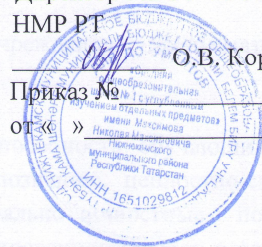


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №1 с углубленным изучением отдельных предметов» имени Максимова Н.М.

Принята на заседании
Педагогического Совета
Протокол № 1
от «6» 08 2020 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ «СОШ№1»
НМР РТ
О.В. Корытова
Приказ № _____
от « » _____ 2020 г.



**Дополнительная
Общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»**

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Срок реализации: 1 года

Автор составитель:

Калабина Евгения Станиславовна

г. Нижнекамск, 2020г.

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, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; 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.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить 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)

2. 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.

3. 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, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих 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.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	История развития волейбола. Общие основы волейбола	2 ч	2 ч	
2	Правила игры и методика судейства	2 ч	2 ч	
3	Техническая подготовка волейболистов	4 ч	2 ч	2 ч
4	Физическая подготовка	4 ч		4 ч
5	Методика тренировки волейболистов	2 ч		2 ч
Изучение техники игры в волейбол				
Техника нападения:				
6	Перемещения	2 ч		2 ч
7	Стойки	2 ч		2 ч
8	Подачи	10 ч		10 ч
9	Передачи	8 ч		8 ч
10	Нападающие удары	8 ч		8 ч
Техника защиты:				
11	Перемещения	8 ч		8 ч
12	Прием мяча	10 ч		10 ч
13	Блокирование	10 ч		10 ч
Изучение тактики игры в волейбол				
Тактика нападения:				
14	Индивидуальные действия	4 ч		4 ч
15	Групповые действия	6 ч		6 ч
16	Командные действия	6 ч		6 ч
Тактику защиты:				
17	Индивидуальные действия	14 ч		14 ч
18	Групповые действия	14 ч		14 ч
19	Командные действия	16 ч		16 ч
20	Игра по правилам с заданием	8 ч		8 ч

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол.ч асов	Дата проведения	
			План	Факт
1	История развития волейбола	1		
2	История развития волейбола	1		
3	Правила игры и методика судейства	1		
4	Правила игры и методика судейства	1		
5	Техническая подготовка волейболиста	1		
6	Техническая подготовка волейболиста	1		
7	Техническая подготовка волейболиста	1		
8	Техническая подготовка волейболиста	1		
9	Техника игры в волейбол	1		
10	Техника игры в волейбол	1		
11	Техника игры в волейбол	1		
12	Техника игры в волейбол	1		
13	Физическая подготовка	1		
14	Физическая подготовка	1		
15	Физическая подготовка	1		
16	Физическая подготовка	1		
17	Методика тренировки волейболистов	1		
18	Методика тренировки волейболистов	1		
Изучение техники игры в волейбол техника нападения				
19	Стартовые стойки	1		
20	Стартовые стойки	1		
21	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении	1		
22	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в нападении	1		
23	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в защите	1		
24	Освоение техники перемещений, стоек волейболиста в защите	1		
Обучение техники подачи мяча				
25-28	Обучение технике нижней прямой подачи	1		
26	Обучение технике нижней прямой подачи	1		
27	Обучение технике нижней прямой подачи	1		
28	Обучение технике нижней прямой подачи	1		
29	Обучение технике нижней боковой подачи	1		

30	Обучение технике нижней боковой подачи	1		
31	Обучение технике нижней боковой подачи	1		
32	Обучение технике нижней боковой подачи	1		
33	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
34	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
35	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
36	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
37	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
38	Обучение технике верхней прямой подачи	1		
39	Обучение техники верхней боковой подаче	1		
40	Обучение техники верхней боковой подаче	1		
41	Обучение техники верхней боковой подаче	1		
42	Обучение техники верхней боковой подаче	1		
43	Обучение укороченной подачи	1		
44	Обучение укороченной подачи	1		
45	Обучение укороченной подачи	1		
46	Обучение укороченной подачи	1		
47	Обучения технике верхних передач	1		
48	Обучения технике верхних передач	1		
49	Обучения технике верхних передач	1		
50	Обучения технике верхних передач	1		
51-56	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		
52	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		
53	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		
54	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		
55	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		

56	Обучения технике передач в прыжке (отбивание кулаком выше верхнего края сетки).	1		
57	Обучение технике передач снизу	1		
58	Обучение технике передач снизу	1		
59	Обучение технике передач снизу	1		
60	Обучение технике передач снизу	1		
61-70	Обучение технике нападающих ударов	1		
62	Обучение технике нападающих ударов	1		
63	Обучение технике нападающих ударов	1		
64	Обучение технике нападающих ударов	1		
65	Обучение технике нападающих ударов	1		
66	Обучение технике нападающих ударов	1		
67	Обучение технике нападающих ударов	1		
68	Обучение технике нападающих ударов	1		
69	Обучение технике нападающих ударов	1		
70	Обучение технике нападающих ударов	1		
93	Обучение индивидуальным тактическим действиям	1		
94	Обучение индивидуальным тактическим действиям	1		
Тактика защиты				
95-98	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	1		
96	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	1		
97	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	1		
98	Обучение и совершенствование индивидуальных действий	1		
99-102	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	1		
100	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	1		
101	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	1		
102	Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении первых передач на удар	1		
103	Обучения тактике нападающих ударов	1		
104	Обучения тактике нападающих ударов	1		
105	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	1		

106	Обучение индивидуальным тактическим действиям блокирующего игрока	1		
107	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
108	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
109	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
110	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
111	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
112	Обучение отвлекающим действиям при нападающем ударе	1		
113	Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями	1		
114	Обучение групповым действиям в защите внутри линии и между линиями	1		
115	Применение элементов гимнастики и акробатики в тренировке волейболистов	1		
116	Применение элементов гимнастики и акробатики в тренировке волейболистов	1		
117	Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов	1		
118	Применение элементов баскетбола в занятиях и тренировке волейболистов	1		
119	Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	1		
120	Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	1		
121	Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	1		
122	Обучения индивидуальным тактическим действиям при приеме подач	1		
123	Обучения взаимодействиям нападающего и пасующего	1		
124	Обучения взаимодействиям нападающего и пасующего	1		
125	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		
126	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		
127	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		
128	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		

129	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		
130	Обучение групповым действиям в нападении через игрока передней линии	1		
131	Обучение командным действиям в нападении	1		
132	Обучение командным действиям в нападении	1		
133	Обучение командным действиям в нападении	1		
134	Обучение командным действиям в нападении	1		
135	Обучение командным действиям в нападении	1		
136	Обучение командным действиям в нападении	1		
137	Обучение командным действиям в защите	1		
138	Обучение командным действиям в защите	1		
139	Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	1		
140	Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях	1		

Лист изменений в календарно-тематическом планировании

№ записи	Дата	Изменения, внесенные в КТП	Причина	Согласование с зам. директора по УР