

РЕЦЕНЗИЯ
на программу внеурочной деятельности «Волейбол»
учителя Бобкова Владимира николаевича
МАОУ СОШ № 10 им. Н.И. Куликова, МО Курганинский район

Программа внеурочной деятельности «Волейбол» учителя Бобкова В.Н. физкультурно - спортивно направленности предназначена для учащихся 13-16 лет. Срок реализации программы два года. Количество страниц - 13.

Автор акцентирует внимание на том, что в процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, 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.

Актуальность данной программы заключается в том, что программа предполагает освоение содержания исходя из результатов диагностики и стартовых возможностей участников программы. Уровневое обучение предоставляет шанс каждому ребёнку организовать своё обучение для достижения поставленных целей таким образом, чтобы максимально использовать свои возможности, прежде всего учебные. Уровневая дифференциация позволяет работать педагогу с обучающимися разного уровня подготовки.

Программа обладает практической значимостью, так как направлена на: удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях физической культурой и спортом; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья; выявление, развитие и поддержку талантливых детей, проявивших выдающиеся способности; профессиональную ориентацию; социализацию и адаптацию к жизни в обществе; формирование общей культуры; профилактику асоциального поведения.

Разработанная внеурочной деятельности «Волейбол» учителя Бобкова В.Н. может быть использована во внеурочной деятельности общеобразовательной школы и в учреждениях дополнительного образования.

26.08.2021 г.

Руководитель РМО
учителей физической культуры

Подпись удостоверяю
Директор МКУО РИМЦ



А.А. Абиленцев

Н.В. Кузьмина

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №10 имени Н.И. Куликова
ст-цы Петропавловской

Утверждено
решением педсовета
протокол № 1 от «30» августа 2021 г.
Председатель педсовета



Л.Д. Гринева/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Волейбол»

Направление физкультурно - спортивное

Возраст учащихся: 13-16 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель программы: Бобков Владимир Николаевич

Пояснительная записка

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Актуальность программы

Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры – волейбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Цель программы: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

По уровню освоения программа **углублённая**, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Отличительные особенности программы

Данная программа является **модифицированной**, так как она разработана на основе типовых программ декоративно-прикладной направленности, с учетом использования различных материалов и технологий, а также способствует расширению и повышению физкультурно-спортивной культуры детей.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

В реализации программы участвуют дети в возрасте от 13 до 16 лет.

Продолжительность образовательного процесса – 2 года.

Обучение по программе рассчитано на 36 рабочих недель.

Режим занятий

1 год – 72 часа из расчета 2 раза в неделю по 40 минут, с перерывом в 15 минут.

2 год – 72 часов из расчета 2 раза в неделю по 40 минут, с перерывом 15 минут.

Программой предусматриваются индивидуальные занятия, как с одарёнными детьми, так и с отстающими детьми.

Формы занятий:

групповая;
игровая;
индивидуально-игровая;
в парах;
индивидуальная;
практическая;
комбинированная;
соревновательная.

Ожидаемые результаты освоения программы

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;

как правильно распределять свою физическую нагрузку;

правила игры в волейбол;

правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;

правила проведения соревнований;

уметь:

проводить специальную разминку для волейболиста
овладеют основами техники волейбола;
овладеют основами судейства в волейболе;
вести счет;

Разовьют следующие качества:

улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

понимать задачи, поставленные педагогом;
знать технологическую последовательность выполнения работы;
правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

научиться проявлять творческие способности;
развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

учиться работать в коллективе;
проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Виды и формы контроля ЗУН учащихся:

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, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Способы проверки ЗУН учащихся:

начальная диагностика;
промежуточная диагностика;
итоговая аттестация.

Формы подведения итогов программы:

участие в соревнованиях;
участие в олимпиадах;
защита творческих работ и проектов.

Материально – техническое обеспечение программы

Для занятий по программе требуется:
спортивный школьный, спортивная площадка

спортивный инвентарь и оборудование:

- 1.сетка волейбольная- 2шт.
- 2.стойки волейбольные
- 3.гимнастическая стенка- 1 шт.
- 4.гимнастические скамейки-4шт.
- 5.гимнастические маты-6шт.
- 6.скакалки- 15 шт.
- 7.мячи набивные (масса 1 кг)- 3шт.
- 8.мячи волейбольные – 8 шт.
- 9.рулетка- 1шт.

Техническое оснащение

проектор;
экран;
компьютер.

Дидактическое обеспечение программы

Картотека упражнений по волейболу (карточки).
Картотека общеразвивающих упражнений для разминки
Схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе.
«Правила игры в волейбол».
«Правила судейства в волейболе».
Регламент проведения турниров по волейболу различных уровней.

Санитарно – гигиенические требования

Для реализации программы необходимо иметь:
светлое просторное помещение;
в кабинете осуществляется влажная уборка и проветривание;
в наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Кадровое обеспечение программы

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

Первый год обучения

Цель – овладеть приёмами игры в волейбол и приобрести хорошие технические навыки.

1. Обучающие:

дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);
научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
обучить учащихся технике и тактике волейбола.

2. Развивающие:

развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
развивать двигательные способности посредством игры в волейбол;
формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Воспитательные:

способствовать развитию социальной активности обучающихся:
воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Предполагаемые результаты

К концу первого года обучения учащиеся должны:

знать:

значение утренней гимнастики и правило ее проведения;
понятие о гигиене и правило ее соблюдения;
правила соревнований по волейболу;
гигиенические требования к одежде и спортивной форме.

уметь:

выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;
выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;
выполнять специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи;
играть по упрощенным правилам волейбола;
применять полученные знания в ходе учебной игры.

Приобрести навыки:

основ техники некоторых упражнений;
выполнения возрастных нормативов;
приема водных процедур, воздушных, солнечных ванн.

**Учебно-тематический план
Первый год обучения**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	
2	Общая физическая подготовка.	9	1	8
3	Специальная физическая подготовка.	9	1	8
4	Техническая подготовка.	18	1	17
5	Тактическая подготовка	8	1	7
6	Интегральная подготовка	5	1	4
7	Учебные игры. Соревнования.	20	2	18
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого:	72	9	63

Краткое содержание изучаемого материала.

1-й год обучения.

Теория: инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом.

История развитие волейбола. Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире. Правила игры в волейбол.

Тема 2: Общая физическая подготовка

Теория: значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки.

Тема 3: Специальная физическая подготовка

Теория: упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Тема 4: Техническая подготовка

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке) Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 5: Тактическая подготовка

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 6: Интегральная подготовка.

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 7: Соревнования.

Теория: 4. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Участие в внутри школьных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Тема 8: Итоговое занятие.

Теория: Знание правил игры в волейбол.

Практика: Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол. Поддача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, нападающий удар.

Второй год обучения

Цель – овладеть приёмами игры в настольный теннис и приобрести хорошие технические навыки.

1. Обучающие:

дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.

2. Развивающие:

развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Воспитательные:

способствовать развитию социальной активности обучающихся;
воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Предполагаемые результаты

К концу второго года обучения учащиеся должны:

знать:

значение утренней гимнастики и правило ее проведения;
понятие о гигиене и правило ее соблюдения;
правила соревнований по волейболу, правила игры;
гигиенические требования к одежде и спортивной форме;

уметь:

играть в волейбол по правилам;
выполнять специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи;
играть по упрощенным правилам волейбола;
применять полученные знания в ходе учебной игры, осуществлять судейство.

Приобрести навыки:

владения двигательными умениями и навыками в пределах возрастных нормативов;
достижения уровня физической подготовленности соответственно возрастным нормативам;
самостоятельно тренироваться на тренажерах и снарядах;
контроля тренировочной нагрузки.

**Учебно-тематический план
Второй год обучения**

№ п/п	Раздел, тема	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	
2	Общая физическая подготовка.	11	1	10
3	Специальная физическая подготовка.	9	1	8
4	Техническая подготовка.	17	1,5	15,5
5	Тактическая подготовка	7	1	6
6	Интегральная подготовка	5	1	4
7	Учебные игры. Соревнования.	20	2	18
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого:	72	9,5	62,5

**Краткое содержание изучаемого материала.
2-й год обучения.**

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. История развитие волейбола. Закрепление изученного ранее.

Практика:

Тема 2: Общая физическая подготовка

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с

места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Тема 3: Специальная физическая подготовка

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Тема 4: Техническая подготовка

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Нападающий удар в прыжке, нападающий удар в прыжке с разбега. Нападающий удар с переводом. Прием мяча сверху двумя руками с падением и перекатом на спину. Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке). Нижняя прямая подача мяча. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прием мяча отраженного от сетки. Групповое блокирование (двойной блок).

Тема 5: Тактическая подготовка

Теория: Рациональное использование приемов игры, метод организации соревновательной деятельности спортсменов для победы над соперником.

Практика: Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в

данной ситуации. Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 6: Интегральная подготовка.

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 7: Соревнования.

Теория: 4. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Проведение внутри школьных соревнований, товарищеских матчей. Участие в районных и городских соревнованиях.

Тема 8: Итоговое занятие.

Теория: Знание правил игры в волейбол.

Практика: Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по основам технической подготовки в волейболе. Поддача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, передача мяча в парах без потерь.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

БОБКОВ

Владимир Николаевич

с 07 августа 2023г. по 04 сентября 2023г.

повышал(а) свою квалификацию

в ЧУ ОДПО «ЦКО «ПРОФЕССИОНАЛ»

по программе «Реализация требований обновленного ФГОС и

ФОП ООО, СОО и ФГОС ОВЗ

в работе учителя физической культуры»

в объеме 144 часов

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

232419901899

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Документ о квалификации

Регистрационный номер

8633

Город

Армавир

Дата выдачи

04.09.2023г.

Модуль I. Современные требования к образованию в условиях перехода на ФГОС нового поколения утвержденного приказом Минпросвещения России № 287 от 31 мая 2021 года и ФОП приказ Минпросвещения России № 370, №371 от 18 мая 2023 года	46 часов
Модуль II. Педагогические технологии	16 часов
Модуль III. Методика обучения физической культуре в условиях реализации ФГОС и ФОП	80 часов
Итоговый экзамен	2 часа
	ОТЛИЧНО



Руководитель Дружинин Д.В.

Секретарь Манукова О.В.