

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Омутинская средняя общеобразовательная школа № 2

Рассмотрено
на заседании ШМО
классных руководителей
Руководитель ШМО
Риффель С.Н. Риффель
Протокол № 4 от 30.10.2018 г.

Согласовано:
Заместитель
директора по УВР
Гетало С.И. Гетало
30.10.2018 г.

Утверждаю:
Директор
МАОУ ОСОШ № 2
А.Б. Комаров
Приказ № 13/1-од
от 31.10.2018 г.



Рабочая программа
кружка «Волейбол»
в рамках реализации
внеурочной деятельности
обучающихся 4-х классов
на 2018-2019 учебный год

Составители:
педагог дополнительного
образования Олейник Я.Я.

с. Омутинское, 2018

Планируемые результаты

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 во 3-4 классе обучающиеся получат 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 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.

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.

План работы секции по волейболу.

№ п/п	Содержание	Кол-во часов	Сроки проведения
1	Техника безопасности при занятиях волейболом. Общие развивающие упражнения.	1	
2	ОФП. ОРУ с набивными мячами.	1	
3	ОФП. ОРУ с гимнастическими палками.	1	
4	Стойки и перемещения. Перемещение приставными шагами, скачками, бегом, прыжками.	1	
5	Перемещения влево, вправо, вперед, назад.	1	
6	Верхняя передача мяча в парах.	1	
7	Верхняя передача мяча у стенки.	1	
8	Верхняя передача мяча через сетку.	1	
9	Верхняя передача мяча после перемещения.	1	
10	Верхняя передача в движении.	1	
11	Верхняя передача в прыжке.	1	
12	Верхняя передача за голову.	1	
13	Сочетание перемещений и приемов.	1	
14	Передача мяча через сетку с перемещением.	1	
15	Нижняя передача в парах.	1	
16	Нижняя передача над собой.	1	
17	Нижняя передача у стенки.	1	
18	Нижняя передача через сетку.	1	
19	Нижняя передача в движении.	1	
20	Нижняя передача с заданием.	1	
21	Сочетание перемещений и приемов.	1	
22	Учебно- тренировочная игра с заданиями.	1	
23	ОФП.	1	
24	ОФП.	1	
25	Нижняя прямая подача.	1	
26	Нижняя прямая подача.	1	
27	Нижняя прямая подача.	1	
28	Верхняя прямая подача.	1	
29	Верхняя прямая подача. подача по заданию.	1	
30	Верхняя прямая подача. подача по номерам.	1	
31	Учебно- тренировочная игра. подача, прием, перемещение.	1	
32	Учебно – тренировочная игра.	1	
33	Прием мяча снизу от сетки и от стенки.	1	

34	Прием мяча снизу после подачи.	1	
35	Прием подачи.	1	
36	Прием подачи.	1	
37	Нападающий удар.	1	
38	Нападающий удар с номера 4.	1	
39	Нападающий удар с номера 3.	1	
40	Нападающий удар с номера 2.	1	
41	Нападающий удар со второй линии.	1	
42	Нападающий удар и блокирование.	1	
43	Блок и нападающий удар.	1	
44	Одиночное блокирование.	1	
45	Групповое блокирование.	1	
46	Игра в тройках.	1	
47	Игра в колонах.	1	
48	Игра в колонах с капитаном.	1	
49	Двухсторонняя игра.	1	
50	Двухсторонняя игра.	1	
51	Падение.	1	
52	Падение.	1	
53	Падение.	1	
54	Прием мяча в падении.	1	
55	Кувьрки.	1	
56	Кувьрки.	1	
57	Приземление.	1	
58	Учебная игра в три передачи.	1	
59	Учебная игра.	1	
60	Двухсторонняя игра.	1	
61	Двухсторонняя игра.	1	
62	Учебно - тренировочная игра.	1	
63	Учебно - тренировочная игра.	1	
64	Учебная игра.	1	
65	Учебная игра.	1	
66	Двухсторонняя игра.	1	
67	Двухсторонняя игра.	1	
68	Двухсторонняя игра.	1	