

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Стерлибашевская коррекционная школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья.



Рассмотрено на заседании
ШМО старшего звена

Согласовано

Утверждаю

Протокол № 5 от
«29» мая 2018 г.
Руководитель [Signature]
/Каримова А.А./

Заместитель директора по
УР
[Signature] /Гайнуллина Д.Р./
«01» 09 2018 г.

Директор
[Signature] /Афанасьев А.А./
«3» 09 2018 г.

**Рабочая программа факультативного курса
по физической культуре
для 9 класса
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Срок реализации программы: 1 год

**Учитель физической культуры
Каримов И.Р.**

2018-2019 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно-правовая база.

Настоящая рабочая программа факультативного курса по физической культуре для 9 класса «Волейбол» разработана в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» и по учебному плану ГБОУ Стерлибашевская КШИ на 2018-2019 учебный год.

Занятия проводятся в группе 1 раза в неделю, продолжительность занятия 1 час, программа рассчитана на 33 часа в год.

Программа факультативного курса по физической культуре для 9 класса «Волейбол» составлена на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. В 2 сб./ Под редакцией В.В. Воронковой. - М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2012. – Сб.2

Цель программы - углублённое 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 по волейболу.

Общая характеристика курса

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия волейболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Программа направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастную - половые и индивидуальные особенности детей.

- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.

- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.

- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык

2. Требования к уровню подготовленности к знаниям и умениям учащихся.

Предполагается, что учащиеся будут знать и уметь:

Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране.

Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду.

Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

Технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.

Играть в волейбол по упрощенным правилам.

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя

Понимать цель выполняемых действий

Различать подвижные и спортивные игры

Принимать решения связанные с игровыми действиями;
Взаимодействовать друг с другом на площадке.

3. Критерии оценивания

Не оценивается.

4. Перечень учебно-методической литературы, материально-техническое обеспечение

Журнал «Физкультура в школе» №7,8,9. 2003.

Журнал «Физкультура в школе» №3. 2006.

Журнал «Физкультура в школе» №5,8,11.2007.

Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2010.

Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Москва.

«Просвещение» 2012.

6. Астафьев Н.В., Новиков Л.В. Методы, обеспечивающие дифференцированный подход в физической воспитании умственно отсталых детей и подростков различного возраста. // Научные труды: Ежегодник.- Омск: СибГАФК, 1995.

7. Рабочая программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. В 2 сб./ Под редакцией В.В. Воронковой.- М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2012. – Сб.2

5. Календарно - тематическое планирование для 9 класса

-по программе 33 часа;

-по плану – 33 часа.

№	Тема	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. Техника безопасности на занятиях секции волейбола	1	05.09	
2.	Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	1	12.09	
3.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	19.09	
4.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	26.09	
5.	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	1	03.10	
6.	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперед-вверх	1	10.10	
7.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	1	17.10	
8.	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	1	24.10	
9.	Передача мяча снизу двумя руками над собой	1	07.11	
10.	Передача мяча снизу двумя руками в парах	1	14.11	
11.	Нижняя прямая	1	21.11	
12.	Верхняя прямая	1	28.11	
13.	Учебная игра Волейбол	1	05.12	
14.	Подача в прыжке	1	12.12	

15.	Прямой нападающий удар (по ходу)	1	19.12	
16.	Нападающий удар с переводом вправо (влево)	1	26.12	
17.	Прием мяча снизу двумя руками	1	16.01	
18.	Прием мяча сверху двумя руками	1	23.01	
19.	Прием мяча, отраженного сеткой	1	30.01	
20.	Совершенствование техники приема мяча.	1	06.02	
21.	Учебная игра Волейбол	1	13.02	
22.	Одиночное блокирование	1	20.02	
23.	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)	1	27.02	
24.	Страховка при блокировании	1	06.03	
25.	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	1	13.03	
26.	Групповые тактические действия в нападении, защите	1	20.03	
27.	Учебная игра Волейбол	1	03.04	
28.	Командные тактические действия в нападении, защите	1	10.04	
29.	Двухсторонняя учебная игра	1	17.04	
30.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	24.04	
31.	Игры развивающие физические способности	1	08.05	
32.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Судейство.	1	15.05	
33.	Соревнование.	1	22.05	
Всего		33		

