

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 21 имени кавалера ордена Мужества В.С. Бараева
городского округа Сызрань Самарской области

«Рассмотрена»
на методическом
объединении учителей
начальных классов
Протокол № 1
от 28.08.2024 г.

«Проверена»
И.о. заместителя директора
по УВР ГБОУ СОШ № 21
г.о. Сызрань
_____ Е.Е. Спирина
28.08.2024 г.

«Утверждена»
Директор ГБОУ СОШ № 21 г.о.
Сызрань
_____ О.Г. Исаева
Приказ № 141/1
от 28.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Волейбол»
для учащихся 4 классов

г.Сызрань, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительное направление «Волейбол» разработана на основе авторской программы Г.А. Колодницкого / Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011.

Целью программы является: создание условий для укрепления физического здоровья обучающихся и содействие их гармоничному и интеллектуальному развитию через обучение спортивной игре «Волейбол».

Задачи:

- формирование стойкого интереса к занятиям спортивными играми;
- формирование специальных знаний, умений и навыков;
- развитие физических способностей;
- раскрытия потенциала каждого ребенка;
- развития морально-волевых качеств;
- развития внимания, мышления;
- воспитание нравственных, эстетических личностных качеств обучающихся: доброжелательность, трудолюбие, честность, порядочность, ответственность, культуру поведения, уважение к людям,
- взаимопонимание и бесконфликтность в общении.

Рабочая программа составлена из расчёта 1 час в неделю, что составляет 34 учебных часа в год.

Учебно-тематическое планирование занятий

Тема	Количество часов
Перемещения	6
Передачи мяча	9
Подачи мяча	6
Приём мяча	6
Тактика игры	3
Подвижные игры и эстафеты	4
Общее количество часов	34

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛЕЙБОЛ»

«Волейбол» - проведение соревнований по волейболу.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Предметные результаты:

формирование знаний о спортивных играх (волейбол) и его роли в укреплении здоровья;

формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,

взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

2. Личностные результаты: проявлять положительное отношение к занятиям физкультурной деятельностью, накапливать необходимые знания и умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения значимых результатов в физическом совершенстве. Владеть знаниями об особенностях физического развития и физической подготовленности; владеть знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры

3. Метапредметные результаты:

- **познавательные:** понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.

- **коммуникативные :** владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение; обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы; владеть умением грамотно излагать и обосновывать свою точку зрения, доводить ее до собеседника.

- **регулятивные :** добросовестно выполнять учебные задания; уметь организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; поддерживать оптимальный уровень работоспособности в процессе учебной деятельности, использовать занятия физической культурой для профилактики психического и физического утомления; владеть широким арсеналом двигательных действий из базовых видов спорта, активно их использовать в самостоятельно организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности; владеть способами наблюдения за показателями физического развития и физической подготовленности.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

Содержание учебного предмета	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
1. Перемещения 6ч		
Закрепление стойки игрока(исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Занятие «открытиенового знания» Занятия общеметодологической направленности	Овладевать первичными умениями и навыками в стойке игрока Осваивать перемещения в стойке приставными шагами игрока
2. Передачи мяча 9ч		
Продолжение освоения техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	Занятие «открытиенового знания»	Осваивать технику передачи мяча сверху
3. Подачи мяча 6ч		
Разучивание и закрепление техники нижней прямой подачи.	Занятия общеметодологической направленности	Осваивать технику нижней прямой подачи
4. Приём мяча 6ч		
Разучивание и закрепление техники приёма мяча снизу двумя руками. Разучивание и закрепление техники приёма мяча сверху двумя руками.	Занятие «открытиенового знания»	Овладевать техникой приёма мяча снизу, сверху двумя руками
5. Тактика игры 3ч		
Разучивание индивидуальных тактических действий в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	Занятие «открытиенового знания»	Осваивать Индивидуальные тактические действия в нападении и защите
6. Подвижные игры из эстафеты 4ч		
Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Подвижная игра «Мяч в воздухе», эстафета волейболистов.	Занятие «открытиенового знания»	Использовать игры и эстафеты для закрепления и совершенствования тактических действий

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Плановые сроки прохождения	
			план.	факт.
	Перемещения	6		
1	Разучивание техники стойки игрока (исходные положения)	1		
2	Закрепление техники стойки игрока (исходные положения)	1		
3	Разучивание техники перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1		
4	Закрепление техники перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1		
5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1		
6	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1		
	Передачи мяча	9		
7	Разучивание техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
8	Разучивание техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
9	Разучивание техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
10	Разучивание техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
11	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
12	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
13	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
14	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
15	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)	1		
	Подачи	6		
16	Разучивание техники нижней прямой подачи	1		
17	Разучивание техники нижней прямой подачи	1		
18	Разучивание техники нижней прямой подачи	1		
19	Закрепление техники нижней прямой подачи	1		
20	Закрепление техники нижней прямой подачи	1		
21	Закрепление техники нижней прямой подачи	1		

	Приём мяча	6		
22	Разучивание техники приёма мяча снизу двумя руками	1		
23	Разучивание техники приёма мяча снизу двумя руками	1		
24	Закрепление техники приёма мяча снизу двумя руками	1		
25	Закрепление техники приёма мяча сверху двумя руками	1		
26	Закрепление техники приёма мяча сверху двумя руками	1		
27	Закрепление техники приёма мяча сверху двумя руками	1		
	Тактика игры	3		
28	Разучивание индивидуальных тактических действий в нападении и защите	1		
29	Двусторонняя учебная игра	1		
30	Двусторонняя учебная игра	1		
	Подвижные игры и эстафеты	4		
31	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Подвижная игра «Мяч в воздухе», эстафета волейболистов.	1		
32	Игры развивающие физические способности	1		
33	Игры развивающие физические способности	1		
34	Игры развивающие физические способности. Проведение соревнований по волейболу.	1		

Литература:

Список литературы для педагогов

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2012 Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)
2. Пособие Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011г.
3. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
4. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.-112с.

Список литературы для обучающихся

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
- 3.Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982.