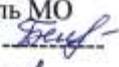
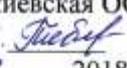


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Новокиевская основная общеобразовательная школа

«Согласовано»
Руководитель МО
Белая Г.Н. 
Протокол № 1
От «30» 08 2018г.

«Согласовано»
Заместитель директора
МКОУ «Новокиевская ООШ»
Тебенькова Л.Г. 
«30» 08 2018

«Утверждаю»
Директор МКОУ
«Новокиевская ООШ»
Морозова Л.Г. 
от «30» 08 2018г.



Дополнительная общеразвивающая
программа
«Спортивные игры: волейбол»
2018-2019 уч.г.

Программу составил
учитель физкультуры: Морозов В.В.

п. Новокиевск

2018г

Рабочая программа кружка «Спортивные игры. Волейбол» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования. Рабочая программа разработана на основе методического пособия «Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол.» Москва: «Просвещение» 2011 г.

1. Планируемые результаты освоения кружка, курса.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения кружка.

Личностные результаты:

значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
основное содержание правил соревнований по волейболу;
жесты волейбольного судьи;
игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;

Метапредметные результаты:

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; играть в волейбол с соблюдением основных правил;
демонстрировать жесты волейбольного судьи; проводить судейство по волейболу.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе занятий кружка.

Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по волейболу.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности волейбола;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в волейболе;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в настольном теннисе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по настольному теннису.

2. Содержание программы кружка

1. Обучение технике подачи мяча

Упражнения для нижней, верхней, боковой подач в парах; прыжковые упражнения; специальные упражнения; приём и передачу мяча над собой и т. д. Прыжки вверх на месте и с продвижением вперёд на двух ногах, удерживая набивной мяч на прямых руках над головой.

2. Техника нападения

Упражнения с набивным мячом: броски набивного мяча (1 кг) из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз, стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат, через сетку).

3. Техника защиты

Упражнения для перемещения игроков, имитационные упражнения с баскетбольными мячами по технике приема мяча.

Специальные упражнения в парах, тройках без сетки. Специальные упражнения в парах, тройках через сетку.

4. Тактика защиты

Упражнения для перемещения блокирующих игроков. Имитационные упражнения по технике блокирования. Имитационные упражнения с баскетбольными мячами. Упражнения по технике группового блока. Учебная игра.

5. Тактика нападения

Падение на спину, бедро – спину, набок, на голени, кувырок, на руки- грудь. Учебная игра. Акробатические упражнения. Техничко – тактические действия нападающего игрока (блок - аут). Групповые действия в нападении через игрока задней линии.

6. Игра по правилам с заданием

Групповые взаимодействия. Командные действия в нападении. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями. Специальные упражнения через сетку в паре.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Обучение технике подачи мяча	8	1	7
2	Техника нападения	3	1	2
3	Техника защиты	5	2	3
4	Тактика защиты	4	1	3
5	Тактика нападения	11	2	9
6	Игра по правилам с заданием	3		3
	Всего	34	7	27