

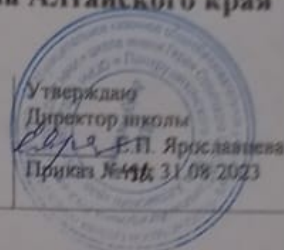


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Подойниковская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Михаила Иосифовича Рогачева»
Панкрушихинского района Алтайского края

Рассмотрено на заседании
МО классных руководителей
Протокол №1 от 31.08.2023
Руководитель МО 
Ярославцева Н.Н.

Согласовано
Заместитель директора
воспитательной работе
 Н.Н. Ярославцева
31.08.2023 г.



1 Программа внеурочной деятельности
по спортивно оздоровительному направлению
«Волейболу»

Срок реализации 1 год (10-11 класс)

Составитель: Беккер Михаил Александрович

Учитель физической культуры, высшая
квалификационная категория

Пояснительная записка

Программа составлена на основе Внеурочная деятельность учащихся.

Волейбол

: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов.
— М.: Просвещение,

Срок реализации программы – 1 год. Уровень обучения – базовый. Программа ориентирована на учащихся 15-18 (10-11 классы). Планирование рассчитано на 3 часа в неделю, 102 часов в год.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях. В секцию принимаются дети, допущенные врачом к занятиям физической культурой.

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;
- обучение учащихся жизненно важным двигательным навыкам и умениям;

Задачи занятий:

- овладеть теоретическими и практическими приемами игры в волейбол;
- участвовать в спартакиадах школы и в районных соревнованиях по волейболу;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества;
- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремленность, организованность, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы;
- воспитывать у учащихся волевые и психологические качества: смелость, решительность, настойчивость, волю к победе.

Для более успешного решения задач необходимо иметь четкое планирование учебно-

тренировочной работы, которое предусматривает следующую документацию:

- программа спортивной секции «волейбол»;
- календарно-тематическое планирование;
- журнал учета работы, посещаемости.
-

Данная программа используется для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (задержкой психического развития) с учетом их психофизического состояния.

Общая характеристика курса

В процессе учебно-тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры, на методических занятиях учащиеся приобретают навыки судейства и навыки инструктора. С этой целью в учебно-тренировочных группах, на занятиях назначать помощников тренера и давать им задания по проведению упражнений по общей физической подготовке, по обучению и совершенствованию техники и тактики игры. Занятия по волейболу должны носить учебно-тренировочную

направленность. Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором

упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей занятия. Судейство учебно-тренировочных

игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства. Необходимо научить занимающихся организовывать соревнования в группе, в школе, в летнем лагере. Каждый должен уметь вести технический протокол игры, уметь по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов.

Важнейшим принципом обучения на занятиях является принцип дифференцированного обучения и индивидуальный подход к каждому ученику.

Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;
- осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий

физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши); выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов — имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

Содержание учебного предмета, курса

№п/п	Наименование	Количество часов		
		всего	теоретические	практические
1.	Физическая культура и спорт в России.	4	4	-
2.	Сведения о строении и функциях организма	4	4	-
3.	занимающихся	4	4	-
	Влияние физических упражнений на организм	4	4	
4.	занимающихся волейболом	4	4	-
	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль,			-
5.	предупреждения травматизма	2	2	
6.	Правил соревнований, их организация и проведение	14	-	14
7.	Общая и специальная физическая подготовка	30	-	30
8.	Основы техники и тактики игры	40		40
	Учебные игры и соревнования			
	Итого:	84	18	102

Теоретические занятия – 18 ч.

Физическая культура и спорт в России. Общественно-политическое и государственное значение физической культуры и спорта в России. Массовый народный характер спорта в стране. Задачи развития массовой физической культуры.

Сведения о строении и функциях организма занимающихся.

Основы пищеварения и обмена веществ. Краткие сведения о нервной системе.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом. Влияние занятий физическими упражнениями на нервную систему и обмен веществ в организме занимающихся волейболом.

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма. Меры личной и общественной и санитарно-гигиенической профилактики, общие санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом.

Основы методики обучения в волейболе. Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.

Правил соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практические занятия – 84ч.

Общая физическая подготовка

- Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости;
- совершенствование навыков естественных видов движений;
- подготовка к сдаче и выполнение нормативных требований по видам подготовки. Строевые упражнения.

Гимнастические упражнения.

- Упражнения для мышц руки и плечевого пояса.
- Упражнения для туловища и шеи.
- Упражнения для мышц ног и таза.

Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

- Бег.
- Прыжки.
- Метания.

Подвижные игры.

Специальная физическая

подготовка Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. Подвижные игры.

Упражнения для развития прыгучести.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передачи мяча.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании.

Практические занятия по технике нападения

Действия без мяча. Перемещения и стойки:- стартовая стойка (И.п.) в сочетании с перемещениями;

- ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперёд; - перемещения приставными шагами спиной вперёд;
- двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; - прыжки; - сочетание способов перемещений.

Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками:- передача на точность, с перемещением в парах;

- встречная передача, передача в треугольнике. Отбивание мяча в прыжке кулаком через сетку в непосредственной близости от неё.

Подача мяча:- нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность, верхняя. Нападающие удары.

Практические занятия по технике

защиты Действия без мяча. Перемещения и стойки

Действия с мячом. Приём мяча

Блокирование

Практические занятия по тактике нападения

Индивидуальные действия. Групповые действия.
Командные действия.

Практические занятия по тактике защиты.

Индивидуальные действия. Выбор места: при приёме нижних подач; при страховке партнёра, принимающего мяч от подачи и обманной передачи. При действиях с мячом: выбор способа приёма мяча, посланного через сетку противником (сверху, снизу).

Групповые действия. Взаимодействия игроков при приёме от подачи, передачи: игрока зоны 1 с игроком зоны 2; игрока зоны 6 с игроком зоны 1, 5, 3; игрока зоны 5 с игроком зоны 4;

Командные действия. Приём подач. Расположение игроков при приёме нижних подач, когда в первую очередь выполняет игрок зоны 2, игрок зоны 3 находится сзади. Система игры.

Контрольные испытания

Сдача контрольных нормативов проводится 2 раза: в начале и в конце учебного года.

Физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	девочки	мальчики
1	2	3	4
1	Бег 30 м с высокого старта (с) Бег 30 м (6х5) (с)	5,0	4,9
2	Прыжок в длину с места (см)	11,9	11,2
3	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	150	170
4	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м),	35	45
5	в прыжке с места (м)		
		5,0	6,0
		7,5	9,5

Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Количественный показатель
1	2	3
1	Верхняя передача мяча на точность из зоны 3 (2) в зону 4	4

.		
2	Подача верхняя прямая в пределы площади	3
.		
3	Приём мяча подачи и первая передача в зону 3	3
.		
4	Чередование способов передачи и приём мяча сверху, снизу	8
.		

Тематическое планирование

№№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1	Т/Б. Стартовая стойка (в технике нападения и защиты).	1
2	Ходьба, бег (особенно при игре в нападение и защите), перемещения.	1
3	Перемещение приставными шагами: лицом вперед, правым, левым боком вперед, спиной вперед.	1
4	Двойной шаг вперед, назад, скачок.	1
5	Остановка шагом, прыжком (в нападении, защите).	1
6	Прыжки (особенно в нападении, защите)	1
7	Передача мяча сверху двумя руками в стенку.	3
8	Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед.	3
9	Многokратная передача мяча сверху двумя руками над собой.	3
10	Отбивание мяча через сетку в непосредственной близости от неё, с тоя на площадке и в прыжке.	3
11	Приём мяча сверху двумя руками.	3
12	Выбор места для выполнения второй передачи.	3
13	Сочетание способов перемещений.	3
14	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	3
15	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3.	3
16	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2.	3

17	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4.	3
18	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 4.	3
19	Нижняя прямая подача.	3
20	Выбор места для выполнения подачи.	3
21	Приём нижней прямой подачи снизу двумя руками.	3
22	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 при второй передаче.	3
23	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2 при второй передаче.	3
24	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 4 при второй передаче.	3
25	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3 при второй передаче.	3
26	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3 при второй передаче.	3
27	Выбор места при приёме нижней прямой подачи	3
28	Верхняя прямая подача.	3
29	Передача мяча двумя руками сверху для нападающего удара.	3
30	Взаимодействие игрока зоны 1 с игроком зоны 6.	3
31	Взаимодействие игрока зоны 5 с игроком зоны 6.	3
32	Взаимодействие игрока зоны 6 с игроком зоны 5, 1	3
33	Сочетание способов перемещений с техническими приёмами.	3
34	Падения и перекуты после падения.	3

35	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 4.	3
36	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 2.	3
37	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 3.	3
38	Чередование способов подачи.	3
39	Выбор места для выполнения нападающего удара	3

Критерии

оценивания Программа рассчитана на детей и подростков от 15 до 18 лет. **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

По окончании первого года обучения, учащийся должен:

1. Знать общие основы волейбола;
2. Расширять представление о технических приемах волейбола;
3. Научатся правильно распределять свою физическую нагрузку;
4. Уметь играть по упрощенным правилам игры;
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикологии;
6. Получить навыки технической подготовки волейболиста;
7. Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
8. Освоить технику верхних передач;
9. Освоить технику передач снизу;
10. Освоить технику верхнего приема мяча;
11. Освоить технику нижнего приема мяча;
12. Освоить технику подачи мяча снизу;

ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Основной показатель работы секции по волейболу - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностику результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2–3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая степень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

	4. Передача мяча									
	двумя руками сверху	13	4	3	2	1	3	2	1	0
	из зоны 3 в кольцо,	14	6	5	3	2	5	4	2	1
	установленной в зоне	15	6	5	3	2	5	4	3	2
	4, предварительной	16	6	5	3	2	5	4	3	2
	передачи мяча из	17	7	5	3	2	6	5	3	2
	зоны 5 (10 попыток)									
	5. Передача мяча	13	5	4	3	2	4	3	2	1
	двумя руками сверху	14	6	5	3	2	5	4	3	2
	в прыжке из зоны 4,									
	через сетку в квадрат									
	3х3 м,									
	расположенный у									
	лицевой линии в зоне									
	6, предварительной									
	передачи мяча									
	из зоны 3 (10 попыток)									
	6. Передача мяча двумя	1	4	3	2	1	3	2	1	0
	руками сверху из зоны 2	5	4	3	2	1	4	3	2	1
	в установленном в	1	5	4	2	1	4	3	2	1
	зоне 4, предварительной	6								
	передачи мяча из зоны 6	1								
	(10 попыток)	7								
	7. Передача мяча двумя	1	5	4	3	2	4	3	2	1
	руками сверху в прыжке	5	5	4	3	2	4	3	2	1
	из зоны 4 через сетку	1	7	5	4	2	5	4	3	2
	в прямоугольнике 2х3	6								
	м, расположенный у	1								
	лицевой линии в	7								
	зоне 6, предварительной									
	передачи мяча из зоны 3									
	(10 попыток)									
II. Подача	1. Нижняя прямая	11	7	4	3	1	6	4	3	1
мяча	подача в пределы	12	8	6	4	2	7	5	3	2
	площадки (10									
	попыток)									
	2. Нижняя прямая	11	4	3	2	1	4	3	1	0
	подача на точность	12	6	4	3	2	5	4	2	1
	(по 5 попыток в									
	левую и правую									
	половину площадки)									
	3. Верхняя прямая	13	8	5	3	2	6	4	3	2
	подача в пределы	14	9	7	5	3	7	5	4	2
	площадки (10									
	попыток)									
	4. Верхняя прямая	13	5	4	2	1	4	3	2	1
	подача на точность	14	6	5	3	2	5	4	2	1
	(по 5 попыток в									
	левую и правую									
	половину площадки)									
	5. Верхняя прямая	15	6	5	3	2	5	4	2	1
	подача на точность по	16	7	5	4	3	5	4	3	2
	заданию (по 5	17	8	6	4	3	6	4	3	2
	попыток в левую и									
	правую половину									
	площадки)									
	6. Верхняя боковая	15	5	4	2	1	4	3	2	1
	подача в пределы	16	7	6	4	2	5	3	2	1
	площадки (10	17	8	7	5	3	6	5	3	2

	попыток)									
--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Технически й прием	Контрольные уп ражнения	Возрас т лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высо кий	Выш е средн его	сред ний	низк ий	высо кий	Выш е средн его	сред ний	низк ий

III. Нападающий удар	1. Прямой нападающий удар из зоны 4 в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	1 1 1 2 1 3 1 4	3 4 6 8	2 3 5 6	1 2 3 4	0 1 2 3	2 3 6 6	1 2 5 5	- 1 3 3	- - 2 2
	2. Нападающий удар из зоны 4 на точность (по 5 попыток в зоны 1 и 5) с передачи из зоны 3	1 5 1 6 1 7	6 7 8	5 6 7	4 4 5	3 3 4	5 6 7	4 5 6	3 3 4	2 2 3
	3. Прямой нападающий удар из зоны 4 на силу в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток)	1 5 1 6 1 7	5 7 8	4 6 6	3 5 5	2 4 4	4 6 6	3 5 5	2 4 4	1 3 3
IV. Блокирование	1. Блокирование нападающего удара из зоны 4 в зону 5 (10 попыток)	1 3 1 4 1 5 1 6 1 7	2 2 5 6 8	1 1 4 5 6	1 1 2 4	- - 1 2 3	1 2 4 5 7	1 1 3 4 5	- - 2 3 3	- - 1 1 1
	2. Блокирование нападающего удара из зоны 2 в зону 1 (10 попыток)	1 3 1 4 1 5 1 6 1 7	2 2 5 6 8	1 1 4 5 6	1 1 2 4	- - 1 2 3	1 2 5 7	1 1 3 4 5	- - 2 3 3	- - 1 1 1
	3. Блокирование нападающего удара из зоны 3 в пределы площадки (10 попыток)	1 5 1 6 1 7	4 5 6	3 4 5	2 3 4	1 2 2	3 4 5	2 3 4	2 3 3	1 1 1

ЛИСТ
индивидуальных достижений ученика _____ класса
по курсу внеурочной деятельности «_____»

Вид деятельности.	Время учёбы (месяц)								
	9	1	1	1	1	2	3	4	5
Регулярно посещает занятия.									
Старательно и терпеливо выполняет указания учителя	ля								
Адекватно относится к критике со стороны педагогов, товарищей, критически сравнивает свою работу с другими.	га								

Карта развития метапредметных результатов курса внеурочной деятельности «_____» ученика _____ класса Ф.И. _____

Метапредметные результаты	Да	Нет
Высокая мотивация к.....		
Проявляет настойчивость в достижении цели.		
Применяет методы наблюдения.		
Оценивает....		
Обсуждает проблемные вопросы с учителем.		
Строит работу на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.		
Сравнивает результаты своей деятельности с результатами других учащихся.		
Определяет успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем.		
Понимает причины успеха/неуспеха своей деятельности;		
Обладает волевой саморегуляцией в ходе приобретения опыта		

коллективного публичного выступления и при подготовке к нему		
Объясняет свои чувства и ощущения от созерцаемых произведений искусства.		
Вступает в беседу и обсуждение на занятии и в жизни.		

Если обучающийся набирает 10-12 положительных ответов. У него высокий уровень формирования метапредметных результатов.
7-8 положительных ответов – средний уровень формирования.
Учителю необходимо больше обращать внимания на работу с этим обучающимся.
5-6 положительных ответов – низкий уровень формирования.
Учитель должен построить работу с данным учеником так, чтобы в следующем году повысить уровень формирования метапредметных результатов.

Рефлексивная карта.
ученика _____ класса ФИ
курса внеурочной деятельности « _____ »

1. Чему я научился на занятиях?	
2. Будут ли продолжаться занятия в следующем году?	у?
3. Над чем ещё надо поработать?	
4. Где пригодятся знания?	
5. Вплотную ли силе занимался?	
6. За что можешь себя похвалить?	

Критерии оценки выполнения творческой работы.

№	Ф.И.О ребёнка	Название работы	Техника исполнения	Аккуратность	Самостоятельность	Завершённость

- работа аккуратна, завершена, выполнена самостоятельно.
- работа аккуратна, завершена, выполнена с помощью педагога.
- работа неаккуратна, завершена, выполнена с помощью педагога.

Материально-техническое обеспечение занятий.

Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24*12м.

Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. сетка волейбольная-2шт.
2. стойки волейбольные-.
3. скалки-5шт.
4. мячи набивные (масса 1кг)-3шт.
5. мячи волейбольные –7 шт.
6. рулетка-1шт.

