

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов
№10 городского округа Тольятти

РАССМОТРЕНО:

Кафедра естественно-
научных дисциплин
Протокол № 1
от 29 августа 2016г

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
(Протокол № 1 от 30.08.16)

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБУ СОШ №10
Документ Е.А. Жилкина
Приказ № 147 от 2 09. 16г.



Спортивно-оздоровительное направление
Рабочая программа по внеурочной деятельности
«АЗЫ ВОЛЕЙБОЛА»
1 час в неделю (34 часа в год –5-8 классы)

Разработчик:

Гарипов Р.Р., Варванина М.И., Селецкая Н.С.
учитель физической культуры

Тольятти 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В рамках реализации целей и задач федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) второго поколения внеурочная деятельность учащихся должна стать неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Внеурочная деятельность школьников объединяет все виды деятельности (кроме урочной), в которых возможно и целесообразно решение задач их развития, воспитания и социализации.

На внеурочную деятельность по курсу «Азы волейбола» отводится 34 часа в год (по 1 часу в неделю), предусмотренной учебным планом.

Программа «Азы волейбола» является модифицированной по часам и содержанию. Составлена на основе программы физического воспитания «Спортивный выбор», Самара, 2008 и пособия для учителей «Волейбол», авторы Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов, М.: Просвещение, 2011.

«Внеурочная деятельность школьников», методический конструктор, Д.В.Григорьев, П.В. Степанов, М.: Просвещение, 2011.

Подвижные игры – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры с элементами спортивных игр, в частности - волейбола, являются одним из важнейшим средством при закреплении и совершенствовании технических приёмов и тактических действий. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

В учебно-тренировочном процессе по волейболу подвижные игры, соревновательно-игровые задания и эстафеты применяются для закреплении и совершенствования ранее изученных двигательных действий и закреплении их в игровой или соревновательной обстановке

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, они имеют специфические особенности присущие избранному виду спорта

Алгоритм работы с играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Цель программы:

создание условий для физического развития детей, закреплении изученного материала и совершенствования игровых и двигательных действий, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи,

решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же

- эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
-
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры и упражнения самостоятельно.

Результаты 1 уровня:

- Учащиеся приобретают знания о правилах ведения здорового образа жизни, нормах гигиены;
- Учащиеся приобретают знания о правилах техники безопасности;
- Приобретают знания об основах и правилах подвижных и спортивных игр;

Результаты 2 уровня:

- Учащиеся приобретают навыки коллективной игры;
- Умеют организовать мини-группу и контролировать ее действия;
- Чувствуют ответственность за общий результат игры;
- Умеют распределять физическую нагрузку;
- Поддерживают порядок в спортивном зале без указания учителя.

Результаты 3 уровня:

- Владеют самоорганизацией;
- Владеют навыками организации других детей для их участия в спортивной игре;
- Могут провести игру с младшими школьниками;
- Берут на себя ответственность за порядок в зале, сохранность инвентаря;
- Конструктивно взаимодействуют во время игры с участниками игры;
- Проявляют организаторские способности.

Формы контроля результативности работы:

- Собеседование;
- Соревнования;
- Спортивные игры;
- Зачет;
- Выполнение нормативов;
- Анкетирование.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

1 Раздел

Основы знаний о подвижных и спортивных играх.

1.Классификация и характеристика подвижных и спортивных игр

2.Правила безопасности на занятиях подвижными и спортивными Играм

Правила личной гигиены и распорядка.

Правила судейства.

2 Раздел

Игры с перемещением и прыжками

1.Спиной к финишу

2.Бег с кувырками

3.Эстафеты с кубиками

3 Раздел

Игры с передачами мяча

1.Мяч над головой

2.Обстрел чужого поля

3.Свеча.Передачи в движении

4-5. Не урони мяч

6-7. Поймай и передай

8-9. Догони мяч

4 Раздел

Игры с передачами мяча через сетку

1-3. Летающий мяч

4-6. Мяч в воздухе

7-9. Два мяча

5 Раздел

Игры с подачами мяча

1-2. Снайпер

3-4. Прими подачу

5-6. Сумей принять

6 Раздел

Игры с атакующим ударом и блокированием

1. Кто быстрее

2. Дружная команда

3. Ударь и попади

4. Кто точнее

5-6. Удары с прицелом

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Разделы	Кол-во часов
		Всего
1.	Введение. Основы знаний о подвижных и спортивных играх. Правила личной гигиены и распорядка. Правила судейства.	2
2.	Игры с перемещением и прыжками	3
3.	Игры с передачами мяча	9
4.	Игры с передачами мяча через сетку	9
5.	Игры с подачами мяча	6
6.	Игры с атакующим ударом и блокированием	5
	Итого:	34