

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Н.В.Киреева

« 29 » _____ 08 _____ 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СШ №19

_____ Дегтярева Н.А.

Приказ от 31.08.2023 № 515

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 19 имени Героя Советского Союза Ивана Петровича Мытарева
города Димитровграда Ульяновской области»

Рабочая программа спортивного объединения

«Юный волейболист»

Наименование направления: спортивно-оздоровительное

Класс: 8- 9 классов

Уровень основное общее образование

Учитель: Фролова Светлана Юрьевна

Срок реализации программы, учебный год 2023-2024 учебный год

Количество часов по плану : 68 ч.

Количество часов в неделю : 2

Планирование составлено на основе программы «Внеурочная деятельность учащихся. «Волейбол». Авторы-составители: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. Москва, «Просвещение», 2019 г.

«29 » _____ 08 _____ 2023 г _____ / _____ Фролова С.Ю. _____ /

(подпись)

(расшифровка подписи)

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

•

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

***Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий,
основных видов учебной деятельности***

Программой предусматриваются следующие **формы** проведения занятий:

- беседа;
- лекция с демонстрацией на экране видеолекций по изучаемому материалу;
- практическая работа с совместным выполнением проблемных видеоупражнений для проверки усвоения учащимися изучаемого материала;
- практическая, самостоятельная работа по выполнению упражнений;
- соревнования.

Виды внеурочной деятельности:

- игровая;
- познавательная;
- досугово-развлекательная;
- спортивно-соревновательная.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
	Вводное занятие			
	История развития волейбола.	В процессе занятий		
	Гигиена спортсмена и закаливание.			
	Места занятий, их оборудование и подготовка.			
	Техника безопасности во время занятий волейболом.			
	Ознакомление с правилами соревнований.			
Общая физическая и специальная подготовка. (27 часов)				
1	Техника безопасности во время занятий волейболом. Техника перемещения	1 ч.		
2	История развития волейбола. Техника перемещения	1 ч.		
3	Техника перемещения	1 ч.		
4	Места занятий, их оборудование и подготовка. Техника верхней и нижней передачи мяча	1 ч.		
5	Техника верхней и нижней передачи мяча	1 ч.		
6	Техника верхней и нижней передачи мяча	1 ч.		
7	Техника упражнений на выносливость	1 ч.		
8	Техника упражнений на выносливость	1 ч.		
9	Техника упражнений на выносливость	1 ч.		
10	Первая передача мяча сверху двумя руками. Комбинация из перемены в стойку	1 ч.		
11	Первая передача мяча сверху двумя руками	1 ч.		

12	Совершенствование техники средней стойки на месте вверх	1 ч.		
13	Совершенствование техники средней стойки на месте вверх	1 ч.		
14	Совершенствование техники средней стойки на месте вверх	1 ч.		
15	Техника владения мячом в движении	1 ч.		
16	Тактическая подготовка	1 ч.		
17	Групповое и одиночное блокирование	1 ч.		
18	Групповое и одиночное блокирование	1 ч.		
19	Групповое и одиночное блокирование. Совершенствование техники средней стойки на месте вверх	1 ч.		
20	Техника владения мячом.	1 ч.		
21	Техника владения мячом.	1 ч.		
22	Техника владения мячом.	1 ч.		
23	Совершенствование техники нижней прямой подачи	1 ч.		
24-25	Совершенствование техники нижней прямой подачи. Совершенствование техники перемещения и тактика подготовки	2ч.		
26-27	Совершенствование техники перемещения волейболиста. Одиночное и групповое блокирование	2ч.		
Ознакомление с отдельными элементами техники подачи и передачи мяча. (30 часов)				
28	Ознакомление с правилами игры в волейбол. Тактическая подготовка	1ч.		
29	Тактическая подготовка	1ч.		
30	Развитие выносливости. Гигиена спортсмена и закаливание	1ч.		
31	Развитие выносливости	1ч.		

32-33	Развитие выносливости	2ч.		
34-35-36-37	Командные действия в нападении и защите	4ч.		
38-39	Совершенствование техники перемещения и тактика подготовки	2ч.		
40-41	Развитие физических качеств необходимых для приёма и передачи мяча	2ч.		
42-43	Развитие физических качеств необходимых для приёма и передачи мяча	2ч.		
44-45	Совершенствование техники нападающего удара	2ч.		
46-47	Совершенствование техники нападающего удара	2ч.		
48-49	Короткая и длинная передача двумя руками	2ч.		
50-51	Техника безопасности во время занятий волейболом. Практическая подготовка	2ч.		
52-53	Практическая подготовка	2ч.		
54-55	Практическая подготовка. Тактика игры	2ч.		
56-57	Практическая подготовка. Командные игры	2ч.		
Контрольные упражнения, игры. (11 часов)				
58-59-60	Интегральная подготовка	3ч.		
61-62	Интегральная подготовка	2ч.		
63-64	Ознакомление с правилами соревнований, разминка	2ч.		
65-66	Учебно-тренировочные игры. Совершенствование техники игры в волейбол	2ч.		
67-68	Учебно-тренировочные игры	2ч.		

