

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Пензенской области
Управление образования города Кузнецка
МБОУ СОШ № 8 им. П. А. Щипанова города Кузнецка

СОГЛАСОВАНО

на заседании
Педагогического
совета
МБОУ СОШ № 8
им. П.А. Щипанова
города Кузнецка
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ № 8
им. П.А. Щипанова города
Кузнецка

Шалькина С.В.

Приказ № 51 - ОД
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
физкультурно-спортивного и оздоровительного направления
«Волейбол»
на первый год обучения

Кузнецк, 2024

Статус документа

Рабочая программа внеурочной деятельности МБОУ СОШ № 8 им. П. А. Щипанова города Кузнецка физкультурно-спортивного и оздоровительного направления «Волейбол» для обучающихся первого года разработана на основе Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 8 им. П.А. Щипанова города Кузнецка, Фундаментального ядра содержания общего образования и Требований к результатам основного общего образования, представленных в Федеральном государственном стандарте общего образования второго поколения, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России, программы внеурочной деятельности обучающихся Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова (Внеурочная деятельности учащихся. Волейбол. М.: Просвещение, 2011).

Структура документа

Рабочая программа по физкультурно-спортивного и оздоровительного направления «Волейбол» включает следующие разделы:

- **результаты освоения курса внеурочной деятельности;**
- **содержание курса внеурочной деятельности** с указанием форм организации и видов деятельности;
- **тематическое планирование** с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Реализация программы спортивно-оздоровительного направления «Волейбол» предусматривает достижение следующих результатов:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся 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 обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися 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.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих 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.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Учебный материал
Перемещения	
1	Стойка игрока (исходные положения)
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед

3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)
Передачи мяча	
1	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)
2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)
3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи
4	Передача мяча снизу двумя руками над собой
5	Передача мяча снизу двумя руками в парах
Подачи мяча	
1	Нижняя прямая
2	Верхняя прямая
3	Подача в прыжке
Атакующие удары (нападающий удар)	
1	Прямой нападающий удар (по ходу)
2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)
Прием мяча	
1	Прием мяча снизу двумя руками
2	Прием мяча сверху двумя руками
3	Прием мяча, отраженного сеткой
Блокирование атакующих ударов	
1	Одиночное блокирование
2	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)
3	Страховка при блокировании
Тактические игры	
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите
2	Групповые тактические действия в нападении, защите
3	Командные тактические действия в нападении, защите
4	Двухсторонняя учебная игра
Подвижные игры и эстафеты	
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий
2	Игры развивающие физические способности
Физическая подготовка	
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости
Судейская практика	
1	Судейство учебной игры в волейбол

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 год обучения

№	тема	Кол-во часов
1	Перемещения	16
2	Верхняя передача	12
3	Нижняя передача	12
4	Верхняя прямая подача с середины площадки	8
5	Прием мяча	6
6	Подвижные игры и эстафеты	16
	Итого 70 часов.	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 год обучения

№	Тема занятия	Дата
1	Разучивание стойка игрока (исходные положения)	
2	Стойка игрока (исходные положения)	
3	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	
7	Игровое занятие	
8	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	
11	Разучивание верхняя передача мяча над собой	
12	Верхняя передача мяча над собой	
13	Верхняя передача мяча над собой	
14	Игровое занятие.	
15	Разучивание верхняя передача мяча у стены.	
16	Верхняя передача мяча в парах	
17	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку.	
18	Игровое занятие.	
19	Разучивание: верхняя прямая подача с середины площадки.	
20	Верхняя прямая подача с середины площадки.	
21	Верхняя прямая подача с середины площадки.	
22	Верхняя прямая подача с середины площадки.	
23	Игровое занятие.	
24	Нижняя передача над собой	
25	Нижняя передача над собой	
26	Нижняя передача над собой	
27	Игровое занятие	
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах	
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах	
30	Нижняя передача мяча у стены, в парах	
31	Игровое занятие.	
32	Прием мяча с подачи у стены.	
33	Подача и прием мяча в парах .	
34	Подача прием мяча через сетку в парах с середины площадки	
35	Учебная игра мини-волейбол.	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283065556778247684513821978221916535412716623624

Владелец Шалькина Светлана Венедиктовна

Действителен с 10.12.2024 по 10.12.2025