

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Оренбургская область

Новоорский район

МОУ "ООШ с. Чапаевка"

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА С. ЧАПАЕВКА"
НОВООРСКОГО РАЙОНА
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

462307, ОРЕНБУРГСКАЯ ОБЛАСТЬ, НОВООРСКИЙ
РАЙОН, ЧАПАЕВКА СЕЛО, ШКОЛЬНАЯ УЛИЦА, Б*,
Л-п. Новоорск, Т-ДИРЕКТОР ШКОЛЫ, О-
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
С. ЧАПАЕВКА"" НОВООРСКОГО РАЙОНА
ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ", ОГРН=1025602617028,
СНИЛС=05009493316,
ОИД.1.2.643.100.4=5635007054, ИНН=563500709459,
E=ou290021@yandex.ru, G=Светлана Ивановна,
ZN=Полянская, SN=""МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ""ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ЧАПАЕВКА""

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Полянская С.И.

Приказ №32-д
от «30» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

для обучающихся 6, 9 классов

с. Чапаевка 2024

1. Пояснительная записка

Система физического воспитания в нашей стране имеет многолетний опыт становления и направлена на решение основных социально значимых задач: укрепление здоровья населения, физическое и двигательное развитие и воспитание высоких нравственных качеств.

Особое внимание уделяется детскому возрасту, поскольку на этом этапе развития закладывается основа дальнейшего совершенствования и формируется потенциал физических возможностей, которые могут быть реализованы в различных сферах деятельности человека.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 6, 9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, а также для реализации 3 часа физической культуры.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на основе нормативных документов к составлению программ внеурочной деятельности по ФГОС:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 01.02.2011г., регистрационный №19644) с изменениями, утвержденными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014г. №1644 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 06.02.2015 г., регистрационный №35915).
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 № 224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- Постановление от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на основе:

- «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича (2010г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

-Примерной программы по физической культуре, авторской программы Т. С. Лисицкой, Л. А. Новиковой. (2012г) Учебного пособия «Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей и методистов»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В.Маслов.- М.: Просвещение, 2011, в соответствии с ФГОС ООО 2010 г.

2. Общая характеристика курса

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемая часть всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического

развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация **волейбола** как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
4. Обучение технике и тактике игры в волейбол.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

3. Описание места курса в учебном плане

Программа курса «Спортивные игры» введена в часть учебного плана, формируемого образовательной организацией в рамках внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления, и направлена на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования. Данная программа рассчитана на учащихся 6 и 9 классов, срок реализации 1 год: 34 часа в год (1 час в неделю).

4. Личностные и метапредметные результаты освоения курса

Данная программа курса внеурочной деятельности предусматривает достижение следующих результатов:

- **личностные результаты** – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные

компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- **метапредметные результаты** – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** – освоенный учащимися 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.

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 учащимися 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.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

5. Содержание курса внеурочной деятельности

№	Учебный материал	Классы	
		6	9
Перемещения			
1	Стойка игрока (исходные положения)	3	+
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд	3	+
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	+	+
Передачи мяча			
1	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	3	С
2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)		Р
3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи		Р
4	Передача снизу двумя руками над собой	3	+
5	Передача снизу двумя руками в парах	3	+
Подачи мяча			
1	Нижняя прямая	3	
2	Верхняя прямая	Р	С
3	Подача в прыжке		Р
Нападающие (атакующие) удары			

1	Прямой нападающий удар (по ходу)	Р	З
2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)		Р
Приём мяча			
1	Приём снизу двумя руками	З	+
2	Приём сверху двумя руками	З	+
3	Приём мяча, отражённого сеткой		З
Блокирование атакующих ударов			
1	Одиночное блокирование	Р	С
2	Групповое блокирование (вдвоём, втроём)		С
3	Страховка при блокировании	Р	С
Тактические игры			
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	Р	С
2	Групповые тактические действия в нападении, защите		С
3	Командные тактические действия в нападении, защите		З
4	Двусторонняя учебная игра	+	+
Подвижные игры и эстафеты			
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий	+	+
2	Игры, развивающие физические способности	+	+
Физическая подготовка			
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	+	+
Судейская практика			
1	Судейство учебной игры в волейбол		+

6. Тематическое планирование с определением основных видов деятельности

№	Наименование разделов/ модулей, тем	Всего, час	Количество часов				Характеристика деятельности обучающихся
			6		9		
			Ауд	Внеа	Ауд	Внеа	
1.	Перемещения	8	2	6	2	6	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещения.
2.	Верхняя передача	6	2	4	2	4	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче.
3.	Нижняя передача	6	2	4	2	4	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону. Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд.
4.	Верхняя прямая подача с середины площадки	4	2	2	2	2	Передавать мяч сверху через сетку в прыжке с места и не большого разбега. Передавать и перебивать мяч через сетку, стоя спиной к ней. Передавать мяч на точность в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке.
5.	Прием мяча	3	3	0	3	0	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.
6.	Подвижные игры	7	5	2	5	2	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
7.	Физическая подготовка в процессе занятия.						
Итого:		34	16	18	16	18	

6 класс

№	Тема занятия	Дата план	Дата факт
1	Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Разучивание стойка игрока (исходные положения)		
2	Стойка игрока (исходные положения)		
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
7	Игровое занятие		
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
10	Разучивание верхняя передача мяча над собой		
11	Верхняя передача мяча над собой		
12	Верхняя передача мяча над собой		
13	Игровое занятие.		
14	Разучивание верхняя передача мяча у стены.		
15	Верхняя передача мяча в парах		
16	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.		
17	Игровое занятие.		
18	Разучивание: верхняя прямая подача с середины площадки.		
19	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
20	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
21	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
22	Игровое занятие.		
23	Нижняя передача над собой		
24	Нижняя передача над собой		

25	Нижняя передача над собой		
26	Игровое занятие		
27	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
30	Игровое занятие.		
31	Прием мяча с подачи у стены.		
32	Подача и прием мяча в парах .		
33	Подача прием мяча через сетку в парах с середины площадки		
34	Учебная игра мини-волейбол.		

9 класс

№	Тема занятия	Дата план	Дата факт
1	Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Разучивание стойка игрока (исходные положения)		
2	Стойка игрока (исходные положения)		
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
7	Игровое занятие		
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		
10	Разучивание верхняя передача мяча над собой		
11	Верхняя передача мяча над собой		
12	Верхняя передача мяча над собой		
13	Игровое занятие.		
14	Разучивание верхняя передача мяча у стены.		
15	Верхняя передача мяча в парах		
16	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.		
17	Игровое занятие.		
18	Разучивание: верхняя прямая подача с середины площадки.		
19	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
20	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
21	Верхняя прямая подача с середины площадки.		
22	Игровое занятие.		
23	Нижняя передача над собой		
24	Нижняя передача над собой		

25	Нижняя передача над собой		
26	Игровое занятие		
27	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах		
30	Игровое занятие.		
31	Прием мяча с подачи у стены.		
32	Подача и прием мяча в парах .		
33	Подача прием мяча через сетку в парах с середины площадки		
34	Учебная игра мини-волейбол.		

7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Список литературы:

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002
4. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976.
5. Журнал «Физкультура в школе» №7,8,9. 2003.
6. Журнал «Физкультура в школе» №3. 2006.
7. Журнал «Физкультура в школе» №5,8,11.2007.
8. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991.
9. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие – Нижневартовск, 2001
10. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2010.
11. Эйнгорн А. Н. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.
12. «Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения», Москва «Просвещение» 2011

Для реализации данной программы в школе имеется и может и может быть использовано:

1. Спортивный зал.
2. Волейбольная сетка.
3. Волейбольные мячи 5 штук.

4. Набивные мячи 5 штук.

Кроме этого имеется дидактико-методическое оснащение:

1. Методические пособия по волейболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок.
Правила соревнований.
2. Инструкции по технике безопасности.
3. Нормативные документы по основному и дополнительному образованию.

8. Планируемые результаты изучения курса

ЛИЧНОСТНЫЕ.

Первый уровень: усвоение школьником социально значимых знаний. Это в первую очередь знание норм и традиций того общества, в котором он живёт. Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране.

Второй уровень: развитие социально значимых отношений. Формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом. Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду. Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий
Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

ПРЕДМЕТНЫЕ

Иметь представление об истории развития волейбола в России;

О правилах личной гигиены, профилактики травматизма

Технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Играть в волейбол по упрощённым правилам.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

Учащиеся научатся:

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя

Понимать цель выполняемых действий

Различать подвижные и спортивные игры

Учащиеся получают возможность научиться:

Принимать решения, связанные с игровыми действиями;

Взаимодействовать друг с другом на площадке

Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.