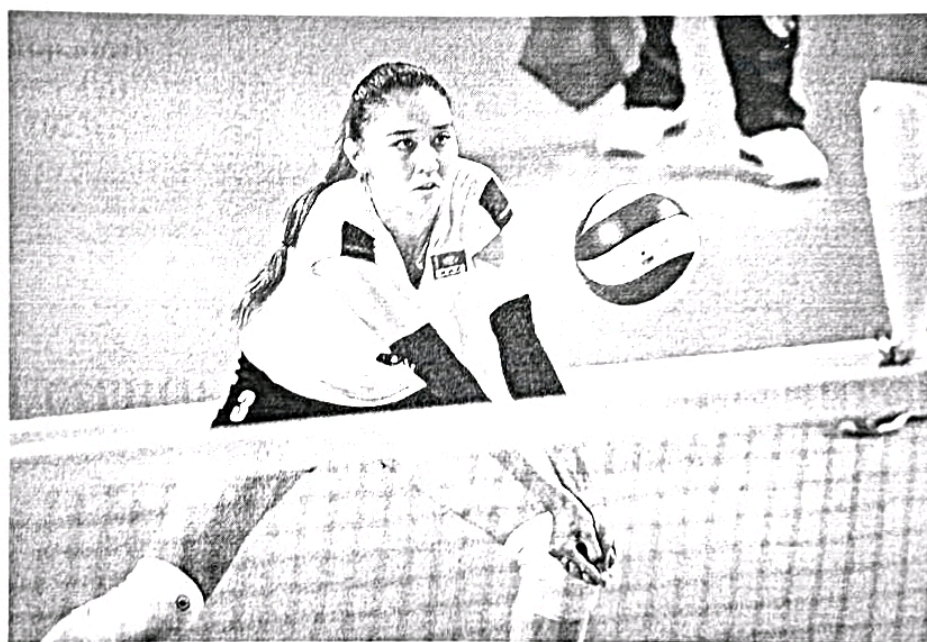


СОГЛАСОВАНО:
заместитель директора
по воспитательной работе
Ушакова Т.В.
от « *31* » *август* 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
директор школы
Баймагамбетова В.С.



КАЛЕНДАРНОЕ – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ секции «Волейбол» 7-8 классы



Составила: Ибрагимова Е.Ш.
учитель физической культуры

КГУ «Общеобразовательная школа села Журавлевка
отдела образования по Буландынскому району
управления образования Акмолинской области»
2023 год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры волейбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу;
- отбор лучших учащихся для участия в соревнованиях.

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к ЗОЖ, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть, ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного масштаба.

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний, общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения, по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5-2 в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач

рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в волейбол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

С и с т е м а д и а г н о с т и к и – тестирование физических и технических качеств

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Наименование раздела программы | Тип занятия | Тема занятия | Кол-во часов | сроки |
|---|--------------------------------|---------------------------|---|--------------|-------|
| 1 | Теория | Изучение нового материала | Техника безопасности Размер площадки. Основные ошибки. | 1 | 04.09 |
| 2 | Техническая подготовка | Изучение нового материала | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | 7 | 11.09 |
| 3 | | Совершенствование | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола | | 18.09 |
| 4 | | Изучение нового материала | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол | | 25.09 |
| 5 | | Совершенствование | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол | | 02.10 |
| 6 | | Совершенствование | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол | | 09.10 |
| 7 | | Изучение нового материала | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-бм. Эстафеты. Игра в мини-волейбол | | 16.09 |

| | | | | | |
|----|------------------------|---------------------------|---|---|-------|
| 8 | | Совершенство вание | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол | | 23.10 |
| 9 | Теория | Изучение нового материала | Жесты судей | 1 | 06.11 |
| 10 | ОФП | Изучение нового материала | Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30м. Подвижные игры | 2 | 13.11 |
| 11 | | Совершенство вание | Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30м. Подвижные игры | | 20.11 |
| 12 | Техническая подготовка | Изучение нового материала | Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | 7 | 27.11 |
| 13 | | Совершенство вание | Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | | 04.12 |
| 14 | | Совершенство вание | Стойки и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра | | 11.12 |
| 15 | | Изучение нового материала | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра | | 18.12 |

| | | | | | |
|----|------------------------|---------------------------|---|---|-------|
| 16 | | Совершенство вание | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра | | 25.12 |
| 17 | | Изучение нового материала | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра | | 08.01 |
| 18 | | Совершенство вание | Передача мяча сверху двумя руками стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Учебная игра | | 15.01 |
| 19 | ОФП | Изучение нового материала | Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами | 2 | 22.01 |
| 20 | | Совершенство вание | Многоскоки, прыжки, ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами | | 29.01 |
| 21 | Тактическая подготовка | Изучение нового материала | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3. | 3 | 05.02 |
| 22 | | Совершенство вание | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3. | | 12.02 |
| 23 | | Совершенство | Действия в защите и | | 19.02 |

| | | | | | |
|----|------------------------|---------------------------|--|---|-------|
| | | вание | нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор место для второй передачи и в зоне 3. | | |
| 24 | Соревнования | Игра | Выполнить технико-тактические действия в игре | 1 | 26.02 |
| 25 | Техническая подготовка | Изучение нового материала | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра | 4 | 04.03 |
| 26 | | Совершенство вание | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра | | 11.03 |
| 27 | | Изучение нового материала | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. передачи над собой. подача нижняя боковая. Учебная игра | | 18.03 |
| 28 | | Совершенство вание | Стойки и перемещение игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. передачи над собой. подача нижняя боковая. Учебная игра | | 01.04 |
| 29 | Тактическая подготовка | Изучение нового материала | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 | 5 | 08.04 |

| | | | | | |
|----|--------------|---------------------------------|---|---|-------|
| | | | с игроком зоны 3 | | |
| 30 | | Совершенство вание | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3 | | 15.04 |
| 31 | | Совершенство вание | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 6 с игроком зоны 3 | | 22.04 |
| 32 | | Изучение нового материала | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны 5 | | 29.04 |
| 33 | | Совершенство вание | Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападение через зону 3. Взаимодействия игроков зон 1 с игроком зоны 5 | | 06.05 |
| 34 | Соревнования | Игра | Выполнить технико- тактические действия в игре | 1 | 13.05 |
| | Соревнования | Игра | Выполнить технико- тактические действия в игре | | 20.05 |

Список используемой литературы.

- Ю.Н. Клешев , А.Г. Фурманов Юный волейболист, М - «Физкультура и спорт» 1979 г.
- А.Г. Фурманов Волейбол в школе , Киев - 1987 г.
- Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский , Волейбол в школе, М - «Просвещение» 1989 г.
- Г.П. Богданов. Уроки физической культуры VII-VIII классов: Пособие для учителей. - Москва «Просвещение», 1984 г.
- Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.
- Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.
- А.В. Беляев Волейбол на уроке физической культуры, М - «Физкультура и спорт» 2005г.