

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 131 г. Челябинска»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Волейбол»**

<b>Направление курса</b>	<b>Спортивно-оздоровительное</b>
<b>Уровень образования</b>	<b>Основное общее образование</b>
<b>Возраст обучающихся</b>	<b>11-15 лет</b>
<b>Срок реализации программы</b>	<b>5 лет</b>
<b>Разработчик программы</b>	<b>Сызранцев Дмитрий Андреевич, учитель физической культуры первой квалификационной категории</b>

**г. Челябинск  
2017 г.**

### Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» является модифицированной, созданной на основе учебного пособия «Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей и методистов»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011, в соответствии с Федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (полного) общего образования и нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- с приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» с последующими изменениями;
- письмом Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5–9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

**Актуальность и новизна программы.** Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Программа реализуется в рамках внеурочной деятельности в соответствии с образовательным планом. Комплектование групп по данному курсу внеурочной деятельности осуществляется в начале учебного года на основании анкетирования родителей (законных представителей) обучающихся. Наполняемость группы - до 25 человек. Группа набирается из числа обучающихся в одной параллели.

Программа рассчитана на обучающихся 11 - 15 лет, реализуется в течение пяти лет обучения. Суммарное количество часов –175 часов: 5 класс – 35 часов, 6 класс – 35 часов, 7 класс – 35 часов, 8 класс – 35 часов, 9 класс – 35 часов. Занятия проводятся по одному часу в неделю.

Продолжительность занятий до 45 минут. Форма организации занятий – групповая.

### **Цели и задачи программы.**

Данная программа курса внеурочной деятельности направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими задачами:

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

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

### **Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагога и воспитанника. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий:

- Словесные методы: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.
- Наглядные методы: показ упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.
- Практические методы: метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

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 подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Волейбол».** 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.

**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):

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).

### Содержание курса 5 класс

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Перемещения	8
2	Верхняя передача	6
3	Верхняя прямая подача с середины площадки	6
4	Нижняя передача	4
5	Приём мяча	3
6	Подвижные игры и эстафеты	8
Итого		35 часов

**6 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Индивидуальные тактические действия в защите	8
2	Закрепление техники верхней передачи	6
3	Закрепление техники нижней передачи	6
4	Верхняя прямая подача	4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	8
Итого		35 часов

**7 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	8
2	Закрепление техники верхней передачи	6
3	Закрепление техники нижней передачи	6
4	Верхняя прямая подача	4
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	4
6	Физическая подготовка в процессе занятия	6
Итого		35 часов

**8 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	8
2	Прямой нападающий удар	6
3	Совершенствование верхней прямой подачи	6
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4
5	Одиночное блокирование	4
6	Двусторонняя учебная игра	8
Итого		35 часов

**9 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	8
2	Прямой нападающий удар	6
3	Верхняя, нижняя передача двумя руками назад	6
4	Командные тактические действия в нападении и защите	4
5	Двусторонняя учебная игра	3
6	Физическая подготовка	7
Итого		35 часов

**Календарно-тематическое планирование  
5 класс (35 часов)**

№	Наименование тем, разделов	Дата проведения занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теория	практика		
<b>Раздел 1. Перемещения. 8ч.</b>						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные УУД</b> -Освоить правила здорового и безопасного образа жизни.</p> <p><b>Регулятивные УУД</b> -Сформировать интерес к волейболу. -уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p><b>Познавательные УУД</b> -Знакомиться с основными перемещениями игрока в волейболе.</p> <p><b>Коммуникативные УУД</b> -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде</p>
2	Стойка игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
7	Игровое занятие			1	1	
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 2.Верхняя передача. 6 ч.</b>						
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные УУД</b> -Сформировать интерес к волейболу.</p> <p><b>Регулятивные УУД</b> -добиться проявление познавательной инициативы, планировать, контролировать и выполнять действия по заданному образцу.</p> <p><b>Познавательные УУД</b></p>
10	Эстафеты с различными способами перемещений		0,5	0,5	1	
11	Разучивание верхней передачи мяча над собой		0,5	0,5	1	
12	Верхняя передача мяча над собой		0,5	0,5	1	

13	Верхняя передача мяча над собой		0,5	0,5	1	-Знакомства с верхней передачей мяча, формирование правильной постановки пальцев, кистей, рук, стойки волейболиста. <b>Коммуникативные УУД</b> -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде
14	Игровое занятие.			1	1	
<b>Раздел 3. Верхняя прямая подача с середины площадки. 6 ч.</b>						
15	Разучивание верхней передачи мяча у стены		0,5	0,5	1	<b>Личностные УУД</b> -Формировать интерес к занятиям, игре, упражнениям.
16	Верхняя передача мяча в парах		0,5	0,5	1	
17	Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку		0,5	0,5	1	<b>Регулятивные УУД</b> -самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия
18	Игровое занятие			1	1	
19	Разучивание верхней прямой подачи с середины площадки		0,5	0,5	1	<b>Познавательные УУД</b> -Познакомиться с верхней прямой подачей. Сформировать правильную постановку корпуса, ног. Уметь правильно выполнять подброс мяча. <b>Коммуникативные УУД</b> -Уметь работать в парах. -Взаимодействовать с учителем. -уметь объяснять технику выполнения прямой верхней подачи.
20	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 4. Нижняя передача. 4 ч.</b>						
21	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	<b>Личностные УУД</b> -Формировать интерес к занятиям, игре, упражнениям.
22	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	
23	Игровое занятие			1	1	<b>Регулятивные УУД</b> -Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. <b>Познавательные УУД</b> -Познакомить с нижней передачей мяча. Уметь правильно соединять руки для нижнего приема мяча, уметь правильно подходить под мяч.
24	Нижняя передача над собой		0,5	0,5	1	

						<b>Коммуникативные УУД</b> -Уметь работать в парах, тройках, команде. -Взаимодействовать с учителем. -Уметь работать в команде, занимая на площадке определенную игровую роль.
<b>Раздел 5. Приём мяча. 3ч.</b>						
25	Нижняя передача над собой		0,5	0,5	1	<b>Личностные УУД</b> -Устойчивость познавательного интереса к новым упражнениям. <b>Регулятивные УУД</b> - Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей <b>Познавательные УУД</b> - Добывать новые знания в процессе наблюдений и выполнения упражнений. <b>Коммуникативные УУД</b> Уметь работать в парах. -Взаимодействовать с учителем. -Уметь объяснять технику выполнения прямой верхней подачи.
26	Нижняя передача над собой		0,5	0,5	1	
27	Игровое занятие			1	1	
<b>Раздел 6. Подвижные игры и эстафеты. 8ч.</b>						
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	<b>Личностные УУД</b> -Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. <b>Регулятивные УУД</b> -уметь выполнять учебное задание в соответствии с целью <b>Познавательные УУД</b> - Уметь легко определять базовые технические элементы в волейболе. <b>Коммуникативные УУД</b> -Уметь работать в команде, занимая на площадке определенную игровую роль.
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	
30	Игровое занятие			1	1	
31	Приём мяча с подачи у стены		0,5	0,5	1	
32	Подача и приём мяча в парах		0,5	0,5	1	
33	Подача и приём мяча через сетку в парах с середины площадки		0,5	0,5	1	
34-35	Учебная игра в мини-волейбол			2	2	
<b>ИТОГО:</b>			<b>13,5</b>	<b>21,5</b>	<b>35</b>	



**Календарно-тематическое планирование  
6 класс (35 часов)**

№	Наименование тем, разделов	Дата проведения занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теория	практика		
<b>Раздел 1. Индивидуальные тактические действия в защите. 8 ч.</b>						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		1		1	<b>Познавательные:</b> перерабатывать новую информацию. <b>-Регулятивные:</b> слушать и понимать новый материал. <b>-Коммуникативные:</b> уметь слушать учителя и правильно выполнять поставленные задачи. <b>-Личностные:</b> интерес как к отдельно заданным упражнениям, так и к игре в целом.
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	
2	Стойка игрока (исходные положения)			1	1	
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
7	Игровое занятие			1	1	
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 2. Закрепление техники верхней передачи. 6ч.</b>						
9	Верхняя передача у стены.		0,5	0,5	1	<b>-Познавательные:</b> перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. <b>-Регулятивные:</b> Уметь выполнять учебное действие в
10	Верхняя передача в парах		0,5	0,5	1	
11	Верхняя передача над собой		0,5	0,5	1	
12	Верхняя передача мяча через сетку		0,5	0,5	1	
13	Верхняя передача мяча в тройках		0,5	0,5	1	

14	Игровое занятие.			1	1	соответствии с планом. - <b>Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя ,работать в команде. - <b>Личностные:</b> Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия.
<b>Раздел 3.Закрепление техники нижней передачи. 6ч.</b>						
15	Разучивание нижней передачи мяча у стены		0,5	0,5	1	- <b>Познавательные:</b> перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. - <b>Регулятивные:</b> Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. - <b>Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя ,работать в команде. - <b>Личностные:</b> Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия.
16	Нижняя передача мяча в парах		0,5	0,5	1	
17	Нижняя передача мяча у стены, в парах, через сетку		0,5	0,5	1	
18	Игровое занятие			1	1	
19	Разучивание правильного выхода под мяч.		0,5	0,5	1	
20	Нижняя передача: выполнение доводки, после нападающего удара		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 4. Верхняя прямая подача. 4ч.</b>						
21	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	- <b>Познавательные:</b> Использовать полученные знания на уроке, для выполнения верней прямой подачи. - <b>Регулятивные:</b> Уметь проговаривать алгоритм выполнения верхней прямой подачи. - <b>Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя, взаимодействовать с партнером. - <b>Личностные:</b> Формировать интерес правильно выполнять базовый технический элемент
22	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	
23	Игровое занятие			1	1	
24	Верхняя прямая подача с 9 метров.		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 5. Закрепление техники приёма мяча с подачи. 3 ч.</b>						
25	Выполнение правильного выхода под мяч		0,5	0,5	1	- <b>Познавательные:</b> Перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. - <b>Регулятивные:</b> Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. - <b>Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя ,работать в команде. - <b>Личностные:</b> Уметь осознавать и оценивать
26	Доводка мяча с подачи в 3 зону		0,5	0,5	1	
27	Игровое занятие			1	1	

						алгоритм своего действия.
<b>Раздел 6. Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра. 8 ч.</b>						
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	<b>-Познавательные:</b> Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. <b>-Регулятивные:</b> Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. <b>-Коммуникативные:</b> Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. <b>-Личностные:</b> Окончательно сформировать интерес к игре «волейбол».
29	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	
30 - 35	Двусторонняя учебная игра			6	6	
<b>ИТОГО:</b>			<b>12,5</b>	<b>22,5</b>	<b>35</b>	

**Календарно-тематическое планирование  
7 класс (35 часов)**

№	Наименование тем, разделов	Дата проведения занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теория	практика		
<b>Раздел 1. Индивидуальные тактические действия в нападении. 8 ч.</b>						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	<b>Познавательные:</b> Перерабатывать новую информацию. <b>Регулятивные:</b> Освоить способы позиционной игры <b>Коммуникативные:</b> Уметь объяснять свои действия. <b>Личностные:</b> Проявлять устойчивый интерес к новым упражнениям.
2	Стойка игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		0,5	0,5	1	
7	Игровое занятие			1	1	
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 2. Закрепление техники верхней передачи. 6 ч.</b>						
9	Верхняя передача мяча у стены.		0,5	0,5	1	<b>Познавательные:</b> Научиться выполнять контроль точности верхней передачи.
10	Верхняя передача мяча у стены с продвижением.		0,5	0,5	1	
11	Верхняя передача мяча над собой, в парах. Тройках.		0,5	0,5	1	<b>Регулятивные:</b> Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. <b>Коммуникативные:</b> Уметь объяснять свои действия. <b>Личностные:</b> Осознавать и оценивать алгоритм
12	Верхняя передача мяча у стены в парах, тройках, четверках.		0,5	0,5	1	

13	Верхняя передача мяча в заданную зону		0,5	0,5	1	своего действия.
14	Игровое занятие.			1	1	
<b>Раздел.3 Закрепление техники нижней передачи. 6 ч.</b>						
15	Нижняя передача мяча у стены		0,5	0,5	1	<p><b>Познавательные:</b> Использовать общие приёмы для выполнения нижней передачи.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> уметь объяснять свои действия. Уметь работать в парах, тройках, команде.</p> <p><b>Личностные:</b> Выразить устойчивый учебно-познавательный интерес к обучению</p>
16	Нижняя передача мяча в парах		0,5	0,5	1	
17	Нижняя передача мяча у стены, в парах, через сетку		0,5	0,5	1	
18	Игровое занятие			1	1	
19	Нижняя передача мяча с перемещениями по зонам		0,5	0,5	1	
20	Нижняя передача мяча после нападающего удара с доводкой связующему.		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 4. Верхняя прямая подача</b>						
21	Верхняя прямая подача с 9 метров		0,5	0,5	1	<p><b>Познавательные:</b> использовать общие приёмы выполнения упражнения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполнять задание строго по заданной форме.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Задавать вопросы для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.</p> <p><b>Личностные:</b> Выразить познавательную мотивацию.</p>
22	Верхняя прямая подача на точность		0,5	0,5	1	
23	Игровое занятие			1	1	
24	Верхняя прямая подача с заданием		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 5. Закрепление техники приёма мяча с подачи. 4 ч.</b>						
25	Нижний прием, после нападающего удара		0,5	0,5	1	<p><b>Познавательные:</b> Добывать новые знания в процессе наблюдений, рассуждений и выполнения упражнений.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Выполнять задания, поставленные на уроке учителем.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Уметь работать в команде, слушать учителя.</p> <p><b>Личностные:</b> Адекватно понимать причины успешности и не успешности выполнения</p>
26	Нижний прием, после скидки		0,5	0,5	1	
27	Игровое занятие			1	1	
28	Нижний прием мяча с подачи		0,5	0,5	1	

						технического элемента.
<b>Раздел 5. Физическая подготовка в процессе занятия</b>						
29	Скоростные упражнения		0,5	0,5	1	<b>Познавательные:</b> Проявлять интерес к физической подготовке, в процессе непрерывных тренировок. <b>Регулятивные:</b> Уметь самостоятельно определять виды физических способностей на уроке. <b>Коммуникативные:</b> Уметь работать в парах, тройках, четверках и т.д. Слушать учителя. Помогать напарнику по команде. <b>Личностные:</b> Задавать вопросы для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.
30	Силовые упражнения		0,5	0,5	1	
31	Упражнение на выносливость		0,5	0,5	1	
32	Скоростно-силовые упражнения		0,5	0,5	1	
33	Упражнение на развитие координации		0,5	0,5	1	
34 - 35	Двухсторонняя игра			2	2	
<b>ИТОГО:</b>			<b>14</b>	<b>21</b>	<b>35</b>	

**Календарно-тематическое планирование  
8 класс (35 часов)**

№	Наименование тем, разделов	Дата проведения занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теория	практика		
<b>Раздел 1. Совершенствование техники верхней, нижней передачи. 8 ч.</b>						
1	Верхняя передача мяча через сетку		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные:</b> -Выражать познавательную мотивацию -Верить в успех.</p> <p><b>Регулятивные:</b> -уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p><b>Познавательные :</b> -Уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачу мяча.</p> <p>-Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.</p> <p><b>Коммуникативные :</b> -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде -Слушать и выполнять задание учителя.</p>
2	Верхняя передача мяча в заданную зону.		0,5	0,5	1	
3	Верхняя передача у стены, в парах.		0,5	0,5	1	
4	Верхняя передача мяча со сменой мест.		0,5	0,5	1	
5	Нижняя передача мяча у стены.		0,5	0,5	1	
6	Нижняя передача мяча в парах, через сетку.		0,5	0,5	1	
7	Игровое занятие			1	1	
8	Нижняя передача мяча в заданную зону.		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 2. Прямой нападающий удар. 6 ч.</b>						
9	Разучивание разбега, выхода под мяч, прыжка и приземления.		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные:</b> -Проявлять интерес к приобретению новых знаний и умений -Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия.</p>
10	Выполнения нападающего удара у стены		0,5	0,5	1	
11	Правильная ловля мяча над сеткой		0,5	0,5	1	<p><b>Регулятивные:</b> -Добиться проявление познавательной инициативы, -Планировать, контролировать и выполнять действия по заданному образцу. -Адекватно воспринимать оценку учителя</p>
12	Нападающий удар с подброса мяча на низкой сетке		0,5	0,5	1	
13	Нападающий удар с подброса мяча на стандартной сетке.		0,5	0,5	1	
14	Игровое занятие.			1	1	

						<p><b>Познавательные:</b> -Знакомства с прямым нападающим ударом. Уметь правильно выходить под мяч, выполнять разбег и приземление. Правильно выполнять удар по мячу.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> -Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>
<b>Раздел 3. Совершенствование верхней прямой подачи. 6 ч.</b>						
15	Выполнение верхней прямой подачи с 9 метров		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные:</b> -Адекватное рассуждение о причинах своего успеха/неуспеха.</p> <p><b>Регулятивные:</b> -Самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия</p> <p><b>Познавательные:</b> -Сформировать правильную постановку корпуса, ног. Уметь правильно выполнять подброс мяча. Разобрать технику выполнения планера и силовой подачи.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> -Уметь работать в парах. -Взаимодействовать с учителем. -уметь объяснять технику выполнения прямой верхней подачи, планера, силовой подачи</p>
16	Выполнение верхней прямой подачи в заданную зону		0,5	0,5	1	
17	Планер, как вид верхней прямой подачи		0,5	0,5	1	
18	Планер, как вид верхней прямой подачи		0,5	0,5	1	
19	Силовая подача		0,5	0,5	1	
20	Силовая подача		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 4. Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. 4ч.</b>						
21	Выполнение приема после нападающего удара		0,5	0,5	1	<p><b>Личностные:</b> -Формировать готовность и способность к саморазвитию и самообразованию учащихся.</p> <p><b>Регулятивные:</b> -Осуществлять пошаговый и итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> -Уметь правильно соединять руки для нижнего приема мяча, уметь правильно подходить под мяч.</p>
22	Выполнение приема мяча после нападающего удара и скидки в тройках.		0,5	0,5	1	
23	Прием и доводка мяча с заданной зоны		0,5	0,5	1	
24	Подбор мяча после отскока от сетки		0,5	0,5	1	



						<b>Коммуникативные:</b> -Уметь работать в парах, тройках, команде. -Взаимодействовать с учителем. -уметь объяснять технику.
<b>Раздел 5. Одиночное блокирование. 5 ч.</b>						
25	Блокировка мяча после наброса мяча			1	1	<b>Личностные:</b> -Проявлять интерес к новому техническому элементу в волейболе <b>Регулятивные:</b> -Проявлять познавательную инициативу, планировать, контролировать и выполнять действия по заданному образцу с соблюдением мер безопасности. Адекватно воспринимать информацию учителя и товарища, содержащую оценочный характер отзыва о выполнении технического элемента. <b>Познавательные:</b> -Уметь правильно перемещаться для блокировки мяча. Выпрыгивать в нужный момент и под бьющую руку нападающего. Правильно выставлять руки для блокирования. <b>Коммуникативные:</b> -Уметь рассуждать, слышать, слушать и понимать партнера, правильно выражать свои мысли.
26-28	Блокировка нападающего удара		1	1	2	
29-30	Блокировка мяча с перемещениями		1	1	2	
<b>Раздел 6. Двусторонняя учебная игра. 8 ч.</b>						
31-35	Двусторонняя учебная игра			5	5	<b>-Познавательные:</b> Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. <b>-Регулятивные:</b> Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. <b>-Коммуникативные:</b> Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. <b>-Личностные:</b> Окончательно сформировать интерес к игре «волейбол».
<b>ИТОГО:</b>			<b>13</b>	<b>22</b>	<b>35</b>	

**Календарно-тематическое планирование  
9 класс (35 часов)**

№	Наименование тем, разделов	Дата проведения занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теория	практика		
<b>Раздел 1. Верхняя передача двумя руками в прыжке. 8 ч.</b>						
1	Верхняя передача в прыжке над собой		0,5	0,5	1	<p><b>-Познавательные:</b> перерабатывать новую информацию.</p> <p><b>-использовать</b> ранее полученные знания , для изучения более сложного технического элемента.</p> <p><b>-Регулятивные:</b> слушать и понимать новый материал. Самостоятельно находить варианты выполнения технического элемента.</p> <p><b>-Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя и правильно выполнять поставленные задачи. Работать в парах, тройках, команде. Получать новые знания в общении с напарниками.</p> <p><b>-Личностные:</b> Интерес как к отдельно заданным упражнениям, так и к игре в целом. Выразить познавательную мотивацию.</p>
2	Верхняя передача в прыжке у стены		0,5	0,5	1	
3	Верхняя передача в прыжке в парах		0,5	0,5	1	
4	Верхняя передача в прыжке в тройках		0,5	0,5	1	
5	Верхняя передача в прыжке спиной		0,5	0,5	1	
6	Верхняя передача в прыжке в заданную зону		0,5	0,5	1	
7	Игровое занятие			1	1	
8	Верхняя передача в прыжке у сетки для быстрой атаки.		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 2. Прямой нападающий удар. 6 ч.</b>						
9	Выполнения нападающего удара у стены		0,5	0,5	1	<p><b>-Познавательные:</b> перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке.</p> <p>Уметь правильно выходить под мяч, выполнять разбег и приземление. Правильно выполнять удар по мячу.</p> <p><b>-Регулятивные:</b> Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом.</p>
10	Правильная ловля мяча над сеткой		0,5	0,5	1	
11	Нападающий удар с подброса мяча на низкой сетке		0,5	0,5	1	
12	Нападающий удар с подброса мяча на стандартной сетке.		0,5	0,5	1	
13	Выполнения нападающего удара у стены		0,5	0,5	1	

14	Игровое занятие.			1	1	<p>выполнять контроль точности выполнения технического элемента</p> <p><b>-Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя ,работать в команде.</p> <p>Учитывать разные мнения и стремится к координации различных позиций в сотрудничестве.</p> <p><b>-Личностные:</b> Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия.</p> <p>Адекватно понимать причины успешности и неуспешности выполнения нападающего удара</p>
<b>Раздел 3.Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. 6 ч.</b>						
15	Разучивание нижней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	<p><b>-Познавательные:</b> Перерабатывать новую информацию.</p>
16	Разучивание нижней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке.
17	Разучивание верхней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	Уметь рассчитывать доводку мяча двумя руками назад в заданную точку.
18	Игровое занятие			1	1	<b>-Регулятивные:</b> Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом.
19	Разучивание верхней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	С помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящую передачу для доводки мяча
20	Верхняя и нижняя передача двумя руками назад: выполнение доводки связующему		0,5	0,5	1	<p><b>-Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя ,работать в команде. Доносить свою позицию до других.</p> <p><b>-Личностные:</b> Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия. Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.</p>
<b>Раздел 4. Командные тактические действия в нападении и защите. 4 ч.</b>						
21	Определение действий игроков при защите		0,5	0,5	1	<b>-Познавательные:</b> Использовать полученные знания на уроке для игры в волейбол.
22	Определение действий игроков при		0,5	0,5	1	<b>-Регулятивные:</b> Уметь проговаривать позиции игрока

	нападении					при определенных игровых моментах на площадке.
23	Расположение игроков в защите при блокировании 1,2,3 игроками первой линии		0,5	0,5	1	<b>-Коммуникативные:</b> Уметь слушать учителя, взаимодействовать с партнером. <b>-Личностные:</b> Проявлять интерес к тактической составляющей игры «волейбол»
24	Расположение игроков в защите при блокировании 1,2,3 игроками первой линии		0,5	0,5	1	
<b>Раздел 5. Двусторонняя учебная игра. 3 ч</b>						
25	Двусторонняя учебная игра			1	1	<b>-Познавательные:</b> Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. <b>-Регулятивные:</b> Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. <b>-Коммуникативные:</b> Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. <b>-Личностные:</b> Знать все правила игры в волейбол. Используя полученные знания, уметь судить игру по волейболу. Осознавать ответственность каждого игрока для общей цели в команде.
26	Двусторонняя учебная игра			1	1	
27	Двусторонняя учебная игра			1	1	
<b>Раздел 6. Физическая подготовка. 8 ч.</b>						
28	Скоростные упражнения			1	1	<b>Познавательные:</b> Проявлять интерес к физической подготовке, в процессе непрерывных тренировок. <b>Регулятивные:</b> Уметь самостоятельно определять виды физических способностей на уроке. <b>Коммуникативные:</b> Уметь работать в парах, тройках, четверках и т.д. Слушать учителя. Помогать напарнику по команде. <b>Личностные:</b> Задавать вопросы для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.
29	Силовые упражнения			1	1	
30	Упражнения на выносливость			1	1	
31	Скоростно-силовые упражнения			1	1	
32	Упражнение на развитие координации			1	1	
33	Двусторонняя учебная игра			1	1	
34 - 35	Сдача нормативов по физ. подготовке			2	2	
<b>ИТОГО:</b>			<b>10,5</b>	<b>24,5</b>	<b>35</b>	



## Методическое обеспечение реализации программы

Для проведения занятий по курсу внеурочной деятельности «Волейбол» необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная - 2 штуки.
2. Стойки волейбольные - 2 штуки.
3. Гимнастическая стенка - 6 – 8 пролётов.
4. Гимнастические скамейки - 2 штуки
5. Гимнастические маты - 3 штуки.
6. Скакалки - 20 штук.
7. Мячи набивные - 5 штук.
8. Мячи волейбольные - 20штук.  
(для мини-волейбола) - 20 штук.

### Планируемые результаты реализации программы

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол,
3. Участие в спартакиаде школы по волейболу, формирование сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников Верхнеуфалейского городского округа по волейболу,
4. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях
6. решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечёт детей от правонарушений и положительно повлияет на обстановку в городе
7. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию детей и молодежи

**Оценка практической подготовленности по контрольным упражнениям.**

Технический прием	Контрольные упражнения	Возраст лет	Оценка							
			мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий
<b>I. Передача мяча</b>	1. Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз).	11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	7	5	3	1	6	4	3	1
		13	9	6	4	2	7	5	3	2
		14	12	9	5	3	9	7	4	3
	2. Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток)	11	3	2	1	0	3	2	1	0
		12	5	4	2	1	4	3	2	1

	3. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 4 через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток)	11	4	3	2	1	4	3	2	1
		12	6	5	3	2	5	4	3	2
	4. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток)	13	4	3	2	1	3	2	1	0
		14	6	5	3	2	5	4	2	1
		15	6	5	3	2	5	4	3	2
		16	6	5	3	2	5	4	3	2
		17	7	5	3	2	6	5	3	2
	5. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	13	5	4	3	2	4	3	2	1
		14	6	5	3	2	5	4	3	2
	6. Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток)	15	4	3	2	1	3	2	1	0
		16	4	3	2	1	4	3	2	1
		17	5	4	2	1	4	3	2	1

	7. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4 через сетку в прямоугольник 2х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток)	15	5	4	3	2	4	3	2	1
		16	5	4	3	2	4	3	2	1
		17	7	5	4	2	5	4	3	2
<b>II. Подача мяча</b>	1. Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	11	7	4	3	1	6	4	3	1
		12	8	6	4	2	7	5	3	2
	2. Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	11	4	3	2	1	4	3	1	0
		12	6	4	3	2	5	4	2	1
	3. Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток)	13	8	5	3	2	6	4	3	2
		14	9	7	5	3	7	5	4	2
	4. Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	13	5	4	2	1	4	3	2	1
		14	6	5	3	2	5	4	2	1
	5. Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5 попыток в левую и правую половину площадки)	15	6	5	3	2	5	4	2	1
		16	7	5	4	3	5	4	3	2
		17	8	6	4	3	6	4	3	2



	6. Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток)	15	5	4	2	1	4	3	2	1
		16	7	6	4	2	5	3	2	1
		17	8	7	5	3	6	5	3	2
<b>Технический прием</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>Возраст лет</b>	<b>Оценка</b>							
			<b>мальчики</b>				<b>девочки</b>			
			<b>высокий</b>	<b>Выше среднего</b>	<b>средний</b>	<b>низкий</b>	<b>высокий</b>	<b>Выше среднего</b>	<b>средний</b>	<b>низкий</b>

## Литература

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.-112с.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
5. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.
- 6.Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
7. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.