

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Звездненская средняя общеобразовательная школа»
Кемеровского муниципального округа**

РАССМОТРЕНО
педагогическом совете
пр. №1 от 30.08.2021

УТВЕРЖДЕНА
приказом
от 30.08.2021 г. № 697
директор
_____ / Булдыгин А.Ю.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Волейбол»
10-11 класс**

Составитель: Чакилев В.Д.
высшая квалификационная категории

Документ подписан электронной подписью.

п.Звездный 2021

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации видов деятельности.
3. Тематическое планирование

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

Документ подписан электронной подписью.

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания; готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

4) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

5) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

6) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

7) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

8) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Документ подписан электронной подписью.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Основы знаний (изучается в процессе занятий).

Правила поведения и техника безопасности при проведении спортивных игр.

Правила проведения соревнований по волейболу.

Судейство.

Развитие двигательных способностей (изучается в процессе занятий)

Упражнения, направленные на развитие двигательных способностей (подготовка к выполнению спортивных нормативов ВФСК «ГТО»). Упражнения для развития гибкости, силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Спортивные игры.

Волейбол: правила игры, правила проведения соревнований, перемещения, передачи мяча, подача мяча, прием мяча с подачи, тактические действия в игре, учебная игра, осуществление судейства

Соревновательная деятельность:

Соревнования по волейболу.

Формы организации занятий: рассказ, консультация, инструктаж, общеразвивающие упражнения, специальные упражнения, соревнования и др.

Основные виды деятельности: игровая, соревновательная, физкультурно-оздоровительная, познавательная, прикладно-ориентированная.

Документ подписан электронной подписью.

Тематическое планирование.

10 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
	Введение	1	1	
1.	Общефизическая подготовка	7		7
1. 1.	Общеразвивающие упражнения	5		5
1. 2.	Спортивные и подвижные игры	2		2
2.	Специальная физическая подготовка	4		4
2. 1.	Упражнения направленные на развитие силы			
2. 2.	Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц	1		1
2. 3.	Упражнения направленные на развитие прыгучести	1		1
2. 4.	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	1		1
2. 5.	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	1		1
3.	Техническая подготовка	20		20
3. 1.	Приёмы и передачи мяча	6		6
3. 2.	Подачи мяча	2		2
3. 3.	Стойки	2		2
3. 4.	Подвижные игры и эстафеты.	2		2
3. 5.	Прием подачи	3		3
	осуществление судейства	1		1
	учебная игра	2		2
	Соревнования по волейболу.	2		2
4.	Тактическая подготовка	4		4
4. 1.	Тактика подач	2		2
4. 2.	Тактика приёмов и передач	2		2
5.	Правила игры	1	1	1
	Итого:	35	2	33

11 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
	Введение	1	1	
1.	Общефизическая подготовка	6		6
1. 1.	Общеразвивающие упражнения	4		4
1. 2.	Спортивные и подвижные игры	2		2
2.	Специальная физическая подготовка	4		4
2. 1.	Упражнения направленные на развитие силы			
2. 2.	Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц	1		1
		1		1

Документ подписан электронной подписью.

2. 3	Упражнения направленные на развитие прыгучести			
2. 4.	Упражнения направленные на развитие специальной ловкости	1		1
2. 5.	Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	1		1
3.	Техническая подготовка	20		20
3. 1.	Приёмы и передачи мяча	6		6
3. 2.	Подачи мяча	2		2
3. 3.	Стойки	2		2
3. 4.	Подвижные игры и эстафеты.	2		2
3. 5.	Прием подачи	3		3
	осуществление судейства	1		1
	учебная игра	2		2
	Соревнования по волейболу.	2		2
4.	Тактическая подготовка	4		4
4. 1.	Тактика подач	2		2
4. 2.	Тактика приёмов и передач	2		2
5.	Правила игры	1	1	1
	Итого:	34	2	32

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи: Одна или несколько подписей некорректна или нет доверия
Сертификат: 012A239700F0ABC1864EDBC5A5BE5BB773
Владелец: 1034234000481, 038192226763, 004234007224, dragunova69_69@mail.ru, МБОУ "ЗВЕЗДНЕНСКАЯ СОШ", Директор, МБОУ "ЗВЕЗДНЕНСКАЯ СОШ", Булдыгин, Александр Юрьевич, RU, РАЙОН КЕМЕРОВСКИЙ, ПОСЕЛОК ЗВЕЗДНЫЙ, 42 ОБЛАСТЬ КЕМЕРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ - КУЗБАСС, УЛИЦА ШКОЛЬНАЯ, 9, --, --
Издатель: ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, sa_tensor@tensor.ru
Срок действия: Действителен с: 06.07.2020 16:00:17 UTC+07
Действителен до: 06.10.2021 16:00:17 UTC+07
Дата и время создания ЭП: 06.09.2021 16:31:45 UTC+07