

Приложение № 23 к основной
общеобразовательной программе
- образовательной программе
начального общего образования
МБОУ СОШ №13

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
(направление спортивно – оздоровительное
для 1- 4 классов)**

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по спортивной секции «Спортивные игры. Волейбол» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы развития спортивно-оздоровительных способностей учащихся Г. А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова. Внеурочная деятельность учащихся «Волейбол».

Волейбол- один из самых игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся образовательных учреждений. Он включен в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе - это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия. Своей эмоциональностью игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Цель курса: формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие физических качеств, овладение техническими и тактическими навыками игры в волейбол, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи курса:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Программа разработана на основе следующих принципов:

- 1) Обучения
- 2) Спортивной-тренировки
- 3) Наглядности
- 4) Сознательности и активности
- 5) Систематичности
- 6) Доступности
- 7) Прочности

2. Характеристика курса

Программа курса по волейболу включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в волейбол. В практической части углубленно изучаются технические приемы и тактические комбинации.

Программа данного курса представляет систему **спортивно-оздоровительных занятий** для учащихся 1,2,3,4 классов и реализуется в

рамках «Внеурочной деятельности» в соответствии с образовательным планом.

В процессе изучения курса у учащихся развиваются следующие **личностные качества**: дисциплинированность, коллективизм, силу воли, выносливость, целеустремленность, решительность, организованность, самоконтроль за психофизиологическим состоянием организма, проявляется интерес к физической культуре и спорту.

Актуальность выбора определена следующими факторами:

На основе диагностических фактов выявлено, что у учащихся слабо развиты память, устойчивость и концентрация внимания, быстрота реакции, скорость движения, ориентировка в пространстве, слабое физическое здоровье. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц, развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

Формы проведения занятий

подвижные игры

игры с элементами волейбола

соревнование

эстафеты

игровые упражнения

однаправленные занятия

комбинированные занятия

работа в парах, группах

индивидуальная работа

контрольные занятия (разбор ошибок)

Итоговые занятия планируется проводить в форме соревнований.

Методы

словесные (рассказ учителя. инструктаж, беседа. обсуждение)

наглядные

метод расчлененного упражнения

метод целостного упражнения

метод строго-регламентированного упражнения

метод частично-регламентированного упражнения

повторный метод

метод активизации

игровой

соревновательный

круговой

3. Описание места курса в учебном плане

Программа рассчитана на 34 часа - 1ч в неделю для первого года обучения, для второго, третьего и четвертого года обучения. Продолжительность занятия 40 мин. Занятия проводятся на пришкольной площадке и в спортивном зале.

Программа курса предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на три года обучения и предлагает последовательный переход от результатов первого уровня к результатам второго уровня и имеет возрастную привязку:

1-й уровень группа начальной подготовки первого года обучения (7-8 лет),
и группа начальной подготовки второго года обучения (8-9 лет),

2-й уровень группа начальной подготовки третьего и четвертого года обучения (9-11 лет).

4. Описание ценностных ориентиров содержания курса

- **Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.
- **Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
- **Ценность добра**– направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
- **Ценность труда** и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- **Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.
- **Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
- **Ценность гражданственности**– осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

- **Ценность патриотизма**– одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
- **Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета, курса;

Результатом занятий в секции являются результаты второго уровня: получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, культура, здоровья), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Позитивное отношение школьника к самому знанию как общественной ценности будет вырабатываться у него тогда, когда знание станет объектом эмоционального переживания. Этому способствуют следующие формы проведения занятий: обсуждения в группах, подвижные игры, самостоятельная организация и проведения занятий, соревнования. Знание и умение их использовать становятся высшей ценностью участие учеников в школьных и городских соревнованиях по физической культуре, дистанционных конкурсах о ЗОЖ.

В результате изучения данного курса обучающиеся первого и второго года обучения получают возможность формирования Личностных результатов:

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;

- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

Владеть

- Применять полученные знания в игре.
- Контролировать свое самочувствие.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и пути её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития волейбола.

Предметные результаты

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;

- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате изучения данного курса обучающиеся третьего года обучения получают возможность формирования Личностных результатов:

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

Владеть

- Понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре.
- Начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного курса.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и путей её достижения.

- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития волейбола.
- Играть в пионербол, (волейбол) с соблюдением основных правил.
- Демонстрировать жесты волейбольного судьи.

Предметные результаты

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Излагать факты истории развития волейбола, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

6. Содержание курса

В основе построения курса лежит принцип сохранения и укрепления здоровья учащихся.

В группах начальной подготовки (7 - 11 лет) закладывается база для дальнейшего роста: развитие быстроты, ловкости, гибкости, владение основными двигательными навыками, основы технической подготовки; индивидуальная тактическая подготовка и начало действий в парах, тройках. Особенность данной группы детей такова, что они не могут долго находиться без движения, слушать, выполнять одно и то же действие, поэтому беседы, упражнения, нагрузки здесь носят кратковременный характер с частыми, но незначительными интервалами отдыха. Здесь приемлемы следующие методы организации учебно-тренировочного процесса: соревновательный, игровой, повторный. Очень важно в этот период, чтобы дети находились как можно больше с мячом, не только при работе в технической подготовке, но и в разминке, в физической подготовке, в игре, что вызывает больший интерес учащихся к занятиям. В силу физиологических особенностей дети в этом возрасте не обладают отчетливыми мышечно-двигательными ощущениями, поэтому на первом этапе обучения основными методами являются: рассказ, простейшие объяснения (словесный метод), показ какого-либо технического приема или действия (наглядный метод). Основными формами подготовки в этом возрасте являются спортивные и подвижные игры, пионербол с элементами волейбола, соревнования, эстафеты, физические упражнения с элементами гимнастики, акробатики, легкой атлетики.

Первый год обучения учащиеся должны иметь представления о всех элементах в волейболе, изучить основные способы перемещений в волейболе, рациональные исходные положения для выполнения приемов игры в волейбол, разучить передачу мяча сверху двумя руками, прием мяча снизу двумя руками, освоить игры подготовительные к волейболу.

Второй год обучения продолжается обучение перемещением и стойкам, обращается внимание на скорость перемещения различными способами, закрепляется навык передачи мяча сверху двумя руками и приему мяча снизу двумя руками, начинается обучение прямому нападающему удару, нижней и верхней прямой подаче.

Третий год обучения продолжается обучение технико-тактическим действиям спортивной игры волейбол, разучивается одиночное блокирование, двухсторонняя игра

На каждом занятии проводится *коллективное обсуждение* решения задачи определенного вида. На этом этапе у детей формируется такое важное качество, как осознание собственных действий, самоконтроль, возможность дать отчет в выполняемых шагах при решении задач любой трудности.

В курсе используются физические упражнения разной сложности, поэтому слабые дети, участвуя в занятиях, могут почувствовать уверенность в своих силах (для таких учащихся подбираются индивидуальные упражнения). Ребенок на этих занятиях сам оценивает свои успехи. Это

создает особый положительный эмоциональный фон: раскованность, интерес к занятиям физической культуре и спорту. Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой. В системе заданий реализован принцип «спирали», то есть возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

Развитие восприятия. Развитие реакции на слуховые и зрительные сигналы, умение ориентироваться в пространстве. Развитие восприятия времени, речи, формы, цвета, движения. Тренировочные упражнения и подвижные игры по развитию восприятия и наблюдательности.

Развитие памяти. Диагностика памяти. Развитие зрительной, слуховой, образной, смысловой памяти. Тренировочные упражнения по развитию точности и быстроты запоминания, увеличению объема памяти, качества воспроизведения материала.

Развитие внимания. Диагностика произвольного внимания. Тренировочные упражнения на развитие способности переключать, распределять внимание, увеличение объема устойчивости, концентрации внимания.

Развитие мышления

Формирование основных мыслительных операций: анализа, сравнения, классификации, обобщения, умения выделять главное и существенное на основе физических упражнений, в игровых и соревновательных ситуациях.

Развитие основных физических качеств. В основе развития физических способностей лежит ОФП, которая является важным условием успешного освоения технических приемов и тактических действий. ОФП включает в себя: скоростные способности, скоростно-силовые, координационные способности, выносливость и гибкость.

Укрепление и сохранение здоровья. Укрепление опорно-двигательного аппарата, содействие правильному разностороннему физическому развитию, развитие быстроты, ловкости, гибкости, красоты тела и выразительности движений.

7. Тематическое планирование

Группа начальной подготовки первого года обучения – (7 – 8 лет).

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Теория	Практика	Виды деятельности
1.	1	История развития волейбола. Техника безопасности.	20мин .	20мин.	познавательная

		Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку. ОРУ, подвижные игры.				
2.	1	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку. ОРУ, стойка волейболиста СБУ, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
3.	1	Медленный бег, разновидность бега ОРУ в парах, передвижения, верхняя передача мяча.	10мин	30мин	Спортивно-оздоровительная	
4.	1	Разновидность прыжков. ОРУ Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
5.	1	Медленный бег, разновидность бега. Нижняя передача мяча. П/и «Мяч через сетку».		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
6.	1	ОРУ в парах, маховые движения рук. П/и «Перекинь мяч».		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
7.	1	Медленный бег. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении. Эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
8.	1	Прыжок с двух ног с места, с3-х, 6 беговых шагов. Элементы спортивных игр.	10мин	30мин.	Спортивно-оздоровительная	
9.	1	Элементы волейбола верхняя, нижняя передача.	10мин	30 мин.	Спортивно-оздоровительная	

					я
10.	1	Элементы волейбола нижняя подача мяча.	10мин .	30мин.	Спортивно-оздоровительная
11.	1	Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
12.	1	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Одиночное блокирование.	10мин .	30мин.	Спортивно-оздоровительная
13.	1	Сочетание одиночного и группового блокирования. Подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
14.	1	Упр. На осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
15.	1	Прыжок с двух ног с места, 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
16.	1	Групповые упражнения. Элементы спортивных игр.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
17.	1	Игровые взаимодействия. СБУ.	10мин .	30мин.	Спортивно-оздоровительная
18.	1	Упр. с мячом в парах через сетку.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
19.	1	Сочетание способов перемещений. Подвижные игры.		40мин.	игровая

20.	1	Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Подвижные игры.	10мин	30мин.	Спортивно-оздоровительная
21.	1	ОФП. Взаимодействие игроков задней линии. Элементы спортивных игр.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
22.	1	Взаимодействие игроков передней линии. Подвижная игра.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
23.	1	Подача мяча двумя руками из –за головы. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
24.	1	Подача мяча одной рукой из-за головы. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
25.	1	ОФП. Подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
26.	1	Медленный бег. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
27.	1	Гимнастические упражнения, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
28.	1	ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
29.	1	Повороты, стойка, перемещения игрока.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
30.	1	Медленный бег СБУ. Верхняя и нижняя передача мяча.		40мин.	Спортивно-оздоровительная

		Пионербол.			я	
31.	1	ОРУ. Способы отбивания мяча о стену. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительна я	
32.	1	ОФП. Подача мяча разными способами. Подвижные игры.	10мин	30мин.	Спортивно-оздоровительна я	
33.	1	СБУ. Подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительна я	
34.	1	Подвижные игры с элементами волейбола. Соревнования.		40мин.	Игровая	

Учебно-тематический план

Группа начальной подготовки второго года обучения (8-9 лет).

№ п/ п	Кол-во часов	Тема занятия	Теория	Практик а	Вид деятельности
1	1	История развития волейбола. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку. ОРУ, подвижные игры.	10мин.	30мин.	познавательная
2	1	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку. ОРУ, стойка волейболиста СБУ, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
3	1	Медленный бег, разновидность бега ОРУ в парах, передвижения, верхняя передача мяча.	10мин.	30мин	Спортивно-оздоровительная
4	1	Разновидность прыжков. ОРУ Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин	Спортивно-оздоровительная
5	1	Медленный бег, разновидность бега. Нижняя передача мяча. П/и «Мяч через сетку».		40мин	Спортивно-оздоровительная
6	1	ОРУ в парах, маховые движения рук. П/и «Перекинь мяч».		40мин.	Спортивно-оздоровительная
7	1	Медленный бег. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении. Эстафеты с элементами волейбола.		40мин	Спортивно-оздоровительная
8	1	Прыжок с двух ног с места, с3-х, 6 беговых шагов. Элементы спортивных игр.	10мин.	30мин.	Спортивно-оздоровительная
9	1	Элементы волейбола верхняя, нижняя передача.	10мин.	30 мин.	Спортивно-оздоровительная

					ая
10	1	Элементы волейбола нижняя подача мяча.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
11	1	Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
12	1	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Одиночное блокирование.	10мин.	30мин.	Спортивно-оздоровительная
13	1	Сочетание одиночного и группового блокирования. Подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
14	1	Упр. На осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
15	1	Прыжок с двух ног с места, 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
16	1	Групповые упражнения. Элементы спортивных игр.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
17	1	Игровые взаимодействия. СБУ.	10мин.	30мин.	игровая
18	1	Упр. с мячом в парах через сетку.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
19	1	Сочетание способов перемещений. Подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
20	1	Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Подвижные игры.	10мин.	30мин.	Спортивно-оздоровительная
21	1	ОФП. Взаимодействие игроков задней линии. Элементы		40мин.	Спортивно-оздоровительная

		спортивных игр.			ая
22	1	Взаимодействие игроков передней линии. Подвижная игра.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
23	1	Подача мяча двумя руками из –за головы. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
24	1	Подача мяча одной рукой из-за головы. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
25	1	ОФП. Подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
26	1	Медленный бег. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
27	1	Гимнастические упражнения, подвижные игры.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
28	1	ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами волейбола.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
29	1	Повороты, стойка, перемещения игрока.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
30	1	Медленный бег СБУ. Верхняя и нижняя передача мяча. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
31	1	ОРУ. Способы отбивания мяча о стену. Пионербол.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
32	1	ОФП. подача мяча разными способами. Подвижные игры.	10мин.	30мин.	Спортивно-оздоровительная

					ая	
33	1	СБУ. Подвижные игры. Участие в конкурсах, акциях о ЗОЖ.		40мин.	Спортивно-оздоровительная	
34	1	Подвижные игры с элементами волейбола. Соревнования.		40мин	Спортивно-оздоровительная	

Учебно-тематический план

Группа начальной подготовки третьего и четвертого года обучения (9-11 лет).

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Теория	Практика	Вид деятельности
1	1	Техника безопасности. Стойка игрока (исходное положения).	5мин.	35мин.	Спортивно-оздоровительная
2	1	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
3	1	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	10мин.	30мин	Спортивно-оздоровительная
4	1	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).		40мин	Спортивно-оздоровительная
5	1	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке.(вдоль сетки и через сетку).		40мин	Спортивно-оздоровительная
6	1	Броски мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.		40мин.	Спортивно-оздоровительная
7-8	2	Нижняя прямая подача..		80мин	Спортивно-оздоровительная
9-10	2	Верхняя прямая подача.	10мин.	70мин.	Спортивно-оздоровительная
11-12	2	Прямой нападающий удар(по ходу).	10мин.	70 мин.	Спортивно-оздоровительная
13	1	Нападающий удар с переводом вправо(влево).	10мин.	30мин.	Спортивно-оздоровительная

					ая
14-15	2	Прием мяча снизу двумя руками.	10мин	70мин.	Спортивно-оздоровительная
16-17	2	Прием мяча сверху двумя руками.	10мин.	70мин.	Спортивно-оздоровительная
18-19	2	Одиночное блокирование.	10мин.	70мин.	Спортивно-оздоровительная
20-21	2	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.		80мин.	Спортивно-оздоровительная
22-23	2	Двухсторонняя учебная игра		80мин.	Спортивно-оздоровительная
24-25	2	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.		80мин.	Спортивно-оздоровительная
26-27	2	Игры, развивающие физические способности.		80мин.	Спортивно-оздоровительная
28-30	2	Физические упражнения на развитие скоростных, скоростно-силовых способностей.		80мин.	Спортивно-оздоровительная
31-32	2	Физические упражнения на развитие координационных способностей, гибкости, ловкости.		120мин.	Спортивно-оздоровительная
33-	2	Физические упражнения на		80мин.	Спортивно-

34		развитие выносливости. Учебные игры			оздоровительная	
----	--	--	--	--	-----------------	--

Система оценки планируемых результатов

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие **формы контроля**:

Контрольные упражнения по технической подготовке:

- точность второй передачи;
- точность передачи мяча через сетку в прыжке;
- точность подач в зоны;
- точность нападающих ударов;
- точность первой передачи (прием подачи).

Контрольные упражнения по физической подготовке:

- бег 15-30 м с высокого старта « с ходу», челночный бег 5х6м
- челночный бег по разметке волейбольной площадк:9-3-6-3-9 м.

Соревновательная деятельность. Участие в конкурсах, акциях на тему ЗОЖ.

Для оценки эффективности занятий используются следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель учащимся при выполнении заданий: чем больше учитель использует дифференцированный подход в обучении, тем выше уверенность учеников в правильности выполнения упражнения и, следовательно, выше развивающий эффект занятий; – поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятия и прививают любовь к занятиям физкультурой.

8. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

№	Наименование объектов	Количество	Примечания
---	-----------------------	------------	------------

п/п	и средств материально-технического оснащения	Основная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Федеральный государственный образовательный стандарт	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав
1.2	основного общего образования Примерные программы основного общего образования. Физическая культура		обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.3	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Г	Комплекты разноуровневых тематических заданий, дидактических карточек
1.4	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.5	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Экранно-звуковые пособия		
2.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая	Д	

	культура»		
2.2	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям, проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
3	Технические средства обучения		
3.1	Компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения-записи компакт-дисков, аудиовидеовходы/ выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащён акустическими колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
3.2	Копировальный аппарат	Д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
4.1	Стенка гимнастическая	Г	
4.2	Бревно гимнастическое высокое	Г	
4.3	Козёл гимнастический	Г	
4.4	Конь гимнастический	Г	
4.5	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	

4.6	Мост гимнастический подкидной	Г	
4.7	Скамейка гимна- стическая жесткая	Г	