

# **«Волейбол - как один из факторов физического развития школьников»**



dreamstime

**Жуброва Галина Викторовна**

**учитель физической культуры**

**МБОУ «Касплянская СШ» Смоленского района**

# Волейбол в нашей школе



# Программа дополнительного образования по волейболу

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
 Каслинская средняя школа  
 Сельского района Свердловской области

Образовательная программа	Содержание	Объем программы
программа № 01.01.01.001	Тема: Движение как основа здоровья человека (ФГОС)	10 часов в неделю 34 часа в год

**Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол»**

ФОРМА РЕАЛИЗАЦИИ: ОНЛАЙН, ДИСТАНЦИОННАЯ.

ВОЗРАСТ ЗАУЧАЮЩИХСЯ: 12-14 ЛЕТ  
 КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: 34

Место дополнительного образования  
 Жуброва Галина Валерьевна

2021-2022

**Виды занятий**  
 Групповые тренировочные занятия;  
 Групповые и индивидуальные теоретические занятия;  
 Индивидуальные занятия с использованием спортивного инвентаря по заданию тренера;

**Цели и задачи**  
 приобщать обучающихся к устойчивым потребностям в физической культуре и спорте; привлекать обучающихся к занятиям спортом и волейболом;

приобщать к правилам игры;  
 достигать:  
 - в методах контроля физической нагрузки;  
 - в методах регулирования психического состояния;

навыки командной и тактической самостоятельности;  
 умение анализировать и уметь играть;  
 на качество, расширять функциональные возможности;

оку организаторские навыки и умения действовать в коллективе;  
 качества: ответственности, дисциплинированности;

ному в самостоятельном занятии, избравшем вид спорта;

ость в ведении здорового образа жизни

**Результаты освоения образовательного материала**  
 Результаты освоения образовательного материала оцениваются по трем основным уровням и представлены соответственно **личностными, предметными и практическими результатами.**

**Личностные результаты:**  
 - способность к самоопределению и самореализации во взрослой жизни;  
 - способность к самоорганизации и саморегуляции;  
 - способность к ответственности и самостоятельности;  
 - способность к сотрудничеству и взаимодействию;  
 - способность к решению проблем и принятию решений;  
 - способность к самокритике и самооценке;  
 - способность к самообразованию и саморазвитию;  
 - способность к самоконтролю и самоанализу;  
 - способность к самоорганизации и саморегуляции;  
 - способность к ответственности и самостоятельности;  
 - способность к сотрудничеству и взаимодействию;  
 - способность к решению проблем и принятию решений;  
 - способность к самокритике и самооценке;  
 - способность к самообразованию и саморазвитию;  
 - способность к самоконтролю и самоанализу;

**Предметные результаты:**  
 - знание правил игры;  
 - знание тактики игры;  
 - знание техники игры;  
 - знание истории волейбола;  
 - знание истории развития волейбола;  
 - знание истории развития волейбола в России;  
 - знание истории развития волейбола в мире;  
 - знание истории развития волейбола в Свердловской области;  
 - знание истории развития волейбола в Сельском районе;  
 - знание истории развития волейбола в Каслинской средней школе;

**Практические результаты:**  
 - умение играть;  
 - умение анализировать и уметь играть;  
 - умение контролировать физическую нагрузку;  
 - умение регулировать психическое состояние;  
 - умение анализировать и уметь играть;  
 - умение контролировать физическую нагрузку;  
 - умение регулировать психическое состояние;

**Результаты освоения образовательного материала**  
 Результаты освоения образовательного материала оцениваются по трем основным уровням и представлены соответственно **личностными, предметными и практическими результатами.**

**Личностные результаты:**  
 - способность к самоопределению и самореализации во взрослой жизни;  
 - способность к самоорганизации и саморегуляции;  
 - способность к ответственности и самостоятельности;  
 - способность к сотрудничеству и взаимодействию;  
 - способность к решению проблем и принятию решений;  
 - способность к самокритике и самооценке;  
 - способность к самообразованию и саморазвитию;  
 - способность к самоконтролю и самоанализу;  
 - способность к самоорганизации и саморегуляции;  
 - способность к ответственности и самостоятельности;  
 - способность к сотрудничеству и взаимодействию;  
 - способность к решению проблем и принятию решений;  
 - способность к самокритике и самооценке;  
 - способность к самообразованию и саморазвитию;  
 - способность к самоконтролю и самоанализу;

**Предметные результаты:**  
 - знание правил игры;  
 - знание тактики игры;  
 - знание техники игры;  
 - знание истории волейбола;  
 - знание истории развития волейбола;  
 - знание истории развития волейбола в России;  
 - знание истории развития волейбола в мире;  
 - знание истории развития волейбола в Свердловской области;  
 - знание истории развития волейбола в Сельском районе;  
 - знание истории развития волейбола в Каслинской средней школе;

**Практические результаты:**  
 - умение играть;  
 - умение анализировать и уметь играть;  
 - умение контролировать физическую нагрузку;  
 - умение регулировать психическое состояние;  
 - умение анализировать и уметь играть;  
 - умение контролировать физическую нагрузку;  
 - умение регулировать психическое состояние;

# Актуальность педагогического опыта



Одним из направлений программы воспитания и социализации, которая входит в содержательную часть ООП ООО, является формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности ..... (ФГОС ООО, п.18.2.3)

# Деятельностный аспект педагогического опыта

- Специальная подготовка



# Упражнения для отработки верхней и нижней передачи



# Упражнения для отработки верхней и нижней передачи



# Деятельностный аспект педагогического опыта

- Участие в соревнованиях различного уровня по волейболу;
- Проведение открытых мероприятий по волейболу;
- Участие в проектной деятельности;
- Воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом и привитие необходимых гигиенических навыков и умений .





# Районные соревнования по волейболу



# Муниципальные и региональные соревнования по волейболу



# Соревнованию к дню рождения Героя Советского Союза В.Т. Куриленко



# Соревнования по волейболу на кубок Н. М. Пржевальского



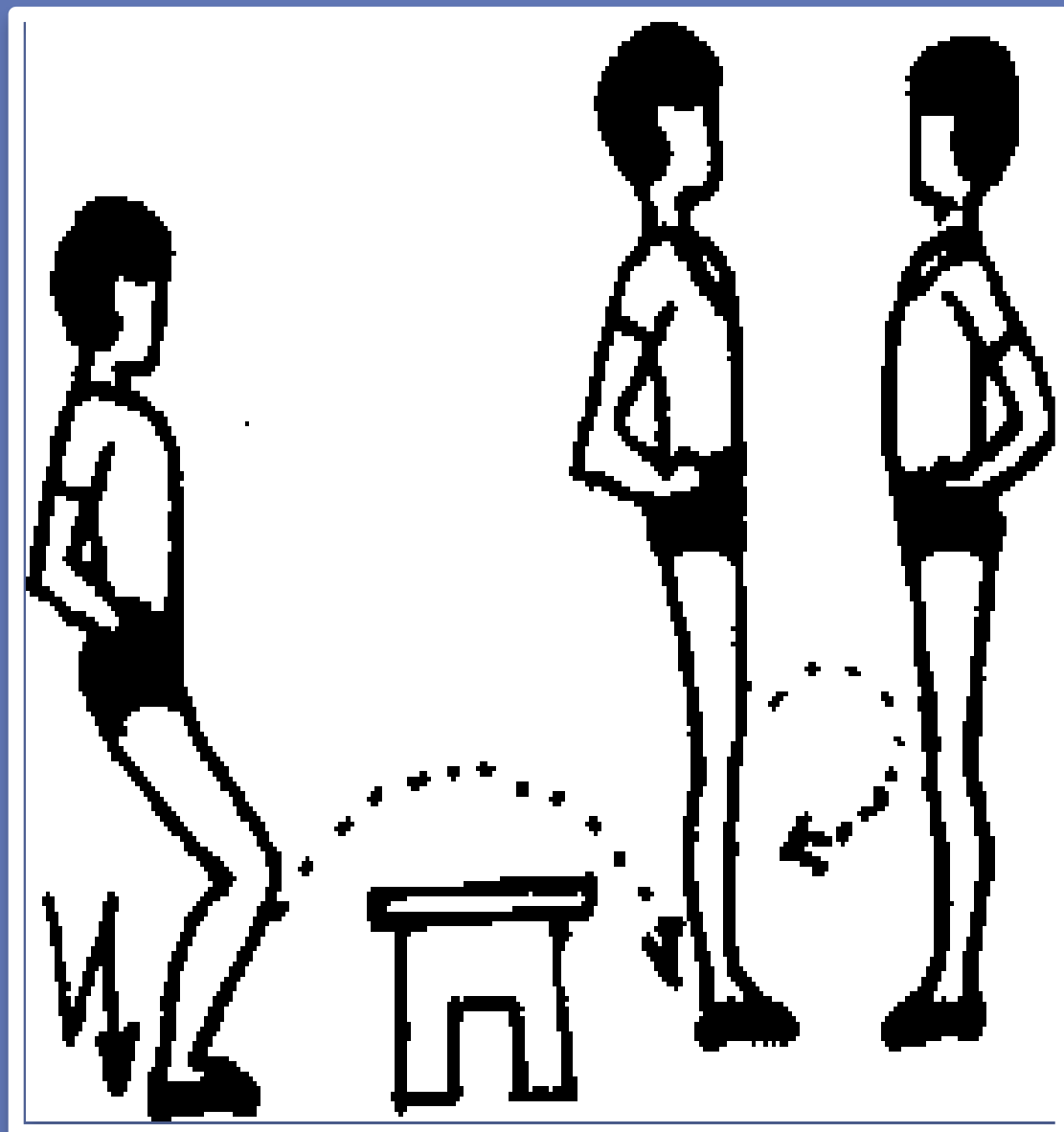


# Шаг в науку



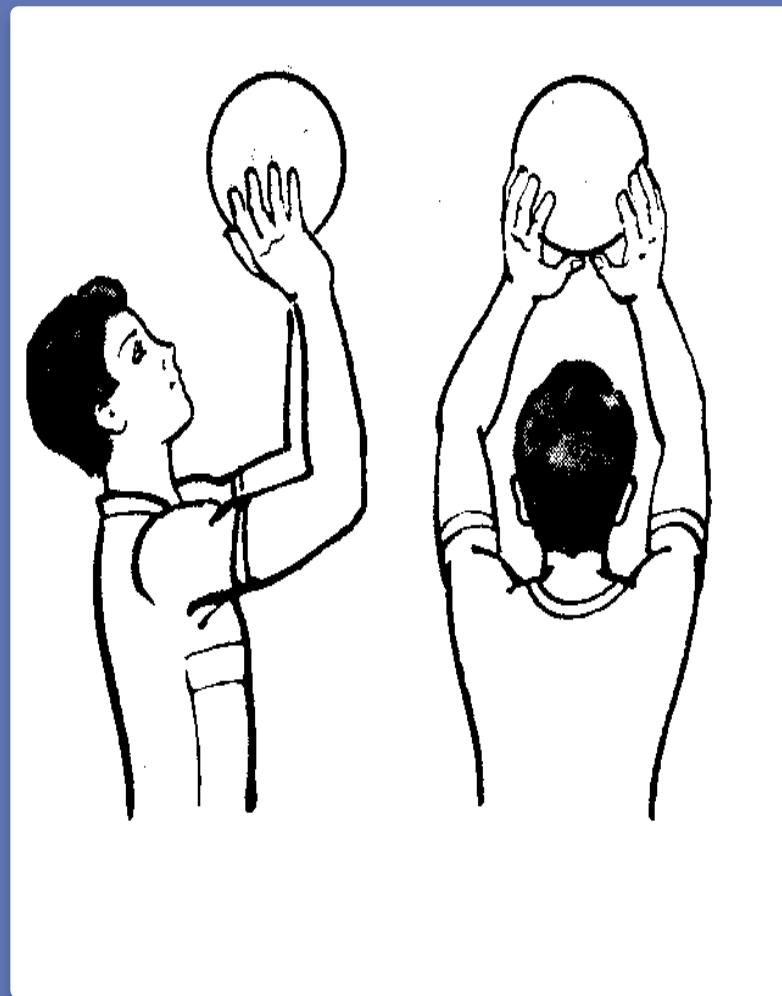
## 1-я станция.

Прыжки на гимнастическую скамейку и со скамейки с последующим поворотом на  $180^\circ$  и повторением упражнения.



3-я станция.

В верхняя  
передача в  
стену, меняясь  
по кругу.





# Открытые занятия по волейболу



# «Учитель года 2020»







- Спасибо за внимание!