



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» физкультурно-спортивного направления разработана с учетом требований и положений, изложенных в следующих документах:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р;
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 287;
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
5. Федеральный закон от 19.05.1995 г. № 82-ФЗ «Об общественных объединениях»;

Программа курса «Волейбол» рассчитана на обучающихся возрастом 11-15 лет, (5-9 классы). Срок реализации программы курса внеурочной деятельности 1 год, 1 час в неделю (34 часа в год).

**Цель программы:** физическое развитие обучающихся средствами игры в волейбол.

**Задачи:**

- развитие интереса к игре волейбол;
- формирование знаний обучающихся о технике и тактике игры волейбол;
- укрепление здоровья школьников;
- воспитание желания заниматься спортивно-игровой деятельностью в повседневной жизни.

Рабочая программа предназначена для курса внеурочной деятельности «Волейбол» МБОУ «СОШ № 2 г. Красноармейска», а так же для реализации основной образовательной программы на 2022-2023 учебный год в части внеурочной деятельности физкультурно-спортивного направления.

Актуальность программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие обучающихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

Уровень результатов работы по программе:

Первый уровень результатов — приобретение школьником первичного понимания социальной значимости спорта в жизни, а именно изучение истории волейбола в России, в районе, области, стране и в мире в целом.

Второй уровень результатов — формирование позитивного отношения к волейболу, ценностного отношения к спорту в целом, а именно получение теоретических и практических знаний.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного действия, а именно самостоятельного поиска и применения полученных знаний и умения.

Работа по программе «Волейбол» предполагает изучение, как самой игры, так и физических упражнений. Содержание данной программы рассчитано на систему одного занятия в неделю продолжительностью 45 минут.

Содержание программы структурировано по видам подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Оценка результативности образовательной деятельности обучающихся определяется исходя из проведения конкурсов и соревнований. Результаты работы кружка «Волейбол» могут быть представлены на школьных, муниципальных, региональных этапах соревнований.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Тема занятия	Основное содержание	Основные виды деятельности
1.	Теоретические сведения. Правила и судейство игр по волейболу. Техника безопасности на занятиях секции волейбола.	Понятие физической культуры. Выполнение упражнений на укрепление здоровья	Беседа, работа в парах
2.	Общеразвивающие упражнения. Развитие специальных двигательных качеств.	История волейбола. Выполнение упражнений	Беседа, работа в группах
3.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	Отработка техники приставных шагов	Работа в группах
4.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Бег, остановки, повороты, прыжки вверх	Работа в парах
5.	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх.	Нападение	Работа в группах
6.	Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	Передачи мяча	Работа в парах
7.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	Передачи мяча	Работа в группах, беседа
8.	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	Передачи мяча	Работа в парах
9.	Передача мяча снизу двумя руками над собой.	Передачи мяча	Работа в группах
10.	Передача мяча снизу двумя руками в парах.	Передачи мяча	Работа в группах
11.	Нижняя прямая подача.	Отработка подач	Работа в парах
12.	Верхняя прямая подача.	Отработка подач	Работа в парах
13.	Учебная игра «Волейбол».	Учебная игра	Работа в группах
14.	Подача в прыжке.	Отработка подач	Работа в группах
15.	Прямой нападающий удар (по ходу).	Нападение	Работа в парах
16.	Нападающий удар с переводом вправо (влево)	Нападение	Работа в парах
17.	Прием мяча снизу двумя руками.	Приём мяча	Беседа
18.	Прием мяча сверху двумя руками.	Приём мяча	Работа в группах
19.	Приём мяча, отраженного сеткой.	Приём мяча	Работа в группах
20.	Совершенствование техники приема мяча.	Приём мяча	Работа в парах
21.	Учебная игра «Волейбол».	Учебная игра	Работа в группах
22.	Одиночное блокирование.	Отработка блокирования игрока	Работа в группах
23.	Групповое блокирование (вдвоём, втроём).	Отработка блокирования игрока	Работа в группах
24.	Страховка при блокировании.	Отработка блокирования игрока	Беседа
25.	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите.	Разбор действий в нападении	Работа в группах
26.	Групповые тактические действия в нападении, защите.	Разбор действий в защите	Беседа
27.	Групповые тактические действия в нападении, защите.	Разбор действий в защите	Беседа
28.	Учебная игра «Волейбол».	Учебная игра	Работа в группах
29.	Учебная игра «Волейбол».	Учебная игра	Работа в группах

30.	Командные тактические действия в нападении, защите.	Действия в нападении	Работа в группах
31.	Командные тактические действия в нападении, защите.	Разбор действий в защите	Работа в группах
32.	Двусторонняя учебная игра.	Учебная игра	Беседа
33.	Двусторонняя учебная игра.	Учебная игра	Работа в группах
34.	Итоговое занятие.	Подведение итогов	Беседа

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, 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.

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» – является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **1. Регулятивные УУД.**

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить 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).

## **2. 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.

## **3. 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

### **Обучающиеся получают возможность научиться:**

- правильно применять и использовать приемы владения мячом;
- владеть техникой передвижения при нападении, защите;
- участвовать в соревнованиях и смотрах-конкурсах по физкультурно-спортивной тематике.

Программа рассчитана на достижение результатов

### **Первого уровня:**

- повышение познавательного интереса к физкультурно-спортивной истории;
- развитие интеллектуального потенциала школьников;
- повышение спортивного уровня обучающихся;
- развитие личности учеников.

### **Второй уровень результатов:**

- участие школьников во внеклассных мероприятиях, конкурсах, викторинах, спортивных конференциях;
- заинтересованность в развитии своих спортивных способностей.

### **Третий уровень результатов:**

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- пользоваться различными видами научной литературы, использовать полученную информацию в различных видах деятельности;
- участвовать в конкурсах, соревнованиях муниципального уровня.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика	Основные виды деятельности учащихся
1.	Теоретическая подготовка	1	1		Познавательная деятельность
2.	Специальная подготовка техническая	21		21	Спортивно-оздоровительная деятельность
3.	Специальная подготовка тактическая	5		5	Спортивно-оздоровительная деятельность
4.	Общая физическая подготовка	На каждом занятии			Игровая деятельность
5.	Соревновательная деятельность	7		7	Игровая деятельность
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>1</b>	<b>33</b>	