

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Московская средняя общеобразовательная школа
Тюменского муниципального района

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО,

протокол №1

от «28» августа 2023 г.

Руководитель

ШМО  Решетникова А.Н.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Осокина Т.В.

протокол №1

от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 1150

от «01» сентября 2023 г.

Директор

 Рыков Д.Г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет
Учебный год
Класс
Количество часов в год
Количество часов в неделю

Элективный курс «Волейбол»

2023-2024

9

34

1

Учитель: Кирочкина Н.Ю.

Пояснительная записка

Рабочая программа по элективному курсу «Волейбол» для 9 классов составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями, внесенными Федеральными законами от 14.06.2014 №145-ФЗ, от 06.04.2015 №68-ФЗ, от 02.05.2015 №122-ФЗ).
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», с изменениями от 31 декабря 2015 г. №1577
3. Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобренная Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию Протокол заседания от 8 апреля 2015 г. №1/15).
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
5. Приказ Минпросвещения России от 18.05.2020 N 249 "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. N 345"
6. Авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011

Федеральный базисный план отводит 34 часов для образовательного изучения физическая культура в 9 классе из расчёта 1 час в неделю.

В соответствии с этим реализуется изучение предмета физическая культура в объеме 34 часа.

Для реализации рабочей учебной программы используются учебники: «Физическая культура. 1-11 кл.» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2014.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Знания о физической культуре

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **личностными, метапредметными и предметными результатами.**

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

Планируемый результат освоения программы «Волейбол».

ЛИЧНОСТНЫЕ.

- положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;
- понимание роли волейбола в укреплении здоровья.

ПРЕДМЕТНЫЕ

- Рассказывать об истории развития волейбола в России;
- Рассказывать о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- Технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.
- Играть в волейбол по упрощенным правилам.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

- Следовать при выполнении задания инструкциям учителя
- Понимать цель выполняемых действий
- Различать подвижные и спортивные игры
- Договариваться и приходиться к общему решению, работая в паре.

Обучающийся получит возможность научиться:

- овладевают техникой и тактикой игры в волейбол;
- овладевают строевыми командами и подбором упражнений по общей физической подготовки (разминки);

- учащиеся приобретают навыки инструктора-общественника;
- самостоятельно осуществляют практическое судейство игры волейбол;
- могут организовывать соревнования в группе, в школе, в лагере отдыха;
- умеют вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях,
- овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол,
- приобретают необходимые волевые, психологические качества, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях
- решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечёт детей от правонарушений и положительно повлияет на обстановку в городе.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Физическое совершенствование

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.
- играть по упрощённым правилам

Воспитательные результаты

Первый уровень результатов — приобретение школьниками социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества (человек, семья, Родина, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет равноправное взаимодействие школьника на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной ему социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить.

Третий уровень результатов - получение школьником опыта самостоятельного социального действия. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Основы знаний

Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.

Освоение техникой передвижений

Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)

Освоение техники приемов и передач мяча

Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

Освоение техники подачи мяча и приема подач.

Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку.

Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам.

Верхняя прямая подача в прыжке.

Прием подачи в зону 3.

Освоение техники прямого нападающего удара

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.

Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.

Прямой нападающий удар при встречных передачах.

Овладение техникой защитных действий

Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.

Овладение тактикой игры в нападении.

Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.

Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.

Овладение тактикой игры в защите

Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».

Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.

Учебная игра в волейбол с заданиями. Учебно-тренировочная игра. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.

Овладение организаторскими способностями

Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.

Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
2	Перемещения лицом вперёд и спиной: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
3	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1
4	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1
5-6	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	2
7-8	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	2
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1
10	Совершенствование верхней прямой подачи.	1
11-12	Двусторонняя учебная игра.	2
13	Развитие физических качеств.	1
14	Закрепление прямого нападающего удара.	1

15-16	Приём мяча снизу двумя руками.	2
17	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1
18	Приём мяча сверху двумя руками.	1
19	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.	2
20-21	Игры, развивающие физические способности.	2
22	Совершенствование одиночного блокирования.	1
23	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1
24-25	Совершенствование страховки при блокировании.	2
26	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	2
27-28	Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.	2
29-30	Разучивание командных тактических действий в нападении, защите.	2
31	Судейство учебной игры в волейбол.	2

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс

№	Тема занятия	Результаты освоения учебного материала			Дата проведения	
		Предметные	Метапредметные	Личностные	план	факт
1	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Знать об истории возникновения и развития волейбола. Правила безопасности на занятиях волейболом.	Уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владеть специальной терминологией.	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.		
2	Перемещения лицом вперёд и спиной: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять стойки игрока; ходьба, бег и выполнение	Осознавать важность освоения универсальных	Развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе		

		заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	представлений о нравственных нормах.		
3	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	Развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		
4	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперед-вверх.					
5-6	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).					
7-8	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.					
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.	выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять интерес и желание продемонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.		

			освоенных двигательных действий.			
10	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.		
11-12	Двусторонняя учебная игра.					
13	Развитие физических качеств.	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игровых действий.		
14	Закрепление прямого нападающего удара.	Уметь выполнять передачи мяча сверху	Осознавать важность освоения	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в		

15-16	Приём мяча снизу двумя руками.	двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку.	универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	сотрудничестве необходимую взаимопомощь.		
17	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.					
18	Приём мяча сверху двумя руками.					
19	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.					
20-21	Игры, развивающие физические способности.					
22	Совершенствование одиночного блокирования.					
23	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.	Уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владеть специальной терминологией.	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.		
24-25	Совершенствование страховки при блокировании.	Уметь выполнять нижнюю прямую	выполнять разученные	Взаимодействовать со сверстниками в процессе		

26	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	подачу с середины площадки.	технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	совместного освоения техники верхней прямой подачи.		
27-28	Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.					
29-30	Разучивание командных тактических действий в нападении, защите.					
31	Верхняя прямая подача мяча. Нападающие удары из зон 2,3,4. Двухсторонняя игра в волейбол.	Уметь выполнять верхнюю прямую подачу, нападающий удар	Уметь с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владеть специальной терминологией.	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.		
32	Верхняя прямая подача мяча. Страховка при блокировке. Двухсторонняя игра в волейбол.	Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игровых действий.		

33	Верхняя прямая подача мяча. Нападающие удары из зон 2,3,4. Двухсторонняя игра в волейбол.	Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.		
34	Двухсторонняя игра в волейбол.	Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.	Уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владеть специальной терминологией.	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.		