**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**« Целинская средняя общеобразовательная школа № 8»**

***Рассмотрено***

на заседании школьного

методического объединения

Учителей физкультуры, технологии, ОБЖ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Тимченко М.П.

Протокол № 1 от 22.08.2022 г.

***Согласовано***

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А.Красавина

25 08. 2022г.

***Принято*** на МС

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А.Красавина

Протокол № 1 от 25 08. 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

 **по кружковой деятельности**

**«Волейбол»**

**на 2022-2023 учебный год**

 **Составитель:** Тимченко Марина Петровна

 высшая квалификационная категория

п. Целина

2022 год

**Оглавление**

1.Пояснительная записка…………………………………………………… 3

2.Планируемые результаты…………………………………………………4

3.Содержание …………………………………………………………………5

4.Тематическое планирование………………………………………………6-9

5. Лист корректировки………………………………………………………10

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Рабочая программа спортивного кружка «Волейбол» разработана на основе требований к результатам освоения кружковой деятельности основного общего и среднего общего образования МБОУ «Целинская СОШ №8» на 2022-2023 учебный год в рамках реализации ФГОС СОО, ФГОС ОО, с учетом примерной программы для спортивного кружка «Волейбол».

 Рабочая программа ориентирована на учебники «Подвижные игры» М.Н.Жуков, Ю.В.Науменко М., Просвещение 2018г. «Волейбол – твоя игра», М. Просвещение, 2019г.

 Согласно учебному плану и календарному учебному графику на 2022-2023учебный год на изучение программы рассчитано **69** ч. в год (2 ч. в неделю). Срок реализации программы 1 уч.год.

**Планируемый результат**

**Личностные результаты:**

– владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений, различными способами;

– владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

– владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами в кружковой деятельности.

**Метапредметные результаты:**

– добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

– поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления;

**Предметные результаты:**

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных и спортивных игр и различных соревнований;

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

В результате освоения программного материала в кружковой деятельности обучающиеся **должны** иметь представление:

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* о народной игре как средстве подвижной игры;
* об играх разных народов;
* об спортивных игр;
* о соблюдении правил во время игры.

 **уметь:**

1. Выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки.
2. Выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток.
3. Играть в подвижные и спортивные игры.
4. Выполнять передвижения в ходьбе, метании, беге, прыжках разными способами.
5. Выполнять строевые упражнения.
6. Соблюдать правила игры.

**Содержание тем кружковой деятельности**

1. Основы знаний о подвижных, спортивных играх и легкой атлетике.
2. Игры на свежем воздухе.
3. Игры-эстафеты.
4. Подвижные игры разных народов.
5. Спортивные игры: волейбол, пионербол.
6. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

**Изучение элементов спортивных игр волейбол (пионербол):**

**-** ведение мяча;

- передачи мяча;

-подачи мяча;

-броски мяча.

**Основные виды деятельности**:

***Знать:*** историю подвижной и спортивной игры; правила подвижных и спортивных игр; элементы спортивных игр волейбол (пионербол)

***Уметь*** играть по правилам в спортивные и подвижные игры.

 ***Знать*** судейство соревнований по спортивным играм

***Уметь*** выполнять общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

**Формы организации кружковой деятельности:**

* индивидуальные;
* индивидуально-групповые;
* работа в парах;
* работа в группах;
* целевые прогулки;
* экскурсии;
* развивающие игры;
* игры на свежем воздухе;
* круглые столы;
* беседы.

 **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ТЕМА ЗАНЯТИЯ** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| **теор.** | **практ.** |
| **1-13** |  **Упражнения с мячом.** **Подачи мяча**: * 1. нижняя прямая подача мяча;

соблюдение техники безопасности на занятии; влияние физ.упражнений на организм; правила игры в волейбол 2) верхняя прямая подача мяча;  3) верхняя боковая подача мяча. |  | 44 4 | 05.09.07.09.12.09.14.09.19.09.21.09.26.09.28.09.03.10.05.10.10.10.12.10. |
| **14-25** |  **Передачи мяча:** 1) сверху двумя руками с места;2) в прыжке;3) после перемещения |  | 444 | 17.10.19.10.24.10.26.10.07.11.09.11.14.11.16.11.21.11.23.11.28.11.30.11. |
| **26-31** |  **Приём мяча:** 1) на задней линии от нижней прямой и боковой подачи; 2) нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения; 3) сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину;  |  | 222 | 05.12.07.12.12.12.14.12.19.12.21.12. |
| **32-35** |  **Нападающий удар через сетку**: 1) по ходу из зон 4, 3 и 2; 2) в зонах 4 и 2 с передачами из глубины площадки; |  | 22 | 26.12.09.01.11.01.16.01. |
| **36-39** |  **Блокирование нападающих ударов**: 1) одиночное и групповое в зонах 4 и 2, выполняемых передачи из зоны 3;2) по ходу, выполняемых из двух зон (4-3 и 2-3) в известном направлении. |  | 22 | 18.01.23.01.25.01.30.01. |
| **40-45** |  **Индивидуальные тактические действия**:1) выбор и способы отбивания мяча через сетку; 2) передача сверху двумя руками, кулаком снизу;4) выбор места для нападающего удара. |  | 222 | 01.02.06.02.08.02.13.02.15.02.20.02. |
| **46-62** |  **Групповые тактические действия**: 1) взаимодействие игроков передней линии в нападении;2) взаимодействие игроков задней линии при приёме мяча от нижней подачи; 3) взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приёме подачи;4) защитные действия игроков внутри линии и между линиями при приёме подач и последующей передачи; 5) нападающие действия игроков передней линии при второй передаче; 6) система игры в защите при страховке нападающего игроком задней линии; 7) в нападении взаимодействие игрока зоны 3 и 4 при чередовании длинных и коротких передач; 8) в защите взаимодействие игроков зон 2 и 6 при приёме трудных мячей от подач, нападающих ударов, обманных действий соперника; 9) командные - при приёме мяча в зоне 4, вторая передача в зоны 3 и 2. |  | 212222222 | 22.02.27.02.01.03.06.03.13.03.15.03.20.03.22.03.03.04.05.04.10.04.12.04.17.04.19.04.24.04.26.04.03.05. |
| **63-69** |  **Спортивные игры**: волейбол по упрощенным и основным правилам соревнований. |  | 7 | 10.05.15.05.17.05.22.05.24.05.29.05.31.05. |
|  | **Всего часов:** |  | 69 |  |

**Лист корректировки рабочей программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока по тематическому планированию | До корректировки | Способ корректировки | После корректировки |
| Тема урока | Количество часов | Тема урока | Количество часов | Дата урока |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |