

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Муромская средняя школа»
Белогорского района Республики Крым**

РАССМОТРЕНА на заседании ШМО МБОУ «Муромская СШ» Руководитель МО _____ /Мельник Н.П. Протокол № 1 от «11» 08. 2023г.	СОГЛАСОВАНО Зам директора по УВР _____/Кадырова З. И. от «11» 08. 2023г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «Муромская средняя школа» _____/Фрунзе Т.В. Приказ № 230-О от «11» 08. 2023г.
--	---	--

**Рабочая программа
Кружок «Волейбольная площадка»
для 5-11 класса**

Количество учебных недель- 18

Количество часов в неделю-2,5

Количество часов в год-34

Срок реализации- 2023-2024 г.

Составитель программы:
учитель физической культуры
Данильченко Сергей Васильевич

с. Муромское 2023 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Игра в волейбол направлена на всесторонне физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное 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;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу;
- отбор лучших учащихся для участия в соревнованиях.

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к ЗОЖ, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть, ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний, общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2,5 часа-1 в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в волейбол. Будут

сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь. май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

С и с т е м а д и а г н о с т и к и – тестирование физических и технических качеств.

Календарно-тематическое планирование занятий кружка «Волейбол».

№	Содержание	Кол-во часов	Дата	Факт.
1	Знакомство с группой. Сообщение правил техники безопасности. Закрепление приема мяча сверху. Игра.	2.5		
2	Закрепление приема и передачи мяча сверху. Закрепление нижней прямой подачи. Игра.	2.5		
3	Закрепление приема и передачи сверху. Закрепление нижней и верхней подачи мяча.	2.5		
4	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу. Игра.	2.5		
5	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу. Закрепление нападающего удара. Игра.	2.5		
6	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу, нападающего удара. Игра.	2.5		
7	Закрепление нападающего удара. Игра.	2.5		
8	Закрепление верхней и нижней подачи мяча. Игра.	2.5		
9	Закрепление нападающего удара, верхней и нижней подачи мяча. Игра.	2.5		
10	Игра.	2.5		
11	Закрепление приема и передачи мяча в парах через сетку. Игра.	2.5		
12	Закрепление приема и передачи мяча в парах через сетку, нападающий удар. Игра.	2.5		
13	Закрепление нападающего удара. Закрепление приема и передачи мяча через сетку со сменой мест. Игра.	2.5		
14	Закрепление приема и передачи мяча со сменой мест. Игра.	2.5		
15	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу. Закрепление нападающего удара. Игра.	2.5		

16	Закрепление нападающего удара, верхней и нижней подачи мяча. Игра.	2.5		
17	Нападающий удар. Игра в парах.	2.5		
18	Работа в парах через сетку, прием мяча сверху. Игра.	2.5		
19	Закрепление нижней подачи мяча в заданную зону, прием мяча снизу. Игра.	2.5		
20	Закрепление нижней и верхней подачи мяча в заданную зону, прием мяча снизу. Игра.	2.5		
21	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу. Закрепление нападающего удара. Игра.	2.5		
22	Закрепление нападающего удара, верхней и нижней подачи мяча.	2.5		
23	Закрепление нападающего удара, игра на три паса.	2.5		
24	Закрепление нападающего удара, игра на три паса. Блокировка мяча.	2.5		
25	Закрепление нападающего удара, игра на три паса. Блокировка мяча.	2.5		
26	Закрепление приема и передачи мяча сверху и снизу, нападающий удар, блокировка. Игра.	2.5		
27	Разучивание боковой подачи мяча, закрепление нападающего удара, блокировка. Игра.	2.5		
28	Закрепление нижней и верхней подачи мяча в заданную зону, прием мяча снизу. Закрепление боковой подачи. Игра.	2.5		
29	Закрепление боковой подачи мяча. Блокировка. Игра.	2.5		
30	Закрепление приема и передачи мяча снизу, передача мяча сверху, стоя спиной к сетке. Игра.	2.5		
31	Закрепление передачи мяча, стоя спиной к сетке, передача мяча в прыжке через сетку.	2.5		
32	Закрепление передачи мяча, стоя спиной к сетке, передача мяча в прыжке через сетку. Игра.	2.5		
33	Закрепление приема мяча после блокировки. Игра.	2.5		
34	Закрепление передачи мяча, стоя спиной к сетке, передача мяча в прыжке через сетку, блокировка. Игра.	2.5		
	Итого:	85		