

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе внеурочной деятельности «Волейбол»

Программа курса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897; Письмо Минобрнауки РФ от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС ООО» и соответствует возрастным особенностям подростков.

Программа рассчитана на учащихся 7-9 классов. Курс предполагает 1 час занятий в неделю (35/34 ч)

Программа имеет проектную направленность и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности школьников среднего звена.

Количество учеников в секции — 10-15 человек. В состав кружка включать учащихся основной и подготовительной медицинских групп, прошедших медицинский осмотр и по результатам осмотра, имеющих допуск к занятиям в секции спортивных игр «волейбол».

Цель занятий:

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ.
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- теоретическое и практическое обучение игре в волейбол;
- обучение учащихся жизненно- важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование сборной команды школы по волейболу, приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на районных соревнованиях,

Задача занятий:

- выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства;
- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- участвовать в спартакиаде школы и в районных соревнованиях по волейболу;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость.
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические силы,
- воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;
- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь.

Условия реализации программы секции спортивных игр «волейбол»:

Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, пополнение материальной базы волейбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортигр «волейбол»;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации;
- программы деятельности спортивной секции;
- тематического планирования секции спортивных игр: «волейбол».

Для реализации данной программы в школе имеется и может и может быть использовано:

1. Спортивный зал площадью 162 м²
2. Уличная волейбольная площадка.
3. 2 волейбольные сетки (1 с металлическими тросами)

4. Стойки для волейбольных сеток. Настенные крепежи.
5. Волейбольные мячи 30 штук.
6. Набивные мячи 12 штук.
7. Сетка для переноса мячей 2 штуки.
8. Баскетбольные и футбольные мячи, шведские стенки, гимнастическое оборудование.
9. Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.

Кроме этого имеется дидактико-методическое оснащение:

Учебники по физической культуре.

Учебники по волейболу.

Для проведения занятий планируется свободный набор в группы в начале учебного года. Состав группы – постоянный.

Программа включает в себя пояснительную записку, описание этапов работы, основные виды деятельности, содержание работы по классам, ожидаемый результат.

Содержание учебной программы

№	Учебный материал	классы		
		7	8	9
Перемещения				
1	Стойка игрока (исходные положения)	+		
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	+	+	
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	+	+	+
Передачи мяча				
1	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	+		
2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	+		
3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	+		
4	Передача мяча снизу двумя руками над собой	+		
5	Передача мяча снизу двумя руками в парах	+		
Подачи мяча				
1	Нижняя прямая	+	+	+
2	Верхняя прямая	+	+	+
3	Подача в прыжке	+	+	+
Атакующие удары (нападающий удар)				
1	Прямой нападающий удар (по ходу)		+	+
2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)		+	+
Прием мяча				
1	Прием мяча снизу двумя руками		+	+
2	Прием мяча сверху двумя руками	+	+	+
3	Прием мяча, отраженного сеткой		+	+
Блокирование атакующих ударов				
1	Одиночное блокирование		+	+
2	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)		+	+
3	Страховка при блокировании		+	+
Тактические игры				
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите		+	+
2	Групповые тактические действия в нападении, защите		+	+
3	Командные тактические действия в нападении, защите			+
4	Двухсторонняя учебная игра			+
Подвижные игры и эстафеты				
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий			+
2	Игры развивающие физические способности			

Физическая подготовка				
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости			+
Судейская практика				
1	Судейство учебной игры в волейбол			+
	ИТОГО:	35	35	34