

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 61
(МАОУ СОШ № 61)

Рассмотрена и одобрена
на заседании
Педагогического совета
протокол от «30» «августа» 2023г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Врио директора МАОУ СОШ №61
_____ Гуськова Т.И.
Введено в действие приказом
от «31» августа 2023г. № 43 -д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры. Волейбол»

для _____ 7 _____ класс(а)ов

Учитель (группа учителей):
_____ учителя физической культуры

2023г.
г. Узловая

Пояснительная записка.

Программа разработана в соответствии с федеральной образовательной программой и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рекомендаций Примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на физическое, но и на нравственное развитие ребенка.

Внедрение курса внеурочной деятельности «Спортивные игры. Волейбол» обусловлено необходимостью вовлечения обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, привитию здорового образа жизни, повышению двигательной активности, развитию новых видов спорта, включенных в Единую Всероссийскую классификацию видов спорта, формированию спортивного резерва и роста спортивных достижений.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Рабочая программа курса рассчитана – 34 учебных часа в год из расчета 1 час в неделю.

Срок реализации программы – 1 год.

Возраст детей: программа составлена для обучающихся 7 классов.

Формы и режим внеурочного занятия: групповые занятия, ведущий вид деятельности – игра, длительность занятия – 45 минут.

Цель курса

- Создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение подвижным играм.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивные игры. Волейбол».

Личностные результаты

Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

Патриотического воспитания:

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга.

Духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач

Метапредметные результаты

отражают:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению; распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения; учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей; оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
выявлять и анализировать причины эмоций;
ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
признавать свое право на ошибку и такое же право другого;
принимать себя и других, не осуждая;
открытость себе и другим;
осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

- 1) приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача;
- 2) приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности;
- 3) передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности;
- 4) прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры. Волейбол» с указанием форм организации.

Содержание курса деятельности	внеурочной	Форма организации
Обучение технике подачи мяча		Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, просмотры волейбольных матчей, конкурсы, соревнования.
Техника нападения		Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, просмотры волейбольных матчей, конкурсы, соревнования.
Техника защиты		Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, просмотры волейбольных матчей, конкурсы, соревнования.
Тактика защиты		Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, просмотры волейбольных матчей, конкурсы, соревнования.
Тактика нападения		Учебно-тренировочные занятия, игры, беседы, просмотры волейбольных матчей, конкурсы, соревнования.
Игра по правилам с заданием		Игра

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортивные игры. Волейбол».

№ п/п	Тема	возможность использования Э(Ц)ОРов
1.	Обучение технике подачи мяча (8 часов)	https://resh.edu.ru/subject/9/5/
2.	Техника нападения (3 часов)	
3.	Техника защиты (5 часов)	
4.	Тактика защиты (4 часа)	
5.	Тактика нападения (11 часов)	
6.	Игра по правилам с заданием (3 часа)	

Поурочное планирование курса внеурочной деятельности «Спортивные игры. Волейбол».

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Правила техника безопасности на занятиях волейбол. Нижняя прямая подача.	1
2.	Нижняя боковая подача.	1
3.	Верхняя прямая подача	1
4.	Подача с вращением мяча.	1
5.	Подача с вращением мяча. Учебная игра.	1
6.	Подача в прыжке.	1
7.	Подача в прыжке. Учебная игра.	1
8.	Верхняя передача мяча	1
9.	Передача в прыжке.	1
10.	Нападающий удар.	1
11.	Нападающий удар. Учебная игра.	1

12.	Приемы мяча.	1
13.	Прием мяча с падением.	1
14.	Прием мяча с падением. Учебная игра	1
15.	Блокирование одиночное	1
16.	Блокирование групповое	1
17.	Групповые действия в защите внутри линии и между линиями.	1
18.	Элементы гимнастики и акробатики в занятиях волейболиста.	1
19.	Элементы баскетбола в занятиях волейболистов.	1
20.	Индивидуальные тактические действия при приеме подач.	1
21.	Индивидуальные и групповые действия нападения.	1
22.	Индивидуальная тактика подач.	1
23.	Индивидуальная тактика передач мяча.	1
24.	Индивидуальная тактика приёма мяча.	1
25.	Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар. 1	1
26.	Индивидуальные тактические действия при выполнении первых передач на удар. Учебная игра.	1
27.	Тактика нападающего удара.	1
28.	Индивидуальные тактические действия блокирующего игрока.	1
29.	Отвлекающие действия при нападающем ударе.	1
30.	Отвлекающие действия при нападающем ударе. Учебная игра.	1
31.	Взаимодействия нападающего и пасующего	1
32.	Групповые действия в нападении через игрока передней линии.	1
33.	Командные действия в защите	1
34.	Учебная игра.	1