

# Аттестационная работа

Слушателя курсов повышения квалификации по программе:  
«Проектная и исследовательская деятельность как способ  
формирования метапредметных результатов обучения в  
условиях реализации ФГОС»

Поваляева Валентина Владимировна  
Школа № 118 г.о. Самара

**На тему:**  
**ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**для учащихся 6 класса**  
**(волейбол)**

# Краткая характеристика жанра работы

- В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено спортивно-оздоровительное направление.
- Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включен во внеурочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе. Это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, города, матчевые встречи и т.п). При этом немаловажно, что волейбол – один из самых популярных видов спорта в нашей стране.

# Краткая характеристика ОУ

- МБОУ Школа №118 г.о.Самара.(Красноглинский район находится в живописном месте, ведь рядом Волга и Сокольи горы. В школе обучается 680 учащихся. Материально-техническая база: 2 спортивных зала, оснащенных необходимым оборудованием в том числе гимнастическим, лыжная база на 100 пар лыж, 60 волейбольных мячей, 60 баскетбольных мячей, много мелкого инвентаря. Рядом стадион «Энергия» завода «Электроцит». Внеурочной деятельностью-занятия по волейболу- охвачено 90 учащихся с 2 по 8 класс.

# Цель программы

- **Целью** программы является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры у учащихся для укрепления и длительного сохранения здоровья, повышении работоспособности, уровня физического развития и физической подготовленности, а также формирование умений и навыков самостоятельных занятий физической культурой.

# Задачи программы

- Повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений- укрепление здоровья ,развитие основных физических качеств , обогащение двигательного опыта физическими упражнениями, техническими приемами в волейболе;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их роли в формировании здорового образа жизни;
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- обучение основам техники и тактики игры в волейбол;
- обучение навыкам и умениям в спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- приобретение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований; подготовки и выполнения нормативов подготовки;
- развитие основных физических качеств: силы, выносливости, быстроты;
- реакции, гибкости, координации движений;
- ценностное отношения к здоровью.

# Актуальность

- Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных школ РФ, в соответствии с ФГОС организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Программа ориентирована на углубленное изучение волейбола.
- Программа по волейболу предусматривает содействие гармоничному, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся, формированию потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, подготовке общественного актива организаторов спортивно-массовой работы (инструкторов)

# Структура образовательной программы

1. Пояснительная записка.
2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.
3. Содержание курса внеурочной деятельности.
4. Тематическое планирование с указанием видов деятельности

# Содержание курса внеурочной деятельности

- Раздел №1 Интегральная подготовка.
- Теоретическая подготовка.
- Общая физическая подготовка.
- Специальная физическая подготовка.
- Техническая подготовка.
- Тактическая подготовка.
- Психологическая подготовка.
- Раздел №2 Наблюдение за уровнем физической подготовленности и техническими приемами обучающихся.



# Тематическое планирование с указанием видов деятельности.

№ п\п	Название темы	Количество часов	Основные виды внеурочной деятельности	Практическая направленность	Примерные сроки
1	Теоретическая подготовка	2	Беседа, обзор	В процессе учебно-тренир.занятий. Участие в конференциях разного уровня.	Сентябрь. апрель
2	Общая физическая подготовка	5	Упражнения для развития ловкости. силы. быстроты. выносливости.	Выполнение контрольных упражнений на результат	Сентябрь- май
3	Специальная физическая подготовка	11	Упр.для развития быстроты движений и прыгучести и для совершенствования передач.	В процессе учебно-тренировочных занятий	Октябрь-май
4	Техническая подготовка	11	Прием и передача сверху двумя руками на месте и после перемещения и остановки.	В процессе учебно-тренировочных занятий	Сентябрь-.май.
5	Психологическая подготовка	3	Беседа, диалог.	В процессе учебно-тренировочных занятий	Октябрь, январь, апрель
6	Наблюдение за уровнем физич. Подготовленности и техническими приемами	2	12 тестов	На отдельных тренировочных занятиях	Сентябрь, май

# Методы диагностики образовательного результата

Раздел №2 Наблюдение за уровнем физической подготовленности и техническими приемами.

№п/п	Виды упражнений	Показатель	
		мальчики	девочки
1	Бег 30 м с высокого старта, сек.	5,5	5.7
2	Бег 30м (6х5),сек.	11,7	12,3
3	Бег 90 м «ёлочкой», сек.	30,5	32
4		160	140
5		40	32
6	Метание набивного мяча (1кг) из-за головы двумя руками, м: -сидя -в прыжке с места	5,0 8.5	4.0 6,5
7	Верхняя передача на точность в зоны 3 и 4		4
8	Передача мяча сверху двумя руками, стоя у стены		4
9	Подача верхняя прямая в пределах площадки		3
10	Прием мяча с подачи и первая передача в зону 3		3
11	Чередование способов передачи и приема мяча сверху, снизу		6
12	Двухсторонние игры		

# **Перспективы развития исследовательской деятельности в ОУ**

- Выступление учащихся на школьной, районной и городских конференциях (проект по исследованию развития физических качеств на занятиях внеурочной деятельности – Волейбол.
- Стендовые и компьютерные презентации
- Доклады в классе о развитии физических качеств во внеурочной деятельности.

# Перспективы развития исследовательской деятельности педагога

- Создание проекта для участия в районной и городской конференции.
- Написание статьи в журнал Физическая культура в школе.
- Написание программы по внеурочной деятельности с 7 по 11 классы. С целью дальнейших исследований физических качеств обучающихся.