

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Курно- Липовская средняя общеобразовательная школа**

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель МО _____/Ткачева М.В./ Протокол № <u>1</u> от « <u>28</u> » <u>08</u> 2023 г.	<b>«Согласовано»</b> Зам. директора по ВР _____/Гавриленко Р.С./	<b>«Утверждаю»</b> Директор МБОУ Курно – Липовской СОШ _____/Павлова Т.В.Ы./ Приказ от <u>30.08. 2023</u> №117/1 - ОД
---	--	--

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **внеурочной деятельности**

### **«Волейбол»**

**(спортивно-оздоровительное направление)**

Класс: 7-9

Количество часов: 17

Учитель: Пархомов Никита Владимирович

## Раздел I.

### Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Областной закон от 14.11.2013г. № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (с изменениями и дополнениями).
3. Основная образовательная программа основного общего образования на 2023-2028 г.г. (приказ по МБОУ Курно – Липовской СОШ от 30.08.2023 г. № 117/1 -ОД).
4. Приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021г. №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом РФ 05.07.2021 №64101).
5. Приказ Минпросвещения России от 16.11.2022 N 993 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2022 N 71764).
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2020г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями).
7. Положение о разработке и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) в МБОУ Курно – Липовской СОШ (приказ от 31.05.2023г. №68 - ОД).
8. Учебный план МБОУ Курно – Липовской СОШ, реализующей основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования на 2023-2024 учебный год (приказ от 23.06.2023 г. №75/1-ОД).

**Актуальность программы** состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

**Цели** конкретизированы следующими задачами:

- Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
- Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.
- Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
- Обучение технике и тактике игры в волейбол.
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
- Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.

- Воспитание моральных и волевых качеств.

Воспитание на занятиях внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;
- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;
- создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;
- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;
- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

Программа рассчитана на 17 часов. Программа рассчитана на учащихся 7-9 классов.

## Раздел II. Содержание программы.

### ***Перемещения***

Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

### ***Передачи мяча***

Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над собой. Передача снизу двумя руками в парах.

### ***Подачи мяча***

Нижняя прямая. Верхняя прямая. Подача в прыжке.

### ***Нападающие (атакующие) удары***

Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево).

### ***Приём мяча***

Приём снизу двумя руками. Приём сверху двумя руками. Приём мяча, отражённого сеткой.

### ***Блокирование атакующих ударов***

Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоём, втроём). Страховка при блокировании.

### ***Тактические игры***

Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.

### ***Подвижные игры и эстафеты***

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности.

### ***Физическая подготовка***

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

### ***Судейская практика***

Судейство учебной игры в волейбол.

## **Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в **принципе совместной деятельности учителя и ученика**. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке..

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

**Наглядные методы:** применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

### **Практические методы:**

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

**Метод круговой тренировки** предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

**Формы обучения:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Форма контроля:** зачет «Соревнования между командами»

## Раздел III.

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Волейбол».

#### Освоения обучающимися программы внеурочной деятельности:

- **личностные** результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные** результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные** результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

#### Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### *Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

### **Черты личности обучающегося образовательного учреждения**

- владеет системой знаний о различных сферах человеческой деятельности, являющейся основой формирования убеждений, т.е.мировоззрения;
- знает Конституцию Российской Федерации, этические и правовые нормы, регулирующие отношения человека к обществу, окружающей среде, умеет учитывать их при решении экономических, социальных, политических и экологических задач в рамках своей компетенции;
- способен в условиях развития науки, техники и изменяющейся социальной практики приобретать новые знания, используя современные образовательные технологии;
- понимает сущность и социальную значимость будущей или приобретенной профессии, знаком с проблемами, определяющими область профессиональной деятельности;
- умеет на научной основе организовать свой труд;
- умеет критически осмысливать социальную информацию, анализировать полученные данные, быть конструктивным в принятии решений;
- проявляет самостоятельность в ситуации выбора и умеет нести ответственность за принятое решение;
- владеет навыками сотрудничества;
- владеет способами осуществления познавательной, коммуникативной, преобразовательной, художественно –эстетической деятельности; стремится к творчеству;
- убежден, что высшие ценности человеческой жизни- это добро, красота, любовь к людям;
- умеет управлять собой, своими эмоциями творчески самосовершенствуется;
- владеет навыками организационной культуры;
- наделен чувством гражданской ответственности, стремится быть полезным окружающим людям; уважает свой народ и народы других стран;
- способен терпимо относиться к людям другой национальности и вероисповедания;
- умеет противодействовать асоциальным проявлениям.

## Раздел IV.

### Тематическое планирование.

Наименование разделов и тем	Количество часов	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Правила игры в волейбол. Поддача мяча.	5	«Открытый урок. Первое сентября» <a href="https://urok.1sept.ru/">https://urok.1sept.ru/</a>  <a href="http://fiskultura.ucoz.ru/">http://fiskultura.ucoz.ru/</a> Сайт «ФизкультУра»	- Воспитание учащихся на общечеловеческих ценностях.  - Формирование жизненно необходимых качеств
Передача мяча	5	<a href="http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632">http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632</a> Педагогические условия обучения школьников элементам игры в баскетбол <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «Я иду на урок физкультуры»	обучающихся командной <u>работе и взаимодействию с другими обучающимися.</u>  Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению спортивных навыков
Прием мяча. Нападающий удар.	4	<a href="http://www.trainer.h1.ru/">http://www.trainer.h1.ru/</a> - сайт учителя физ. культуры  <a href="http://metodsovet.su/forum/15-117-">http://metodsovet.su/forum/15-117-</a> образовательный сайт для учителей физической культуры	- Целенаправленный отбор содержания учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности  - Использование современных образовательных технологий



Блокирование нападающих ударов	3	<a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту современный центр информационного и библиотечного обслуживания	Определение воспитательных возможностей учебного материала, деятельности на уроке. - Формирование и постановка реально достижимых воспитательных целей.
Всего	17ч		

## Раздел V.

### Календарно-тематическое планирование

№	Наименование тем	Количество часов	Дата план	Дата факт
<b>Правила игры в волейбол. Поддача мяча.</b>				
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	1	01.09	
2	Правила игры в волейбол. Учебная игра.	1	08.09	
3	Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра.	1	15.09	
4	Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра.	1	22.09	
5	Правила игры в волейбол. Учебная игра.	1	29.09	
<b>Передача мяча</b>				
6	Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра.	1	06.10	
7	Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра.	1	13.10	
8-9	Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра.	2	20.10 27.10	
10	Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра.	1	10.11	
<b>Прием мяча. Нападающий удар.</b>				
11	Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра.	1	17.11	
12	Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения.	1	24.11	
13	Прием мяча: сверху двумя руками с падением	1	01.12	
14	Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением	1	08.12	
<b>Блокирование нападающих ударов</b>				
15	Блокирование нападающих ударов: одиночные и групповые . Учебная игра.	1	15.11	
16	Блокирование нападающих ударов: по ходу, Учебная игра.	1	22.12	
17	Индивидуальные тактические действия: выбор и способ отбивания мяча через сетку. Учебная игра.	1	29.12	

