

Отчет о работе секции «Волейбол»
учителя ФК Петровой Н.В.
за 2023-2024 учебный год

Занятия в секции по волейболу во внеучебное время служат важным дополнением к урокам физической культуры. Внеклассные занятия являются основной формой изучения этой игры в школе (5—11 классы). Главными задачами внеклассной работы по волейболу являются: привлечение школьников к систематическим занятиям волейболом, укрепление их здоровья, содействие правильному физическому развитию и закаливанию организма, воспитание у занимающихся высоких морально-волевых качеств, спортивно-техническое совершенствование школьников на основе разносторонней двигательной подготовки и овладения ими техникой и тактикой волейбола, подготовка юных инструкторов и судей по волейболу.

В первой половине сентября производят запись школьников в секцию, составлен план работы и расписание занятий. Приняты ученики 5-11 классов, имеющих разрешение родителей и прошедших предварительный медицинский осмотр. В дальнейшем медицинские осмотры занимающихся проводят один раз в год, а также перед соревнованиями или после перенесенного заболевания. Численность группы следующая: 16 человека.

Количество занятий в неделю и их продолжительность: 3 часа в неделю.

При организации секции можно столкнуться с большим количеством детей, желающих заниматься волейболом, потому что интерес к волейболу у детей появляется рано. В этом случае возможно проведение конкурсного отбора по нормативам, позволяющим проверить не столько двигательную подготовленность школьников, сколько способности новичка в дальнейшем осваивать волейбол. Однако даже после конкурсного отбора в секцию учитель может столкнуться с отсевом занимающихся. В каждом отдельном случае учителю необходимо выяснить истинные причины, побудившие ребенка оставить секцию. Этому помогут изучение занимающихся и наблюдения за их поведением в процессе занятий. Если у школьника не хватает способностей заниматься волейболом, ему можно посоветовать заниматься другим видом спорта или в секции общей физической подготовки.

Для всестороннего развития личности на занятиях секции ставились следующие ЦЕЛИ:

- овладеть основами физической культуры;
- приобретение крепкого здоровья;
- развить двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координированные движения, быстроту реакции);
- развить чувство ритма и такта, привить любовь к спорту.

Для решения этих целей ставились следующие ЗАДАЧИ:

1. Оздоровительные:

- выработка устойчивости организма к неблагоприятным условиям среды;
- способствовать укреплению здоровья;
- содействие гармоничному физическому развитию;
- развитие двигательных способностей;
- всестороннее воспитание двигательных качеств;
- создание надежной базы физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.д.
- укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

2. Образовательные:

обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
развить необходимые физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);
обучить правильному выполнению упражнений.

3. Воспитательные:

выполнение сознательных двигательных действий;

любовь к спорту;

чувство ответственности за себя, а также волю, смелость, активность;

воспитанию нравственных и волевых качеств;

привлечение учащихся к спорту;

устранение вредных привычек.

Общее руководство работой секции возлагается на учителя физкультуры, который привлекает для проведения занятий школьников, родителей и выпускников школы. Работу секции волейбола проводится на основе программы, содержащей теоретический и практический материал, судейскую и инструкторскую практику. Основной формой секционных занятий является урок.

Теоретические занятия проводят в виде 15—20-минутных бесед, обычно до начала занятия. Их примерная тематика такова: физическая культура и спорт в РФ; история развития волейбола в нашей стране; краткие сведения о строении и функциях организма; влияние физических упражнений на организм человека; гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм и оказание первой помощи; основы техники и тактики игры; правила игры, организация и проведение занятий, оборудование и инвентарь; разбор проведенных игр.

На практических занятиях изучается техника и тактика игры, а также совершенствование физической подготовки школьников. В содержание практических занятий входят: строевые упражнения, упражнения для различных мышечных групп, с предметами и сопротивлением, на гимнастических снарядах и акробатические упражнения; специальные упражнения для развития быстроты, прыгучести и ориентировки; элементы легкой атлетики, спортивных и подвижных игр; плавание, лыжи, коньки.

Технико-тактическая подготовка включает: стойки и перемещения; передачи мяча двумя руками (верхняя и нижняя); передача мяча одной рукой с выпадом и в падении; передача мяча, отскочившего от сетки; подача мяча (нижние прямые и боковые, верхние прямые и боковые); прямой нападающий удар; блокирование (одиночное и групповое), страховка, расстановка игроков при своей подаче и подаче противника; тактика подач и нападающих ударов; тактика игры в защите; знакомство с тактикой игры лучших команд страны.

Необходимо отметить, что волейбол, органично сочетая в себе бег, прыжки и метания, является хорошим средством физической подготовки, поэтому надо стараться строить занятия так, чтобы изучение техники и тактики игры обеспечило необходимую для игры физическую подготовку занимающихся и вместе с занятиями по другим видам спорта способствовало сдаче норм комплекса ГТО. На занятиях секции и внутришкольных соревнованиях учащиеся приобретают навыки инструктора и судьи. Каждый школьник, занимающийся в секции, правильно выполняет упражнения, умеет рассказать о них и знает последовательность их применения, а также может проводить соревнования в классе, в лагере и по месту жительства.

За 2023-2024 учебный год проведены следующие соревнования и мероприятия:

Место проведения	Место	Количество человек
Внутришкольные соревнования по волейболу		16
Районные соревнования по волейболу (девушки)	4	12
Районные соревнования по волейболу (юноши)	5	12
Товарищеские встреча по волейболу, аул Эдельбай (мальчики)	2	6
Участие во всероссийских соревнований по волейболу (девушки) г.Анапа	5	Соболева Софья, Васильева Алиса-8в
Сдача норм ГТО	5 золото, 11 серебро	16

За 2023-2024 учебный год учащиеся:

Приобрели теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки.

Освоили и продолжают осваивать основные средства ОФП.

Освоили и продолжают осваивать основные приёмы игры

Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.

Освоили и продолжают осваивать основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков),

У детей повысился уровень функциональной подготовки.

Вывод: цели и задачи программы считаю выполненными. Совершенствование физических качеств способствует улучшению личных и командных результатов.

Выявлены обучающиеся с большими перспективами для последующего обучения, участия в соревнованиях. Работу за 2023-2023 учебный год считать удовлетворительной.



* Отчет
работы
секции
«Волейбол»
Учитель
ФК:
Петрова
Н.В.

Секция волейбола в МОУ «СОШ №9»

начинает свою работу с середины сентября.



Волейбол - один из самых популярных видов спорта среди учащихся нашего района. Соревнования по волейболу включены в план спортивно – массовых и оздоровительных мероприятий школы, проводится первенство Благодарненского округа по волейболу.

Занятия по волейболу – весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. При правильной организации занятий волейбол способствует укреплению костно–мышечного аппарата и совершенствованию всех функций организма.

Современный волейбол-вид спорта, требующий от ученика атлетической подготовки и совершенного овладения технико-тактическими навыками игры.

Занимающиеся распределяются на учебные группы по возрасту и полу. Для каждой группы устанавливаются наполняемость и режим учебно-тренировочной и соревновательной работы.

Содержание работы с юными волейболистами на всем многолетнем протяжении определяется тремя факторами: спецификой игры в волейбол, модельными требованиями квалифицированных волейболистов, возрастными особенностями и возможностями волейболистов 11-17 лет.



* Внеклассная работа по волейболу начинается с организации секции. В первой половине сентября производилась запись школьников в секцию, распределение по учебным группам, выборы старост групп, составлялся план работы и расписание занятий. В секцию принимались ученики 5-11 классов, имеющих разрешение родителей и прошедших предварительный медицинский осмотр.



* Для всестороннего развития личности на занятиях секции ставились следующие **ЦЕЛИ**: овладеть основами физической культуры; приобретение крепкого здоровья; развитие двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координированные движения, быстроту реакции); развитие чувство ритма и такта, привить любовь к спорту.

Для решения этих целей ставились следующие **ЗАДАЧИ**:

1. Оздоровительные:

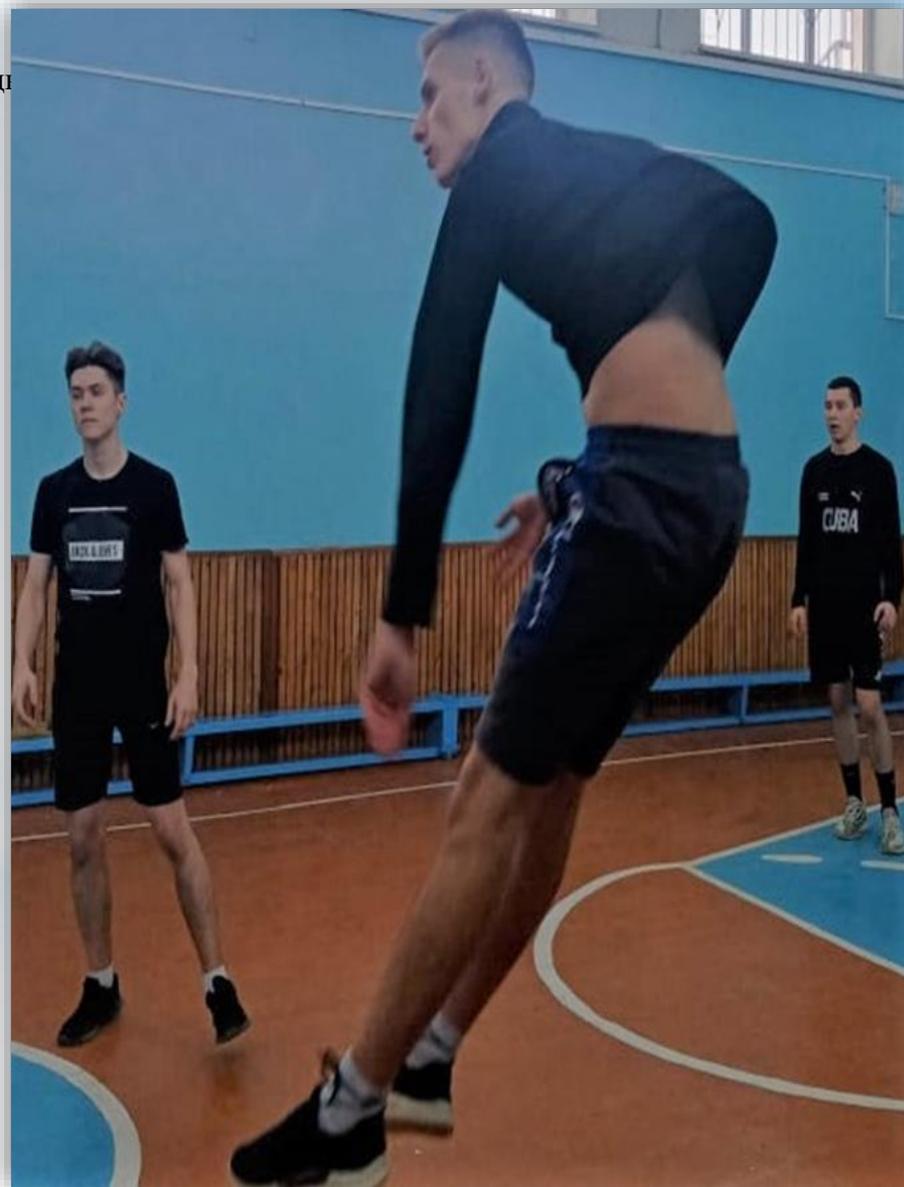
выработка устойчивости организма к неблагоприятным условиям среды;
способствовать укреплению здоровья;
содействие гармоничному физическому развитию;
развитие двигательных способностей;
всестороннее воспитание двигательных качеств;
создание надежной базы физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.д.
укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

2. Образовательные:

обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
развить необходимые физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);
обучить правильному выполнению упражнений.

3. Воспитательные:

выполнение сознательных двигательных действий;
любовь к спорту;
чувство ответственности за себя, а также волю, смелость, активность;
воспитанию нравственных и волевых качеств;
привлечение учащихся к спорту



Секцию посещали две группы: старшая и младшая.



Спортивная секция работает в четверг, пятницу. Младшая группа занималась с 14-00 до 14-40, а старшая группа - с 14-45 до 15-25. Члены младшей группы проявляли большую активность, занятия не пропускали, с удовольствием выполняли разминочные упражнения, с азартом играли в волейбол. В старшей группе учащиеся более заняты учебной работой, поэтому были пропуски занятий. Младшие учащиеся познакомились с правилами игры, учились судить игру, изучали технику игры: техника нападения, техника подачи мяча, защита, а старшеклассники закрепляли свои знания и умения.

Формы и режим занятий.

Формы обучения: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой), учебно-тренировочная игра в волейбол. 4 часа в неделю, 2 раза в неделю, 136 часов в год

Формы занятий:

Все формы занятий проводятся на основе современной методики тренировки.

Основными формами учебно-тренировочной работы являются:

Групповые теоретические и практические занятия по расписанию;

Тренировки по индивидуальным планам и выполнение домашних заданий;

Участие в соревнованиях.



Основной показатель работы секции по волейболу:

Стабильность состава занимающихся;

Динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической подготовки (по истечении каждого года);

Вклад в подготовку юношеских сборных района;

Осуществление восстановительно — профилактических мероприятий;

Прохождение судейской практики;

Создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий.



Ожидаемые результаты и способы их проверки:

По итогам обучения по программе в целом воспитанники **должны знать:**

Состояние и развитие волейбола в России; Правила техники безопасности; Правила игры; Терминологию волейбола.

*** Должны уметь:**

1. Выполнять передачу, прием, подачу мяча, нападающие удары и постановку блока;
2. Анализировать и оценивать игровую ситуацию;
3. Обладать тактикой нападения и защиты;
4. Судить соревнования по волейболу.

*** Должны иметь навыки:**

1. Владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного приема и нападающих ударов, постановка блока, различных видов приема и передачи мяча;
2. Применение индивидуальных действий как в нападении, так и в защите;
3. Самостоятельно применять все виды перемещения.



Формы подведения итогов:

Участие в школьных, районных и краевых соревнованиях;

Сдача контрольных испытаний два раза в год (октябрь и май);

Участие в судействе школьных и районных соревнованиях по волейболу.

Пропуски занятий:

всего 48, из них по уважительной причине, по болезни: 16+32

Товарищеский турнир Учитель-ученик, в рамках акции «Спорт, против наркотиков»

Участие в соревнованиях: Школьный этап соревнований по волейболу: девочки 2 и 3 место (7 класс), мальчики 1 место (11 класс), девочки 2,3 место (11, 9 классы)

Районный этап соревнований: девочки 3 место (2019 г.)

Основные проблемы:

Самой главной проблемой занятий является нехватка спортивного инвентаря.

Недостаток часов, мальчики и девочки занимаются вместе, если они будут заниматься отдельно результативность будет больше.



Работа секции волейбола проводилась на основе программы, содержащей теоретический и практический материал. Основной формой секционных занятий является урок.

Теоретические занятия проходили в виде 7—10-минутных бесед, обычно до начала занятия.

На практических занятиях изучалась техника и тактика игры, а также велось совершенствование физической подготовки школьников. В содержание практических занятий входили: строевые упражнения, упражнения для различных мышечных групп, с предметами и сопротивлением, на гимнастических снарядах и акробатические упражнения; специальные упражнения для развития быстроты, прыгучести и ориентировки; элементы легкой атлетики, спортивных и подвижных игр.

Посещая занятия секции «Волейбол» в школе, учащиеся получали сведения по истории развития волейбола, знакомились с основами методики обучения и тренировки, методами и средствами физической, технической, тактической, психологической и другими видами подготовки. Они получали также знания по гигиене, режиму питания, профилактике травматизма. На занятиях по волейболу учащиеся укрепляли свое здоровье, развивали специальные физические качества, повышали спортивное мастерство.

По мнению медиков, выполнение передач мяча, подач и блокирований является хорошим корригирующим средством. При условии правильной методики занятий волейболом у занимающихся становится реже сердечный ритм, снижаются артериальное давление и частота дыхания в состоянии покоя.

Учебные нормативы по волейболу для учащихся VI—VII классов

Нормативы	Оценка	VI класс		VII класс	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки
Передача мяча сверху двумя руками над головой (раз)	«5»	30	20	40	30
	«4»	20	15	30	20
	«3»	10	10	20	15
Передача мяча сверху двумя руками в парах (раз)	«5»	25	20	40	30
	«4»	15	15	30	20
	«3»	10	10	20	15
Передача мяча снизу двумя руками над собой (раз)	«5»	25	20	40	30
	«4»	15	15	30	20
	«3»	10	10	20	15
Передача мяча — нижняя или верхняя прямая, из пяти подач (раз)	«5»	3	3	4	3
	«4»	2	2	3	2
	«3»	1	1	2	1

Контрольные нормативы по основам технической подготовки в волейболе в группе дополнительного обучения

№ норматива п/п	Контрольные нормативы	Оценка	3 год обучения		
			н	с	в
1	Верхняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	14	16	18
		Дев.	10	13	15
2	Нижняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	12	14	16
		Дев.	10	14	16
3	Передача мяча в парах, без потерь. Расстояние 5–6 м (кол-во раз)	Юн.	19	22	27
		Дев.	14	17	22
4	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в площадку	Юн.	15	18	22
		Дев.	9	12	17
5	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в левую/правую половину площадки, по заданию преподавателя	Юн.	5	7	9
		Дев.	5	7	9
6	Передача на точность через сетку, из зоны 4 в зону 6, из 5 попыток	Юн.	7	9	11
		Дев.	5	7	9
7	Нижние передачи над собой	Юн.	25	29	32
		Дев.	17	25	27
8	Верхние передачи над собой	Юн.	24	27	32
		Дев.	18	24	28



Сборная МОУ «СОШ №9»,
победители и призеры районных соревнований по
игровым видам спорта, 2023 - 2024 гг.

1 место по Спартакиаде школьников

Благодарненского района



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. «Волейбол. Программа для секций коллективов физкультуры»

ред. В. С. Хомутский М., 1971

2. Ю. Д. Железняк «120 уроков по волейболу»
М., 1970

3. «Спортивные игры. Учебное пособие для вузов» ред. Ю. Н. Клещев М., 2003 г.

