

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Прибрежная основная общеобразовательная школа
Новооскольского района Белгородской области»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

МБОУ «Прибрежная ООШ»

 Терехова О.И.

«31» 08. _2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МБОУ «Прибрежная ООШ»

 Кузовкова И.И.

Приказ №103 от «31» 08 2023 г.



Рабочая программа кружка
«Волейбол»

Направленность:
Физкультурно-спортивная.
Срок реализации:
1 год.
Учитель:
Попов Виктор Петрович

Пояснительная записка

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

Наиболее ярко соответствие занятий волейболом возрастной физиологии и психологии воспитанников проявляется при освоении ими техники упражнений. В процессе обучения ребенок воспринимает информацию – основную и дополнительную, решает определенные задачи, контролирует качество исполнения, вносит коррективы, осмысливает выразительные средства. Особая роль педагога состоит в правильном выборе методов и приемов обучения, которые должны соответствовать предыдущему опыту учащегося, его знаниям и умениям. Ввиду неравномерности биологического развития ребенка, к нему необходим индивидуальный подход, который и обуславливает **задачи программы:**

- способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья воспитанника;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор и своевременную спортивную подготовку одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов.

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей. В связи с этим задача развития этих способностей считается такой же важной, как и задача обучения. В зависимости от условий своей

деятельности педагог сможет сам подобрать упражнения и игры, которые бы помогали учащимся овладеть техническими приёмами и выполнять их на большой скорости.

Важное место в программе отводится воспитательной работе с детьми. На протяжении всего года обучения педагог формирует у занимающихся нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие). Кроме воспитания у учеников понятия об общечеловеческих ценностях, серьёзное внимание уделяется этике спортивной борьбы на волейбольной площадке и вне её. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещённым приёмам и действиям в волейболе (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей).

Программа построена на принципах:

- целостности процесса обучения предполагающего интеграция основного и дополнительного образования;
- культуросообразности (приобщение обучающихся к современной мировой физической культуре и их ориентация на общечеловеческие культурные ценности);
- сотрудничества и ответственности;
- сознательного усвоения обучающимися учебного материала;
- последовательности и систематичности (предполагает в работе объединения создание такой системы, в которой органически связаны в единое целое все звенья и элементы системы, которая обеспечивает постепенное наращивание сложности в процессе обучения воспитанников, привития им определённых умений и навыков);
- непрерывности и наглядности;

В процессе обучения используются **следующие методы:**

- объяснительно-иллюстративный (используется при объяснении нового материала);

- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);
- исследовательский (заключается в том, что каждый обучаемый, самостоятельно изучает с помощью технических средств учебный материал);
- соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);
- игровой (использование упражнений в игровой форме);

Программа предусматривает следующие **формы учебной деятельности учащихся:**

- **Фронтальная** (фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всей группе учеников);
- **Индивидуальная** (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу учащихся);
- **Групповая** (в ходе групповой работы учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности);

Процесс обучения предусматривает следующие **виды контроля:**

- **вводный**, который проводится на первых занятиях, в начале изучения отдельных тем или разделов программы.
- **текущий**, проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме;
- **итоговый**, проводимый после завершения всей учебной программы.

Оценка результатов Для определения уровня овладения навыками и умениями, предлагаю следующие формы: собеседование и соревнования.

Продолжительность программы: данная программа рассчитана на один год обучения . Объем программы 72 часа, распределяются следующим образом: - год обучения –72 часа.

Прогнозируемый результат обучения

После изучения данной программы, обучающиеся должны приобрести следующие знания, умения и навыки:

Знать:

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказание до врачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры;
- историческое развитие физической культуры в России, особенности развития избранного вида спорта.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиции;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения

- эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Учебно-тематический план.

№	Раздел	Кол-во Часов
1	Инструктаж по ТБ, гигиена.	1, перед каждым занятием
2	Стойка. Перемещения в стойке	1
3	Способы перемещения	3
4	Передача мяча сверху двумя руками	12
5	Прием мяча снизу двумя руками	12
6	Нижняя прямая подача	8
7	Верхняя прямая подача	8
8	Выбор способа приёма мяча	5
9	Нижняя боковая подача	8
10	Падения и перекаты	2
11	Чередование способов приёма и подач	12
12	Общая и специальная физическая подготовка	в течении занятия
13	Учебная игра	вторая половина занятия
	Итого	72

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
« Прибрежная основная общеобразовательная школа
Новооскольского района Белгородской области»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
МБОУ Прибрежная ООШ

_____ Терехова О.И.

« ___ » _____ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ Прибрежная ООШ

_____ Кузовкова И.И.

Приказ № ___ от « ___ » _____ 2023 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ
детского объединения
«Волейбол».

Направленность:
Физкультурно-спортивная.
Срок реализации:
1 год.

п.Прибрежный 2023

Учебно-тематический план работы.

№ п/п	Тема	Планиру емые сроки	Факти ческие сроки	Обучающийся должен	
				знать	уметь
1	Инструктаж по Т.Б. Гигиена спортсмена. Правила соревнований. Игра			технику бега боком вперед, спиной вперед, приёма и передачи мяча на месте,	выполнять изучаемые упражнения
2	Прием мяча снизу, передача сверху. Игра			технику передач двумя руками, одной рукой,	выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете
3	Прием и передача мяча сверху. Игра			технику передач одной рукой сверху	выполнять передачи одной и двумя руками
4	Нижняя прямая подача. Прием снизу. Игра			технику передач двумя руками снизу	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре
5	Передача мяча в парах сверху. Учебная игра			технику передачи мяча	выполнять перемещение с заданием применять изучаемые приемы в учебной игре
6	Передача мяча в парах снизу. Учебная игра			технику передачи мяча	выполнять перемещение, передачи, применять изучаемые приемы в учебной игре
7	Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра.			технику передачи мяча	выполнять перемещение ,применять изучаемые приемы
8	Боковая подача. Прием подачи. Учебная игра			технику передачи мяча	применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке

9	Физическая культура и спорт в России. Стойка игрока. Учебная игра.			технику передач двумя руками, одной рукой	применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
10	Ходьба, бег. Передача мяча сверху, двумя руками вверх, вперед, над собой. Учебная игра.			технику передач одной рукой сверху	; учебная игра
11	Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебная игра			технику приёма мяча сверху	; применять изучаемые приемы в учебной игре
12	Прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра			технику приёма мяча снизу	; применять изучаемые приемы в учебной игре
13	Отбивание мяча через сетку стоя и в прыжке. Учебная игра			Технику отбивание мяча	применять изучаемые приемы в учебной игре
14	Остановка шагом, прыжком, скачок. Передача сверху двумя руками с выпадом в сторону. Учебная игра.			технику передач двумя руками сверху	; применять изучаемые приемы в учебной игре
15	Сочетание способов перемещения. Нижняя боковая подача. Учебная игра.			технику передач одной рукой	применять изучаемые приемы в учебной игре
16	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра			технику отвлекающих действий на передачу	применять изучаемые приемы в учебной игре
17	Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра			технику отвлекающих действий на передачу	применять изучаемые приемы в учебной игре
18	Падение и перекаты после падения. Прием мяча сверху			технику отвлекающих действий на удар	применять изучаемые приемы в учебной игре

	двумя руками с падением в сторону. Учебная игра				
19	Падение и перекаты после падения. Прием мяча сверху двумя руками с падением в сторону. Учебная игра			технику отвлекающих действий на удар	применять изучаемые приемы в учебной игре
20	Верхняя прямая подача. Учебная игра			технику приёма мяча снизу	выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат
21	Верхняя прямая подача. Учебная игра			технику приёма мяча снизу	выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат
22	Сочетание способов перемещений , прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра.			технику приёма мяча снизу	выполнять изучаемые приемы,
23	Сочетание способов перемещений , прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра.			технику приёма мяча снизу	выполнять изучаемый прием,
24	Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять изучаемый прием - в Учебная игра
25	Прием снизу двумя руками с падением. Одиночное блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
26	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Групповое			выполнять на результат	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками,

	блокирование. Учебная игра.				применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
27	Выбор места для выполнения второй передачи. Нападающий удар с переводом. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
28	Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.
29	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.
30	Выбор места для выполнения второй передачи. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра
31	Передача мяча одной рукой сверху стоя на площадке. Планирующая подача. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра
32	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Нападающий удар с задней линии. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра учебная игра
33	Прием одной рукой с падением. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.

34	Чередование способов подачи. Взаимодействие игроков передней линии. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.
35	Чередование способов нападающего удара. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра
36	Выбор места для выполнения удара. Групповое блокирование. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.
37	Чередование способов приема мяча. Подача мяча на игрока, слабо владеющего приемом Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра
38	Взаимодействие игроков задней линии. Учебная игра.			выполнить на результат	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
39	Выбор места для выполнения подачи. Имитация второй передачи. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
40	Выбор способов отбивания мяча через сетку. Чередование подач на силу. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.
41	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра Учебная игра.

42	Прием мяча снизу двумя руками. Нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра			технику изучаемых приемов	«выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
43	Прием мяча сверху двумя руками. Нападающий удар слабой рукой. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Учебная игра
44	Чередование способов приема мяча. Одиночное блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
45	Чередование способов передачи мяча. Групповое блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	учебная игра
46	Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Взаимодействие игроков передней и задней линии. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
47	Выбор способа приема мяча от нападающего удара. Страховка. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Учебная игра
48	Выбор места при приеме подачи. Учебная игра			технику изучаемых приемов	Учебная игра. ОФП.
49	Выбор способа приема мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Учебная игра.
50	Чередование способов передачи мяча. Выбор места при блокировании. Учебная игра			выполнить на результат	Бег челночным способом, бег на 22 м.с максимальной скоростью;
51	Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Учебная игра

52	Передача мяча сверху после перемещения. Выбор места при страховке партнера. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
53	Передача мяча снизу после перемещения. Зонное блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
54	Передача мяча снизу после перемещения. Зонное блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
55	Имитация второй передачи, обман. Учебная игра				Учебная игра
56	Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Учебная игра
57	Прием мяча снизу одной рукой. Чередование способов нападающего удара. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
58	Передача мяча одной рукой сверху. Нападающий удар с переводом вправо. Учебная игра.			выполнить на результат	Сдача нормативов. Учебная игра
59	Передачи мяча, различные по высоте. Нападающий удар после остановки. Учебная игра.			технику технических приемов	Учебная игра
60	Передачи мяча, различные по расстоянию. Нападающий удар после прыжка места. Учебная игра			технику изучаемых приемов	Технические приемы. Учебная игра

61	Чередование способов подачи. Учебная игра			технику изучаемых приемов	Учебная игра
62	Прием мяча снизу двумя руками от сетки, Одиночное блокирование. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
63	Падения и перекаты. Передача мяча одной рукой сверху. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
64	Передача мяча двумя руками сверху в прыжке. Прямой нападающий удар. Учебная игра			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
65	Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
66	Чередование способов передачи мяча. Чередование способов нападающего удара. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Технические приемы. Учебная игра
67	Чередование способов подачи. Имитация второй передачи и обман. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
68	Чередование способов подачи. Имитация второй передачи и обман. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
69	Имитация передачи в прыжке. Взаимодействие игроков передней линии. Учебная игра.			технику изучаемых приемов	Технические приемы. Учебная игра

70	Взаимодействие игроков задней линии. Учебная игра				выполнять перемещение с заданием, передачи двумя руками, применять изучаемые приемы в игре. Учебная игра
71	Выбор способов отбивания мяча через сетку			технику изучаемых приемов	Технические приемы. Учебная игра
72	Закрепление пройденного материала			технику изучаемых приемов	Учебная игра.