

**Ақмола облысы білім басқармасының
жанындағы «Есіл қаласы, агротехникалық колледжі»
мемлекеттік коммуналдық қазыналық кәсіпорны**

Оқу - әдістемелік бірлестік отырысында
қаралды және мақұлданды
Рассмотрена и одобрена на заседании
учебно-методического совета
№ хаттама/ протокол № _____ от «____» _____ 2021г.
ӘБ төрайымы/Председатель МС _____

Бекітемін
директордың оқу жұмысы жөніндегі орынбасары
Утверждаю
Заместитель директора по учебной работе
от «____» _____ 2021г
_____ Л.Шульга

**Оқу жұмыс бағдарламасы
Рабочая учебная программа
по факультативу волейбол**

Оқытушы/ преподаватель: Скороход Сергей Андреевич

Содержание

№	Наименование	Страница
1.	Пояснительная записка	3
2	Тематический план учебной дисциплины	5
3	Перечень литературы и средств обучения	5

1. Пояснительная записка

Типовая учебная программа разработана в соответствии с приказами Министра образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 604 «Об утверждении государственных общеобязательных стандартов образования всех уровней образования» и от 8 ноября 2012 года № 500 «Об утверждении типовых учебных планов начального, основного среднего, общего среднего образования Республики Казахстан», согласно ГОСО ТиПО (приложение №5 к приказу Министра образования от 31 октября 2018 года №604) главы 2 пункта 12 внесены изменения согласно материально-технического обеспечения дисциплины.

Список рекомендуемой литературы составлен на основе Приказа Министра образования и науки Республики Казахстан от 17 мая 2019 года № 217 "Об утверждении перечня учебников, учебно-методических комплексов, пособий и другой дополнительной литературы, в том числе на электронных носителях".

Физическая культура как учебная дисциплина по техническому и профессиональному образованию по обновленному содержанию способствует формированию личности, готовой к активной творческой самореализации в сфере общечеловеческой культуры.

Цель: повышение мотивации обучающихся к укреплению физического и психического здоровья с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, приобретение обучающимися спортивно-специфических двигательных навыков и развитие физических способностей.

Задачи:

1) укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; совершенствование технико-тактических действий в базовых видах спорта;

2) воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребностей в его укреплении и длительном сохранении,

3) освоение знаний об истории и современном развитии физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни;

4) воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

5) формирование морально-волевых качеств.

Изучение предмета "Физическая культура" позволит обучающимся:

1) осознать важность и необходимость соблюдения правил личной гигиены; применять приобретенные предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;

2) узнать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую системы человека;

3) развивать личные и морально-нравственные качества и осознавать необходимость честной игры и непрерывного саморазвития;

4) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций в своем физическом развитии; оценивать значение занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительной направленности.

Объем учебной нагрузки по факультативным занятиям составляет: 2 часа в неделю, 54 часа.

2. Тематический план учебной дисциплины

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Занятия	
			теоретические	практические
Раздел 1. Знания о физической культуре		1	1	-
1	Тема 1. Техника безопасности на факультативных занятиях по физической культуре; Дополнения правилам волейбола		1	
Раздел 2. Средства физического воспитания		111		111
1	Тема 1. Волейбол. Техника безопасности. Основные правила игры			1
2	Тема 2. Волейбол. Перемещение игроков №1,2,3,4,5,6			1
3	Тема 3. Волейбол. Перемещение игроков №3, №4			1
4	Тема 4. Волейбол. Перемещение игроков №2, №3			1
5	Тема 5. Волейбол. Перемещение игроков №2, №4			1
6	Тема 6. Волейбол. Перемещение игроков №6, №3			1
7	Тема 7. Волейбол. Стойка волейболиста в нападении			1
8	Тема 8. Волейбол. Стойка волейболиста в защите			1
9	Тема 9. Волейбол. Передача мяча сверху в парах			1
10	Тема 10. Волейбол. Передача мяча сверху в тройках			1
11	Тема 11. Волейбол. Передача мяча сверху, спиной назад в тройках			1
12	Тема 12. Волейбол. Передача мяча сверху через сетку			1
13	Тема 13. Волейбол. Передача мяча снизу в парах			1
14	Тема 14. Волейбол. Передача мяча снизу в тройках			1
15	Тема 15. Волейбол. Передача мяча снизу спиной назад в тройках			1
16	Тема 16. Волейбол. Передача мяча снизу через сетку			1
17	Тема 17. Волейбол. Поддача мяча, планер			1
18	Тема 18. Волейбол. Поддача мяча, прямая			1
19	Тема 19. Волейбол. Поддача мяча, силовая			1
20	Тема 20. Волейбол. Поддача мяча, по зонам №1,5,6			1
21	Тема 21. Волейбол. Прием мяча с подачи			1
22	Тема 22. Волейбол. Прием мяча с подачи, доводка в №3			1
23	Тема 23. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №4			1
24	Тема 24. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №2			1
25	Тема 25. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №3			1
26	Тема 26. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №4			1
27	Тема 27. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №2			1
28	Тема 28. Волейбол. Прием мяча с подачи доводка в №3			1
29	Тема 29. Волейбол. Атакующие действия из №2 по диагонали			1
30	Тема 30. Волейбол. Атакующие действия из №2 по линии			1
31	Тема 31. Волейбол. Атакующие действия из №4 по диагонали			1
32	Тема 32. Волейбол. Атакующие действия из №4 по линии			1
33	Тема 33. Волейбол. Атакующие действия из №2 в №2			1

34	Тема 34. Волейбол. Атакующие действия из №4 в №4			1
35	Тема 35. Волейбол. Атакующие действия из №5,6,1			1
36	Тема 36. Волейбол. Атакующие действия из №5,6,1			1
37	Тема 37. Волейбол. Игра в защите № 4,3,5,6			1
38	Тема 38. Волейбол. Игра в защите №3,4,2,6			1
39	Тема 39. Волейбол. Игра в защите №2,3,6,1			1
40	Тема 40. Волейбол. Игра в защите углом вперед			1
41	Тема 41. Волейбол. Игра в защите углом вперед			1
42	Тема 42. Волейбол. Игра в защите углом вперед			1
43	Тема 43. Волейбол. Игра в защите углом вперед			1
44	Тема 44. Волейбол. Игра в защите углом назад			1
45	Тема 45. Волейбол. Игра в защите углом назад			1
46	Тема 46. Волейбол. Игра в защите углом назад			1
47	Тема 47. Волейбол. Игра в защите углом назад			1
48	Тема 48. Волейбол. Игра в защите, переход в нападение.			1
49	Тема 49. Волейбол. Командные действия игроков в нападении и защита (через №3)			1
50	Тема 50. Волейбол. Командные действия игроков в нападении и защита (через №3)			1
51	Тема 51. Волейбол. Командные действия игроков в нападении и защита (через №2)			1
52	Тема 52. Волейбол. Командные действия игроков в нападении и защита (через №2)			1
53	Тема 53. Волейбол. Командные действия игроков в нападении и защита (через №4)			1
Всего по дисциплине (по кредиту)		54	1	53

3. Перечень литературы и средств обучения

1. К. Жахин, Е. Юркова Физическая культура. Методическое пособие. Часть 1, 2 Алматы:ітап 2016 г.
2. М. Адамбеков, М. Тұяқбаева, Е. Уанбаев Жалпы білім беретін мектептерде дене тәрбиесі сабағын жүргізу әдістемесі. Әдістемелік ұсыныстар Дене тәрбиесі Ұлттық ғылыми-практикалық орталығы
3. У. Марчибаева, Д. Токтарбаев, Е. Стоцкая, С. Сыздыкова, Р. Сидорова, Н. Моисеева, Л. Тунгышмуратова. Адаптивная физическая культура и спорт. Учебное пособие. Нур-Султан 2019 г.

Средства обучения

1. Комплект для занятий по общей физической подготовке.
2. Комплект для занятий спортивными играми.

Контактная информация преподавателя	тел.: 87024725355
Скороход Сергей Андреевич	e-mail:sergey_skorohod70@mail.ru

