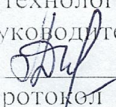
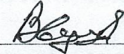


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пахареvская школа-детский сад»
Джанкойского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО учителей
эстетического цикла, здоровья
и технологии
Руководитель ШМО
 Иванова А.Д.
Протокол № 4 от 26.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
 Якушев В.П.
27.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Пахареvская школа-
детский сад»
 Тарасенко Т.И.
Приказ № 195
от 30.08.2024 г.

Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Планета волейбола»
для 5-9 классов

направление деятельности: спортивно-оздоровительное

Срок реализации: с 2024-2025 учебного года до принятия новой

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 31.05.2021г. № 287, (с изменениями).
- Региональной экспериментальной комплексной программы по физическому воспитанию (1-11 кл.), утвержденной ученым советом КРИППО протокол № 5 от 04.09.2014 г.;
- Основной общеобразовательной программы основного общего образования МБОУ «Пахареvская школа – детский сад» утвержденной приказом №175 от 31.08. 2023г.

На внеурочную деятельность «Планета волейбола» в 5 – 9 классах отводится по 1 часу в неделю в течение каждого года обучения (по 34 часа в год), всего за уровень обучения 170 часов.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска.

Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Личностные результаты.

У обучающихся будут сформированы:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа
- уважительное отношение к культуре других народов;
- умение выражать свои эмоции;
- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- уметь планировать и регулировать свои действия во время игры в волейбол;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму;

Познавательные УУД:

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;
- подбирать упражнения для разминки;
- использовать знания во время подвижных игр на досуге;
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- оформлять свои мысли в устной форме;

-слушать и понимать речь других;

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

(лидера исполнителя).

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития волейбола в мире, стране.
- Правила игры в волейбол.
- Тактические приемы в волейболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы волейболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс. 34 часа.

- Тема 1 Разучивание стойки игрока (исходные положения).
- Тема 2 Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.
- Тема 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.
- Тема 4 Двусторонняя учебная игра.
- Тема 5 Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).
- Тема 6 Эстафеты с различными способами перемещений.
- Тема 7 Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Разучивание верхней передачи мяча у стены.
- Тема 8 Разучивание передачи снизу двумя руками над собой. Игры, развивающие физические способности.
- Тема 9 Разучивание передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи.
- Тема 10 Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

6 класс. 34 часа.

- Тема 1 Закрепление стойки игрока (исходные положения).
- Тема 2 Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.
- Тема 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.
- Тема 4 Двусторонняя учебная игра.
- Тема 5 Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).
- Тема 6 Эстафеты с различными способами перемещений.
- Тема 7 Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены.
- Тема 8 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Игры, развивающие физические способности.
- Тема 9 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи.
- Тема 10 Разучивание прямого нападающего удара (по ходу). Разучивание одиночного блокирования.

7 класс. 34 часа.

- Тема 1 Совершенствование стоек игрока.
- Тема 2 Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.
- Тема 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).
- Тема 4 Двусторонняя учебная игра. Игры, развивающие физические способности.
- Тема 5 Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.
- Тема 6 Эстафеты с различными способами перемещений. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.
- Тема 7 Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены.
- Тема 8 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Игры, развивающие физические способности.

Тема 9 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите

Тема 10 Закрепление прямого нападающего удара (по ходу). Закрепление одиночного блокирования.

8 класс. 34 часа.

Тема 1 Совершенствование стоек игрока.

Тема 2 Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.

Тема 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.

Тема 4 Двусторонняя учебная игра. Игры, развивающие физические способности.

Тема 5 Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.

Тема 6 Эстафеты с различными способами перемещений. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Тема 7 Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены.

Тема 8 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Игры, развивающие физические способности.

Тема 9 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите

Тема 10 Закрепление прямого нападающего удара (по ходу). Закрепление одиночного блокирования. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите.

9 класс. 34 часа.

Тема 1 Совершенствование стоек игрока.

Тема 2 Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.

Тема 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.

Тема 4 Двусторонняя учебная игра. Игры, развивающие физические способности.

Тема 5 Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.

Тема 6 Эстафеты с различными способами перемещений. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Тема 7 Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены.

Тема 8 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Игры, развивающие физические способности. Судейство учебной игры в волейбол.

Тема 9 Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите

Тема 10 Закрепление прямого нападающего удара (по ходу). Закрепление одиночного блокирования. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите.

Виды деятельности:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение мероприятий по волейболу;
- активное использование спортивной площадки и спортивного зала ;
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми.

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- тренировка
- соревнования

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Количество часов учебных занятий	
			аудиторные	внеаудиторные
1	Перемещения	8	1	7
2	Верхняя передача	8		8
3	Нижняя передача	6		6
4	Приём мяча	4		4
5	Подвижные игры и эстафеты	8		8
6	Физическая подготовка	в процессе занятия		
	Итого часов	34	1	33

6 класс

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Количество часов учебных занятий	
			аудиторные	внеаудиторные
1	Индивидуальные тактические действия	6	1	5
2	Закрепление техники верхней передачи	8		8
3	Закрепление техники нижней передачи	6		6
4	Верхняя прямая подача	4		4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	4		4
6	Подвижные игры и эстафеты.	6		6
7	Физическая подготовка	в процессе занятия		
	Итого часов	34	1	33

7 класс

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Количество часов учебных занятий	
			аудиторные	внеаудиторные
1	Индивидуальные тактические действия	6	1	5
2	Закрепление техники верхней передачи	6		6
3	Закрепление техники нижней передачи	8		8
4	Верхняя прямая подача	4		4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	8		8
6	Подвижные игры и эстафеты.	6		6
7	Физическая подготовка	в процессе занятия		
	Итого часов	34	1	33

8 класс

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Количество часов учебных занятий	
			аудиторные	внеаудиторные
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4	1	3
2	Прямой нападающий удар	6		6
3	Совершенствование верхней прямой подачи	6		6
4	Совершенствование приёма мяча с подачи	4		4
5	Двусторонняя учебная игра	6		6
6	Одиночное блокирование	4		4
7	Страховка при блокировании	4		4
8	Физическая подготовка	в процессе занятия		
	Итого часов	34	1	33

9 класс

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Количество часов учебных занятий	
			аудиторные	внеаудиторные
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	6	1	5
2	Прямой нападающий удар	6		6
3	Верхняя, нижняя передача двумя руками назад	6		6
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4		4
5	Двусторонняя учебная игра	6		6
6	Одиночное блокирование и страховка	4		4
7	Командные тактические действия в нападении и защите	2		2
8	Физическая подготовка	в процессе занятия		
	Итого часов	34	1	33

