в группе.

Основные показатели работы спортивной секции – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в физической, технической, теоретической подготовленности.

Актуальность. Волейбол является наиболее доступным, следовательно массовым средством физического развития и укрепления здоровья, волейболом занимаются все. Эта игра пользуется популярностью у людей различного возраста, в том числе и у детей школьного возраста. Успех в поединке может принести только оптимальное решение тактической задачи, которую поставил противник или же поставлена задача ему самому. Каждый волейболист обязан эффективно действовать в нападении и защите и для чего необходимо совершенствовать умение тактически правильно действовать в наиболее важной для исхода игры игровой ситуации.

Реализация программы рассчитана на 1 год, изучаемый курс 68 часов при проведении двухчасовой тренировки 1 раз в неделю.

Цель программы:

Формирование физической культуры занимающихся и здорового образа жизни через занятия волейболом.

Задачи программы:

- расширять двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями из раздела «волейбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
- совершенствовать функциональные возможности организма;
- формировать позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия;
- формировать умения в организации и судействе спортивной игры «волейбол»

Планируемые результаты

Личностные результаты.

У учеников будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать собственную деятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Критерии оценивания

В конце каждой четверти проводится зачетное занятие, на котором учащиеся получают оценку, согласно следующих критериев:

Отметка	Показатели выполнения
«Зачет»	Двигательные действия и элементы техники волейболиста выполнены правильно, с соблюдением всех требований, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, в надлежащем ритме но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок.

«Не зачет»	Двигательные действия и элементы техники волейболиста выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.
------------	---

Учебно-тематический план

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1	Броски набивного мяча над собой и наблюдение за партнером. Определение направления и траектории полета мяча при передачах, подачах и атакующих ударах.	2
2	Броски набивного мяча через сетку одной рукой, двумя руками в ответ на обусловленные сигналы. Действия связующего игрока. Выбор места блокирующим.	2
3	Атакующие удары через низкорослых блокирующих; чередование атакующих ударов и скидок; смена направления атакующих ударов в зависимости от действия защитников.	2
4	Отработка взаимодействия игроков в зонах 2,3,4. Двусторонняя игра.	2
5	Отработка взаимодействия игроков в зонах 2,3,4. Передача мяча связующим на укороченное расстояние. Двусторонняя игра.	2
6	Отработка взаимодействия игроков в зонах 2,3,4. Передача мяча связующим по низкой траектории. Двусторонняя игра.	2
7	Отработка взаимодействия принимающего и связующего игрока. Двусторонняя игра.	2
8	Имитация отвлекающего удара игроками зон 3 и 2. варьирование длины передачи связующим по договорённости. Двусторонняя игра.	2
9	Отработка взаимодействия игроков зон 4, 5, 6 игроками зон 2 и 4. приём подачи с	2
10	Отработка взаимодействия игроков при передаче нападающему, находящемуся впереди связующего. Двусторонняя игра.	2
11	Отработка действия игроков при передаче мяча нападающему, находящемуся сзади связующего. Двусторонняя игра.	2
12	Отработка действия связующего. Равномерное распределение передач нападающим. Двусторонняя игра.	2
13	Передачи нападающим, находящимся против слабого блокирующего игрока. Двусторонняя игра.	2
14	Изменения направления передач в зависимости от качества приёма мяча и тактического плана игры. Двусторонняя игра.	2
15	Отработка взаимодействия игроков для выполнения имитирующего атакующего удара и скидки. Двусторонняя игра.	2
16	Чередование способов атакующих ударов игроками зон 2,3,4 со скидкой. Двусторонняя игра.	2
17	Приём подач с последующим их направлением связующему игроку. Двусторонняя игра.	2
18	Организация взаимодействия игроков зон 4,5,6. Приём подач с последующим их направлением связующему игроку. Двусторонняя игра.	2
19	Взаимодействия игроков при полном выключении из приёма определённого игрока	2
20	Взаимодействие игроков при атаке. Организация страховки атакующих.	2
21	Страховка игроков, выполняющих блокирование, уступом вперёд или назад.	2

22	Организация страховки при атаке, расположение игроков команды.	2
23	Отработка выхода связующего игрока к сетке из разных игровых ситуации.	2
24	Организация и отработка взаимодействия игроков нападения при постановке двойного блока.	2
25	Организация и взаимодействие игроков при постановке одинарного блока.	2
26	Взаимодействие игроков команды для развития атаки, в зависимости от различных игровых комбинации.	2
27	Групповые взаимодействия игроков в нападении защите, в зависимости от игровых ситуаций.	2
28	Двусторонняя игра. Разбор игровых ситуаций.	2
29	Двусторонняя игра. Разбор ошибок и игровых ситуаций.	2
30	Двусторонняя игра. Контроль за действиями игроков при выполнении различных игровых комбинаций.	2
31	Двусторонняя игра. Организация игровой дисциплины.	2
32	Двусторонняя игра. Контроль за действиями игроков, необходимых для успешного ведения игры.	2
33	Двусторонняя игра. Контроль за «применяемостью» технико-тактического арсенала в игровой деятельности.	2
34	Разминка. Двусторонняя игра.	2

Материально–спортивное обеспечение занятий секций «Волейбол»

1. Сетка волейбольная-1 шт.
2. Гимнастическая стенка - 12 шт.
3. Скамейки - 2 шт.
4. Гимнастические маты - 10 шт.
5. Скакалки - 4 шт.
6. Мячи набивные - 7 шт.
7. Мячи баскетбольные – 10 шт.

Методическое обеспечение программы «Волейбол»

Методическая литература

1. А.П. Матвеев, «Программы общеобразовательных учреждений «Физическая культура» 5-11 классы» -М: «Просвещение», 2008 год.
2. В.И. Лях, А.А. Зданевич»Программы для общеобразовательных учреждений «Комплексная программа 1-11 классы» -М: «Просвещение», 2008 год.
3. Р.И.Тарнопольская,Б.И.Мишин Программа Физическая культура»- М: «Просвещение»,2012г.
4. Р.И.Тарнопольская,Б.И.Мишин Учебник1,2,3,4 «Физическая культура»- М: «Просвещение»,2011,2012,2014ггг.
5. А.П.Матвеев Учебник для5,6-7, 8-9 класса «Физическая культура»- М: «Просвещение»,2011г.
6. В.И. Лях, А.А. Зданевич Учебник для 10-11 класса «Физическая культура» М:»Просвещение»,2011г.

Электронные и цифровые ресурсы

1. «Физическая культура 1-11 классы, рекомендации, разработки, материалы к урокам», Волгоград: «Учитель»,2012г.
2. «Организация спортивной работы в школе», Волгоград: «Учитель»,2010 г.
3. Презентации по спортивным играм(волейбол)