

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

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

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

**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

№	Тема занятий	Кол-во часов
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

№	Тема занятий	Кол-во часов
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

№	Тема занятий	Кол-во часов
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

№	Тема занятий	Кол-во часов
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 проведе ния занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теор ия	прак тика		
Раздел 1. Перемещения. 8ч.						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Освоить правила здорового и безопасного образа жизни. Регулятивные УУД -Сформировать интерес к волейболу. Регулятивные УУД -уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия. Познавательные УУД -Знакомиться с основными перемещениями игрока в волейболе. Коммуникативные УУД -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде
2	Стойка игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		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	
Раздел 2.Верхняя передача. 6 ч.						
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Сформировать интерес к волейболу. Регулятивные УУД -добиться проявление познавательной инициативы, планировать, контролировать и выполнять действия по заданному образцу. Познавательные УУД
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. Коммуникативные УУД -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде
14	Игровое занятие.			1	1	
Раздел 3. Верхняя прямая подача с середины площадки. 6 ч.						
15	Разучивание верхней передачи мяча у стены		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Формировать интерес к занятиям, игре, упражнениям. Регулятивные УУД -самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия Познавательные УУД -Познакомиться с верхней прямой подачей. Сформировать правильную постановку корпуса, ног. Уметь правильно выполнять подброс мяча. Коммуникативные УУД -Уметь работать в парах. -Взаимодействовать с учителем. -уметь объяснять технику выполнения прямой верхней подачи.
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	
18	Игровое занятие			1	1	
19	Разучивание верхней прямой подачи с середины площадки		0,5	0,5	1	
20	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	
Раздел 4. Нижняя передача. 4 ч.						
21	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Формировать интерес к занятиям, игре, упражнениям. Регулятивные УУД -Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. Познавательные УУД -Познакомить с нижней передачей мяча. Уметь правильно соединять руки для нижнего приема мяча, уметь правильно подходить под мяч.
22	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	
23	Игровое занятие			1	1	
24	Нижняя передача над собой		0,5	0,5	1	

						Коммуникативные УУД -Уметь работать в парах, тройках, команде. -Взаимодействовать с учителем. -Уметь работать в команде, занимая на площадке определенную игровую роль.
Раздел 5. Приём мяча. 3ч.						
25	Нижняя передача над собой		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Устойчивость познавательного интереса к новым упражнениям. Регулятивные УУД - Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей Познавательные УУД - Добывать новые знания в процессе наблюдений и выполнения упражнений. Коммуникативные УУД 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	
Раздел 6. Подвижные игры и эстафеты. 8ч.						
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	Личностные УУД -Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности. Регулятивные УУД -уметь выполнять учебное задание в соответствии с целью Познавательные УУД - Уметь легко определять базовые технические элементы в волейболе. Коммуникативные УУД -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	
ИТОГО:			13,5	21,5	35	

Календарно-тематическое планирование
6 класс (35 часов)

№	Наименование тем, разделов	Дата проведе ния занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теор ия	прак тика		
Раздел 1.Индивидуальные тактические действия в защите. 8 ч.						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		1		1	Познавательные: перерабатывать новую информацию. -Регулятивные: слушать и понимать новый материал. -Коммуникативные: уметь слушать учителя и правильно выполнять поставленные задачи. -Личностные: 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 вперёд		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		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	
Раздел 2. Закрепление техники верхней передачи. 6ч.						
9	Верхняя передача у стены.		0,5	0,5	1	-Познавательные: перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. -Регулятивные: 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. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя ,работать в команде. -Личностные: Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия.
Раздел 3.Закрепление техники нижней передачи. 6ч.						
15	Разучивание нижней передачи мяча у стены		0,5	0,5	1	-Познавательные: перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. -Регулятивн ые: Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя ,работать в команде. -Личностные: 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	
Раздел 4. Верхняя прямая подача. 4ч.						
21	Верхняя прямая подача с середины площадки		0,5	0,5	1	-Познавательные: Использовать полученные знания на уроке, для выполнения верней прямой подачи. -Регулятивн ые: Уметь проговаривать алгоритм выполнения верхней прямой подачи. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя, взаимодействовать с партнером. -Личностные: 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	
Раздел 5. Закрепление техники приёма мяча с подачи. 3 ч.						
25	Выполнение правильного выхода под мяч		0,5	0,5	1	-Познавательные: Перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. -Регулятивн ые: Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя ,работать в команде. -Личностные: 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.
Раздел 6.Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра. 8 ч.						
28	Нижняя передача мяча у стены, в парах		0,5	0,5	1	-Познавательные: Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. -Регулятивные: Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. -Коммуникативные: Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. -Личностные: 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	
ИТОГО:			12,5	22,5	35	

Календарно-тематическое планирование
7 класс (35 часов)

№	Наименование тем, разделов	Дата проведе ния занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теор ия	прак тика		
Раздел 1. Индивидуальные тактические действия в нападении. 8 ч.						
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения)		0,5	0,5	1	Познавательные: Перерабатывать новую информацию. Регулятивные: Освоить способы позиционной игры Коммуникативные: Уметь объяснять свои действия. Личностные: 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 вперёд		0,5	0,5	1	
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		0,5	0,5	1	
6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд		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	
Раздел 2. Закрепление техники верхней передачи. 6 ч.						
9	Верхняя передача мяча у стены.		0,5	0,5	1	Познавательные: Научиться выполнять контроль точности верхней передачи.
10	Верхняя переда мяча у стены с продвижением.		0,5	0,5	1	
11	Верхняя передача мяча над собой, в парах. Тройках.		0,5	0,5	1	Регулятивные: Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя. Коммуникативные: Уметь объяснять свои действия. Личностные: 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	
Раздел.3 Закрепление техники нижней передачи. 6 ч.						
15	Нижняя передача мяча у стены		0,5	0,5	1	Познавательные: Использовать общие приёмы для выполнения нижней передачи. Регулятивные: 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. Коммуникативные: уметь объяснять свои действия. Уметь работать в парах, тройках, команде. Личностные: Выражать устойчивый учебно-познавательный интерес к обучению
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	
Раздел 4. Верхняя прямая подача						
21	Верхняя прямая подача с 9 метров		0,5	0,5	1	Познавательные: использовать общие приёмы выполнения упражнения. Регулятивные: выполнять задание строго по заданной форме. Коммуникативные: Задавать вопросы для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром. Личностные: Выражать познавательную мотивацию.
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	
Раздел 5. Закрепление техники приёма мяча с подачи. 4 ч.						
25	Нижний прием, после нападающего удара		0,5	0,5	1	Познавательные: Добывать новые знания в процессе наблюдений, рассуждений и выполнения упражнений. Регулятивные: Выполнять задания, поставленные на уроке учителем. Коммуникативные: Уметь работать в команде, слушать учителя. Личностные: Адекватно понимать причины успешности и не успешности выполнения
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.
Раздел 5. Физическая подготовка в процессе занятия						
29	Скоростные упражнения		0,5	0,5	1	Познавательные: Проявлять интерес к физической подготовке, в процессе непрерывных тренировок. Регулятивные: Уметь самостоятельно определять виды физических способностей на уроке. Коммуникативные: Уметь работать в парах, тройках, четверках и т.д. Слушать учителя. Помогать напарнику по команде. Личностные: 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	
ИТОГО:			14	21	35	

Календарно-тематическое планирование
8 класс (35 часов)

№	Наименование тем, разделов	Дата проведе ния занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теор ия	прак тика		
Раздел 1. Совершенствование техники верхней, нижней передачи. 8 ч.						
1	Верхняя передача мяча через сетку		0,5	0,5	1	Личностные: -Выражать познавательную мотивацию -Верить в успех. Регулятивные: -уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия. Познавательные : -Уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачу мяча. -Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Коммуникативные : -Уметь работать в парах, тройках. -Взаимодействовать в команде -Слушать и выполнять задание учителя.
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	
Раздел 2. Прямой нападающий удар. 6 ч.						
9	Разучивание разбега, выхода под мяч, прыжка и приземления.		0,5	0,5	1	Личностные: -Проявлять интерес к приобретению новых знаний и умений -Уметь осознавать и оценивать алгоритм своего действия. Регулятивные: -Добиться проявление познавательной инициативы, -Планировать, контролировать и выполнять действия по заданному образцу. -Адекватно воспринимать оценку учителя
10	Выполнения нападающего удара у стены		0,5	0,5	1	
11	Правильная ловля мяча над сеткой		0,5	0,5	1	
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	

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

						Коммуникативные: -Уметь работать в парах, тройках, команде. -Взаимодействовать с учителем. -уметь объяснять технику.
Раздел 5. Одиночное блокирование. 5 ч.						
25	Блокировка мяча после наброса мяча			1	1	Личностные: -Проявлять интерес к новому техническому элементу в волейболе Регулятивные: -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. Познавательные: -Уметь правильно перемещаться для блокировки мяча. Выпрыгивать в нужный момент и под бьющую руку нападающего. Правильно выставлять руки для блокирования. Коммуникативные: -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	
Раздел 6. Двусторонняя учебная игра. 8 ч.						
31-35	Двусторонняя учебная игра			5	5	-Познавательные: Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. -Регулятивные: Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. -Коммуникативные: Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. -Личностные: Окончательно сформировать интерес к игре «волейбол».
ИТОГО:			13	22	35	

Календарно-тематическое планирование
9 класс (35 часов)

№	Наименование тем, разделов	Дата проведе ния занятия	Кол-во часов		Всего, час	Планируемые результаты
			теор ия	прак тика		
Раздел 1.Верхняя передача двумя руками в прыжке. 8 ч.						
1	Верхняя передача в прыжке над собой		0,5	0,5	1	-Познавательные: перерабатывать новую информацию. -использовать ранее полученные знания , для изучения более сложного технического элемента. -Регулятивные: слушать и понимать новый материал. Самостоятельно находить варианты выполнения технического элемента. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя и правильно выполнять поставленные задачи. Работать в парах, тройках, команде. Получать новые знания в общении с напарниками. -Личностные: Интерес как к отдельно заданным упражнениям, так и к игре в целом. Выражать познавательную мотивацию.
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	
Раздел 2. Прямой нападающий удар. 6 ч.						
9	Выполнения нападающего удара у стены		0,5	0,5	1	-Познавательные: перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. Уметь правильно выходить под мяч, выполнять разбег и приземление. Правильно выполнять удар по мячу. -Регулятивные: Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом.
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	выполнять контроль точности выполнения технического элемента -Коммуникативные: Уметь слушать учителя ,работать в команде. Учитывать разные мнения и стремится к координации различных позиций в сотрудничестве. -Личностные: Уметь осознать и оценивать алгоритм своего действия. Адекватно понимать причины успешности и неуспешности выполнения нападающего удара
Раздел 3.Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. 6 ч.						
15	Разучивание нижней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	-Познавательные: Перерабатывать новую информацию. Использовать полученные знания для правильного выполнения поставленных задач на уроке. Уметь рассчитывать доводку мяча двумя руками назад в заданную точку. -Регулятивные: Уметь выполнять учебное действие в соответствии с планом. С помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящую передачу для доводки мяча -Коммуникативные: Уметь слушать учителя ,работать в команде. Доносить свою позицию до других. -Личностные: Уметь осознать и оценивать алгоритм своего действия. Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром.
16	Разучивание нижней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	
17	Разучивание верхней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	
18	Игровое занятие			1	1	
19	Разучивание верхней передачи мяча у стены двумя руками назад		0,5	0,5	1	
20	Верхняя и нижняя передача двумя руками назад: выполнение доводки связующему		0,5	0,5	1	
Раздел 4. Командные тактические действия в нападении и защите. 4 ч.						
21	Определение действий игроков при защите		0,5	0,5	1	-Познавательные: Использовать полученные знания на уроке для игры в волейбол. -Регулятивные: Уметь проговаривать позиции игрока
22	Определение действий игроков при		0,5	0,5	1	

	нападении					при определенных игровых моментах на площадке. -Коммуникативные: Уметь слушать учителя, взаимодействовать с партнером. -Личностные: Проявлять интерес к тактической составляющей игры «волейбол»
23	Расположение игроков в защите при блокировании 1,2,3 игроками первой линии		0,5	0,5	1	
24	Расположение игроков в защите при блокировании 1,2,3 игроками первой линии		0,5	0,5	1	
Раздел 5. Двусторонняя учебная игра. 3 ч						
25	Двусторонняя учебная игра			1	1	-Познавательные: Использовать полученные знания на уроке, для двусторонней игры в волейбол. -Регулятивные: Уметь правильно передвигаться по площадке, занимать верную позицию в соответствии с игровым моментом. -Коммуникативные: Уметь взаимодействовать с командой, отдельными игроками, при разных игровых моментах. -Личностные: 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	
Раздел 6. Физическая подготовка. 8 ч.						
28	Скоростные упражнения			1	1	Познавательные: Проявлять интерес к физической подготовке, в процессе непрерывных тренировок. Регулятивные: Уметь самостоятельно определять виды физических способностей на уроке. Коммуникативные: Уметь работать в парах, тройках, четверках и.т.д. Слушать учителя. Помогать напарнику по команде. Личностные: 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	
ИТОГО:			10,5	24,5	35	

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 - 20 штук.
- (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
I. Передача мяча	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 16 17	5 5 7	4 4 5	3 3 4	2 2 2	4 4 5	3 3 4	2 2 3	1 1 2
II. Подача мяча	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	
Технический	Контрольные	рас	Оценка							

прием	упражнения		мальчики				девочки			
			высокий	Выше среднего	средний	низкий	высокий	Выше среднего	средний	низкий

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.