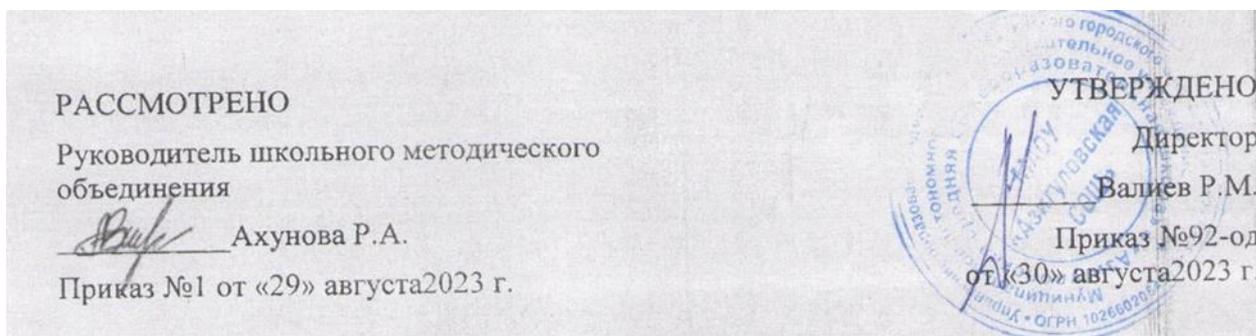


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Администрации Артинского городского округа
МАОУ "Азигуловская СОШ".



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Волейбол».
для 7-8 классов.

село Азигулово 2023

Пояснительная записка

Программа кружка «Спортивные игры» составлена на основе учебного пособия «Внеурочная деятельность: пособие для учителей и методистов» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2014, в соответствии с ФГОС ООО 2010 г. Рабочая программа составлена на 36 учебных недель (2 часа в неделю).

Программа по своему содержательному наполнению ориентируется на укрепление здоровья школьников, целью которой является:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

Основные задачи:

1. Укрепление здоровья;
2. Совершенствование физического развития;
3. Обучение основам техники и тактики игры;
4. Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
5. Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни;
6. Формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям;
7. Воспитание моральных и волевых качеств.
8. Воспитание смелости, настойчивости, дисциплинированности, чувства дружбы, коллективизма;
9. Воспитания привычки к систематическим занятиям, выносливости.

Личностные результаты

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенции с учётом региональных культурных, социальных и экономических особенностей;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся, к саморазвитию в процессе освоения учебного курса;

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;
- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи;

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

В области трудовой культуры:

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

В области эстетической культуры:

- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

В области физической культуры:

- В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);
- Владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по баскетболу, волейболу;
- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности;

Метапредметные результаты

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;

В области познавательной культуры:

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;
- Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;

В области трудовой культуры:

- Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;
- Приобретение умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать место занятий и их безопасность;

В области эстетичной культуры:

- Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;
- Понимание культуры движения человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками;

В области коммуникативной культуры:

- Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;
- Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;

В области физической культуры:

- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;

Предметные результаты

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;

В области познавательной культуры:

- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения;
- Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их цели, задач и форм организации;
- Знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями;
- Умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий;

В области трудовой культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- Умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы;

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию, телосложению и правильной осанки;
- Умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений привычных упражнений разной направленности;

В области коммуникативной культуры:

- Способность интересно и доступно излагать знание о физической культурой;
- Способность осуществлять судейство соревнований по баскетболу;

В области физической культуры:

- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей;

№ п/п	Тема занятия
1	Беседа. История возникновения игры «Волейбол». Правила игры. Техника безопасности во время занятий.
2	Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Обучающая игра.
4	Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча.
5	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).
6	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).
7	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча.
8	Развитие скоростно-силовых способностей. Обучающая игра.
9	Действия с мячом. Передачи мяча; Техника защиты.
10	Передача мяча снизу двумя руками над собой.
11	Передача мяча снизу двумя руками в парах.
12	Упражнения на развитие двигательных способностей.
13	Нижняя прямая, верхняя прямая подача в прыжке. Обучающая игра.
14	Прямой нападающий удар (по ходу). Обучающая игра.
15	Нападающий удар с переводом вправо (влево). Обучающая игра.
16	Эстафеты с мячами на развитие ловкости, силы, координации.
17	Прием мяча снизу двумя руками. Обучающая игра.
18	Прием мяча сверху двумя руками. Обучающая игра.
19	Прием мяча, отраженного сеткой. Обучающая игра.
20	Одиночное блокирование.
21	Групповое блокирование (вдвоем, втроем).
22	Учебно-тренировочная игра.
23	Страховка при блокировании.
24	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите.
25	Тактика защиты: индивидуальные действия.
26	Групповые, командные тактические действия в нападении, защите.
27	Игры с предметами.
28	Двухсторонняя учебная игра.
29	Обучающая игра.
30	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.
31	Обучающая игра.
32	Игры с предметами развивающие физические способности.
33	Обучающая игра.
34	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.
35	Учебно-тренировочная игра.

36	Судейство учебной игры в волейбол.
ИТОГО:	