

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ныртинская средняя школа»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

Принята
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 23 августа, 2023 г.

Утверждена
Директор МБОУ «Ныртинская
средняя школа»
Х.Х. Фаляхов
Приказ № 1 119/1 от 5 августа 2023 г.



Рабочая программа элективного курса
«Мир волейбола» для 7 класса
Сайфутдинова В.М.
Учителя физической культуры

Данная Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 N1897), на основе рабочей программы по физической культуре, «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 9х классов» В. И. Лях, А. А.Зданевич. - М.: Просвещение, 2013г.

МОУ Семендяевская основная общеобразовательная школа, утвержденной приказом №1193 от 25.08. 2020 года.

Содержание

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия волейболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Программа «Волейбол» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.

-принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.

-принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.

- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

Рабочая программа внеурочной деятельности поспортивно-оздоровительной направленности «Волейбол» для учащихся 7класса разработана на основе:

- требований нормативных документов Министерства образования и науки Российской Федерации,

- действующими образовательными программами по физической культуре для образовательных учреждений.

Цели и задачи

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры волейбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков; повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу.

Программа «Волейбол» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.
- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.
- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

Планируемые результаты

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.

Программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 7 класса. Рассчитана на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками. Периодичность - один раз в неделю по одному учебному часу ограниченному временем.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Календарно - тематическое планирование

№	Тема урока	Кол- во часов	Дата проведения	
1.	Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. Техника безопасности на занятиях секции волейбола	1	5.09.2023	
2.	Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	1	12.09.2023	
3.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	19.09.2023	
4.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	26.09.2023	
5.	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	1	3.10.2023	
6.	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	1	10.10.2023	
7.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	1	17.10.2023	
8.	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в	1	24.10.2023	

	направлении передачи			
9.	Передача мяча снизу двумя руками над собой	1	31.10.2023	
10.	Передача мяча снизу двумя руками в парах	1	14.11.2023	

11.	Нижняя прямая	1	21.11.2023	
12.	Верхняя прямая	1	28.11.2023	
13.	Учебная игра Волейбол	1	5.12.2023	
14.	Подача в прыжке	1	12.12.2023	
15.	Прямой нападающий удар (по ходу)	1	19.12.2023	
16.	Нападающий удар с переводом вправо (влево)	1	26.12.2023	
17.	Прием мяча снизу двумя руками	1	16.01.2024	
18.	Прием мяча сверху двумя руками	1	23.01.2024	
19.	Прием мяча, отраженного сеткой	1	30.01.2024	
20.	Совершенствование техники приема мяча.	1	6.02.2024	
21.	Учебная игра Волейбол	1	13.02.2024	
22.	Одиночное блокирование	1	20.02.2024	

23.	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)	1	27.02.2024	
24.	Страховка при блокировании	1	5.03.2024	
25.	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	1	12.03.2024	
26.	Групповые тактические действия в нападении, защите	1	19.03.2024	
27.	Учебная игра Волейбол	1	26.03.2024	
28.	Командные тактические действия в нападении, защите	1	9.04.2024	
29.	Двухсторонняя учебная игра	1	16.04.2024	
30.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	23.04.2024	
31.	Игры развивающие физические способности	1	30.04.2024	

32.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	1	14.05.2024	
33.	Судейство учебной игры в волейбол	1	21.05.2024	
34.	Игра Волейбол.	1	28.05.2024	

Список литературы:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях. А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2013.

2.Интернет- ресурс. [http: // lib.sportedu.ru/](http://lib.sportedu.ru/)

3. Интернет- ресурс. [http: // www.infosport.ru](http://www.infosport.ru)