

**Российская Федерация**  
**Ямало-Ненецкий автономный округ**  
**Департамент образования**  
**Администрации муниципального образования Надымский район**  
**Муниципальное общеобразовательное учреждение**  
**«Средняя общеобразовательная школа №2 п.Пангоды»**

Рассмотрено  
на Научно-методическом совете  
протокол №1 от 30.08.2012г.  
Председатель научно-методического  
совета

\_\_\_\_\_ О.М. Базалук

Утверждено  
Педагогическим советом  
протокол №1 от 31.08.2012г.  
Председатель педагогического совета  
М.В. Серикова

Введено в действие приказом  
директора школы № \_\_\_\_\_ от 01.09.2012г.



## Рабочая программа Секция «Волейбол»

Разработчик программы:  
Пшеничников О.В.,  
учитель физической культуры

п. Пангоды  
2012г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на базовом уровне основного общего образования по физической культуре с учетом Федерального компонента Государственного образовательного стандарта основного общего образования, в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 03 июня 2011 года № 1994 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примененные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 09 марта 2004г. № 1312». Приказом департамента образования ЯНАО от 17 июня 2011 № 1012 «О внесении изменений в региональный базисный план для общеобразовательных учреждений ЯНАО, реализующих программы общего образования, утвержденный приказом департамента образования ЯНАО от 11 мая 2006г. № 500 и на основе программы общеобразовательных учреждений: «Комплексная программа физического воспитания», 1-11 классы /авторы: В.И.Лях, Зданевич А.А. – М: «Просвещение», 2008/.

Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов /Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011г.

**Основными направлениями** деятельности учебно-спортивной работы являются:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
- воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;
- участие в соревнованиях.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо-эмоциональное и социальное развитие личности.

### **Цель:**

Программа кружка предусматривает овладение техническими приемами и тактическими действиями, приобретение необходимых знаний и умений для проведения судейства в волейболе.

### **Программа предполагает решение следующих задач:**

- привлечение максимального, возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- привитие интереса к волейболу и воспитание спортивного трудолюбия;
- укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка;
- развитие качеств, необходимых волейболисту,— быстроты, силы, выносливости, ловкости;
- изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;

- ознакомление с некоторыми теоретическими сведениями о влиянии физических упражнений на организм занимающихся и об игре в волейбол;

Программа курса «Волейбол» для учащихся 8-10 классов рассчитана на один год, 144 часа, при 2-х разовых занятиях в неделю по 2 часа. Включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в пионербол. В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации, а также упражнения специальной физической подготовки детей. На занятиях с учащимися целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения и учебно-тренировочные игры, поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов. Формой подведения итогов реализации программы является участие учащихся в соревнованиях по волейболу.

### **Требования к уровню подготовки**

#### ***ЗНАТЬ:***

- влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;
- правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- основы методики обучения и тренировки по волейболу.
- правила игры;
- технику и тактику игры в волейбол;
- методику судейства учебно–тренировочных игр;

#### ***УМЕТЬ:***

- выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств – быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите;
- выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
- осуществлять судейство соревнований по волейболу;

### ***Ожидаемый результат.***

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом, сформировать первичные навыки судейства.

Учебник

- ✓ Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов /Лях В.И., Зданевич А.А. – М: «Просвещение», 2008.
- ✓ Физическая культура: 5-11 кл. программы общеобразовательных учреждений – М.: просвещение 2007.
- ✓ Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов /Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011г.