

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
с. Красносамарское
муниципального района Кинельский Самарской области
(ГБОУ СОШ с. Красносамарское)
Адрес: 446425, Самарская область, Кинельский район, с. Красносамарское,
ул. Советская-8, тел.: 3-63-51, e-mail: kr_sam@mail.ru

«РАССМОТРЕНО»

на заседании МО
учителей «Квант»

Руководитель МО *Мерсакова Н.С.*

Мерсакова Н.С.

протокол № 1

« 24 » 08 2018 г.

«ПРОВЕРЕНО»

Зам. директора по УВР
ГБОУ СОШ с. Красносамарское
Дьячкова Е.А.

« 24 » 08 2018 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
ГБОУ СОШ с. Красносамарское
Дементьева Е.Я.

Приказ № 24 - 02

« 24 » 08 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Волейбол»

8 класс

Направление: спортивно-оздоровительное

Программа: Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол.- Г.А. Колодницкий,
В.С.Кузнецов, Москва «Просвещение»

Составитель: Ласкин Н.А

Обсуждено
на педагогическом совете школы
протокол № 1
от « 28 » 08 2018 г.

Красносамарское, 2018

1. Результаты освоения курса

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; 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;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь 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).

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.

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, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

2.1 На изучение внеурочной деятельности в 8 классе «Волейбол» в ГБОУ СОШ с. Красносамарское в учебном плане выделяется 1 час в неделю.

1. Правила игры (2ч)

1. Разъяснение правил игры. Расстановка игроков на площадке по зонам.
2. Правила перехода игроков. Жесты судей.

2. Стойки и перемещения (5ч)

1. Обучение стойке игрока. Выполнение стоек на месте.
2. Обучение перемещению в стойке
3. Перемещения в медленном темпе. Ходьба выпадами, в полуприседе, на носках и пятках
4. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
5. Различные эстафеты, включающие бег, прыжки, кувырки, ускорения на отрезках 8 – 10 м с изменением направления.

3. Верхняя подача (3ч)

1. Верхняя подача мяча в парах поперек площадки.
2. Верхняя подача мяча из-за лицевой линии.
3. Верхняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.

4. Нижняя подача (3ч)

1. Нижняя подача мяча в парах поперек площадки.
2. Нижняя подача мяча из-за лицевой линии.
3. Нижняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.

5. Прием и передача мяча сверху двумя руками (10ч)

1. Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте.
2. Передача мяча двумя руками сверху на месте
3. Обоюдная передача мяча в парах с расстояния 3 – 5 м между партнерами
4. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения вперед, затем назад.
5. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения влево и вправо.
6. Верхняя передача мяча с изменением траектории полета.
7. Верхняя передача мяча на точность.
8. Совершенствование передачи двумя руками сверху
9. Совершенствование приема мяча сверху двумя руками

6. Прием и передача мяча снизу двумя руками (11ч)

1. Имитация передачи мяча снизу без мяча
2. Прием мяча снизу после набрасывания мяча партнером, расстояние 4-5 м
3. Прием мяча снизу после отскока от пола.
4. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.
5. Прием мяча снизу после перемещения вправо, влево.
6. Прием мяча снизу после перемещения вперед, назад.
7. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками
8. Передача мяча снизу двумя руками
9. Прием мяча отраженного сеткой.
10. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.
11. Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП

2.2. Таблица тем по классам с указанием количества часов

№	Тема	Общее количество часов
1	Правила игры	2
2	Стойки и перемещения	5
3	Верхняя подача	3
4	Нижняя подача	3
5	Прием и передача мяча сверху двумя руками	10
6	Прием и передача мяча снизу двумя руками	11
	Итого	34