



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Лицей № 40
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Образовательного учреждения
Протокол от «30» августа 2021г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ Лицей № 40
Приморского района Санкт-Петербурга

Н.Г. Милокова

Приказ от «30» августа 2021г. № 191-д



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности «Волейбол Голактикос»
для обучающихся 7 класса
(34 часа)

Уровень обучения: основное общее образование

Учитель: О.М. Савченко

Санкт-Петербург
2021г.

1. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии и поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовности конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении волейбола для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.п.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

2. Содержание

Название раздела	Количество часов
Техническая подготовка	18
Тактическая подготовка	5
ОФП	9
Соревнования	2
Итого:	34

3. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата урока по факту 7 «А»
1	Различные способы перемещения	
2	Верхняя передача мяча над собой	
3	Верхняя передача мяча в парах	
4	Верхняя передача мяча в тройках	
5	Нижняя передача мяча в парах	
6	Нижняя передача мяча в тройках	
7	Верхний прием мяча	
8	Верхний прием мяча	
9	Нижний прием мяча	
10	Нижний прием мяча	
11	Тактика командной игры	
12	Тактика командной игры	
13	Тактика игры в приеме, стойки, расположение	
14	Тактика игры в приеме, стойки, расположение	
15	Тактика игры в атаке, переходы по зонам на площадке	
16	Строевые упражнения	
17	Упражнения на тренажерах	
18	Беговые упражнения	
19	Беговые упражнения	
20	Нижняя прямая подача мяча	
21	Нижняя прямая подача мяча	
22	Верхняя прямая подача	
23	Верхняя прямая подача	
24	Контрольный урок. Учебная игра волейбол	
25	Скоростная подготовка. Перемещения	
26	Силовая подготовка. Упражнения с набивными мячами 1 кг	
27	Скор-сил. Подготовка. Выпрыгивание у сетки. Нападающий удар	
28	Развитие выносливости	
29	Развитие ловкости	
30	Учебная игра волейбол	
31	Учебная игра волейбол	
32	Упражнения с мячами через сетку	
33	Сореванования	
34	Сореванования	
	Итого:	