

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9
с углубленным изучением отдельных предметов»**

Рассмотрена на заседании кафедры трудового, художественно- эстетического и физического образования Протокол №1 от 31.08.2023 г. Заведующий кафедрой Касьянова О.В.	Согласована с заместителем директора по УВР Баклановой Л.В.	Утверждена приказом директора школы №112-О от 15.09.23 г.
---	--	--

Рабочая программа внеурочной деятельности

Уровень образования	Основное общее образование
Секция	Волейбол
Класс	5 - 8 классы
Составитель	Бухарова О.В., учитель физической культуры МАОУ СОШ №9
Квалификационная категория	высшая

Пояснительная записка

Основные характеристики

Рабочая программа курса внеурочной деятельности составлена в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования (приказ Минпросвещения №287 от 31 мая 2021 г.).

Основной принцип работы секции «Волейбол» - выполнение программных требований по физической, технической, тактической теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях. Программа предусматривает проведение практических занятий, сдачу занимающимися контрольных нормативов, участие в школьных и городских соревнованиях.

Актуальность программы обоснована тем, что государство заинтересовано в формировании здорового образа жизни у подростков. Игра в волейбол – одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе секционных занятий у обучающихся формируется потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа секции вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в МАОУ СОШ №9. Благодаря занятиям в секции, обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Обучающиеся, успешно освоившие программу секции «Волейбол», смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного уровня.

Отличительные особенности

Для обучения набираются все желающие, не имеющие противопоказаний для занятий спортивными играми. В секции занимаются учащиеся с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья, разного возраста, девочки и мальчики. Для комфортного обучения разминка проводится в группах и командах, применяется дифференцированный подход (дифференциация по полу, возрасту, физическому здоровью, физическому развитию, физической подготовленности).

Категория обучающихся

Программа предназначена для детей 11-14 лет. Состав группы: 15 человек учащихся 5-8 классов.

Объем программы, срок освоения программы

Программа рассчитана на один год, 144 часа.

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Особенности набора детей – учащиеся с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья, поэтому режим занятий может быть: 1 раз в неделю - 2 часа.

Формы организации образовательной деятельности

Формы и методы занятий:

Формы проведения занятий:

1. Практические занятия.
2. Эстафеты.
3. Подвижные игры.
4. Спортивные соревнования.
5. Физкультурные праздники.
6. Обучающие и двусторонние игры.
7. Товарищеские встречи.

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, систематичность, последовательность.

Ведущими методами обучения являются:

- словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчёт;
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод.

Цель занятий: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в волейбол среди обучающихся школы, пропаганда ЗОЖ.

Задачи занятий:

- овладеть теоретическими и практическими приёмами игры в волейбол;
- развивать у обучающихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;
- воспитывать у обучающихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность;
- укрепить здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию;
- вооружить теоретическими и практическими навыками игры в волейбол;
- организовать полезную занятость обучающихся школы с целью профилактики правонарушений несовершеннолетних.

Планируемые результаты

освоения обучающимися программы 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.

Программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **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).

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).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

- Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды.

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

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

- **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.

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.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;

- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» обучающиеся получают возможность научиться:

- особенностям воздействия двигательной активности на организм человека;
- основам рационального питания;
- правилам оказания первой помощи;
- способам сохранения и укрепления здоровья;
- основам развития познавательной сферы;
- своим правам и правам других людей;
- влиянию здоровья на успешную учебную деятельность;
- значению физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- влиянию занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактике профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- способам контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- гигиеническим требованиям к инвентарю и спортивной форме, зависимости появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;
- правилам и способам планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- основам методики обучения и тренировки по волейболу.
- правилам игры;
- технике и тактике игры в волейбол; строевым командам;
- методике судейства учебно-тренировочных игр; общим рекомендациям к созданию презентаций.

Обучающиеся научатся:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите;
- выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.
- осуществлять судейство соревнований по волейболу;
- работать с книгой спортивной направленности;
- самостоятельно составлять выступления и презентацию к ним;

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- Достижения высокого уровня физического развития у обучающихся по данной программе.
- Участие на соревнованиях по волейболу различного уровня.
- Устойчивое овладение умениями и навыками игры.
- Развитие у обучающихся потребности в продолжении занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции после окончания школы.
- Укрепление здоровья обучающихся, повышение функционального состояния всех систем организма.
- Умение контролировать психическое состояние.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Перемещения и стойка волейболиста. Передача мяча двумя руками сверху.	2
2.	ОФП. Перемещения и стойка волейболиста. Передача мяча двумя руками сверху. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
3.	Развитие быстроты перемещения. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
4.	ОФП. Передача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения. Подвижные игры и эстафеты.	2
5.	Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
6.	Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
7.	ОФП. Прием и передача мяча двумя руками снизу. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.	2
8.	Прием и передачи мяча сверху двумя руками. СФП. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
9.	Развитие быстроты и прыгучести. Прием и передачи мяча сверху двумя руками.	2
10.	Развитие быстроты и прыгучести. Прием и передачи мяча снизу двумя руками.	2

11.	Физическая подготовка. Прием и передачи мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.	2
12.	Развитие быстроты и прыгучести. Прием и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	2
13.	Физическая подготовка. Прием и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.	2
14.	Нижняя прямая подача. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.	2
15.	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами.	2
16.	Нижняя прямая подача мяча. Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Подвижные игры и эстафеты.	2
17.	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Нижняя прямая подача. ОФП.	2
18.	Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
19.	Передача мяча над собой. Передача мяча двумя сверху у стены. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
20.	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
21.	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
22.	Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
23.	Передача мяча двумя руками сверху и снизу через сетку с перемещением. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
24.	Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
25.	Передачи мяча сверху двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи.	2
26.	Передачи мяча снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи.	2
27.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи.	2
28.	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. ОФП.	2

29.	Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам. Эстафеты.	2
30.	Развитие силовой выносливости. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	2
31.	Развитие скорости. Прием и передача мяча. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	2
32.	Общая и специальная подготовка. Прием подачи. Нижняя прямая подача по указанным зонам.	2
33.	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней подачи. Учебная игра.	2
34.	Защитные действия. Подводящие упражнения для нападающих действий. Учебная игра.	2
35.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Прием мяча снизу и сверху с падением.	2
36.	Развитие прыгучести. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча.	2
37.	Прием мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	2
38.	Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу и сверху с падением. Учебная игра.	2
39.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра.	2
40.	Контрольное испытание по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.	2
41.	Развитие специальной ловкости. Упражнения для обучения блокированию. Учебная игра.	2
42.	Нападающий удар по неподвижному мячу. Упражнения для обучения блокированию. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	2
43.	Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование. Учебно-тренировочная игра.	2
44.	Развитие прыгучести. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении. Учебно-тренировочная игра.	2
45.	Нападающий удар и приём мяча снизу. Одиночное блокирование. Двухсторонняя игра.	2

46.	Блокирование. Прямой нападающий удар. Индивидуальные и групповые тактические действия в нападении.	2
47.	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно-тренировочная игра.	2
48.	ОФП. Совершенствование навыков защитных действий. Учебная игра.	2
49.	Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Приемы и передачи мяча. Учебная игра.	2
50.	Защитные действия и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры. Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	2
51.	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники нижней прямой подачи.	2
52.	Обучение командным тактическим действиям в нападении. Эстафеты с различными видами спортивных игр.	2
53.	Совершенствование прямого нападающего удара. Развитие прыгучести.	2
54.	Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	2
55.	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебно-тренировочная игра.	2
56.	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. Учебно-тренировочная игра.	2
57.	Развитие силовых качеств. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	2
58.	Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры.	2
59.	Круговая тренировка на развитие силовых качеств. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча.	2
60.	Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	2
61.	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. Прием подачи.	2
62.	Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	2
63.	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	2

64.	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебная игра.	2
65.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра.	2
66.	Контрольное испытание по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.	2
67.	Групповые тактические действия в нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2
68.	Развитие силовых качеств. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	2
69.	Групповые тактические действия в нападении. Учебно-тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2
70.	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Учебная игра.	2
71.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Учебная игра.	2
72.	Итоговое занятие. Двухсторонняя игра.	2
	Итого:	144

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего недельных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
2023-2024 учебный год	сентябрь	май	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

Содержание программного материала

Влияние физических упражнений на организм занимающихся волейболом. Влияние занятий физическими упражнениями на нервную систему и обмен веществ организма занимающихся волейболом.

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма. Меры личной и общественной и санитарно-гигиенической профилактики, общие санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом.

Основы методики обучения в волейболе.

Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу.

Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Общая и специальная физическая подготовка.

Специфика средств общей и специальной физической подготовки. Специальная физическая подготовка в различные возрастные периоды.

Основы техники и тактики игры.

Понятие о технике. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Передачи мяча, подачи мяча, нападающий удар, блокирование. Анализ технических приёмов (на основе программы для данного года). Анализ тактических действий в нападении и защите (на основе программы для данного года).

Все темы могут быть реализованы в рамках дистанционного обучения.

Формы контроля и оценочные материалы

Контрольные нормативы по основам технической подготовки в волейболе

№ норматива п/п	Контрольные нормативы	Пол	Показатели		
			Н	С	В
1	Верхняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	12	14	16
		Дев.	9	11	14
2	Нижняя передача мяча в стену, на расстоянии не менее одного метра (кол-во раз)	Юн.	10	12	14
		Дев.	8	10	12
3	Передача мяча в парах, без потерь. Расстояние 5–6 м (кол-во раз)	Юн.	17	20	25
		Дев.	12	15	20
4	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в площадку	Юн.	5	10	15
		Дев.	3	6	10
5	Подача (нижняя/верхняя), количество попаданий в левую/правую половину площадки, по заданию преподавателя	Юн.	2	3	4
		Дев.	1	2	3
6	Передача на точность через сетку, из зоны 4 в зону 6, из 5 попыток	Юн.	3	4	5
		Дев.	3	4	5
7	Нижние передачи над собой	Юн.	15	20	25
		Дев.	10	15	20
8	Верхние передачи над собой	Юн.	15	20	25
		Дев.	10	15	20

Н - низкий показатель; **С** - средний показатель; **В** - высокий показатель

Методические материалы

1. Учебно методическое пособие «Волейбол» Астахова М.В. и др. http://centr-vnesh-rab.narod.ru/metod_ehkpofkis_volejbol_astakhova_krakhmalev_stre.pdf
2. Сайт «ТВОЙ ВОЛЕЙБОЛ», который содержит обучающие статьи по методике обучения волейболу: <https://tvou-volleyball.ru/category/obuchenie/>

3. ТИПОВАЯ ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ по виду спорта «Волейбол» (этап начальной подготовки) методическое пособие <https://goo.su/7RgM>
4. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
5. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
6. 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.

Материально-техническое обеспечение

Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения
Стойки волейбольные универсальные
Сетка волейбольная
Мячи волейбольные
Мячи баскетбольные
Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей
Табло перекидное
Жилетки игровые с номерами
Насос для накачивания мячей
Площадка игровая волейбольная
Полоса препятствий
Лестница координационная
Стенка гимнастическая
Перекладина гимнастическая
Скамейка гимнастическая жесткая
Гантели
Коврик гимнастический
Маты гимнастические
Мяч набивной (1 кг)
Мяч малый (теннисный)
Скакалка гимнастическая
Мяч малый (мягкий)
Палка гимнастическая
Обруч гимнастический
Барьеры л/а тренировочные
Конусы
Фишки
Лента финишная
Номера нагрудные
Сетка для переноса и хранения мячей
Жилетки игровые с номерами
Тележка для мячей
Свисток
Секундомер

Информационное обеспечение

1. Сайт «ТВОЙ ВОЛЕЙБОЛ», который содержит обучающие статьи по методике обучения волейболу: <https://tvou-volleyball.ru/category/obuchenie/>
2. Онлайн спортивные уроки. Уроки от Валерио Вермильо. <http://sport-lessons.com/teamgames/volleyball/>

3. Тест по волейболу. <http://www.bruskov.sch881.edusite.ru/p25aa1.html>
4. Фильмы про волейбол. Хэйли Клоук «Фактор удара».
http://volleymask.ru/main/obzor_filmov_chast_2/
5. Волейбол-примерная программа. Железняк, Чачин, Сыромятников.
<http://fizkult-ura.ru/taxonomy/term/285>

Кадровое обеспечение

Учитель высшей квалификационной категории.

Нормативно-правовые документы

Рабочая программа по спортивно-оздоровительной направленности секции «Волейбол» для обучающихся 5 – 8 классов разработана на основе:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226).
3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи», утвержденными 28.09.2020 г. № 28 (регистрационный номер 61573 от 18.12.2020 г.).
4. Модульная программа по физической культуре для 1-11 классов общеобразовательных учреждений «ФизкультУРА!» рекомендованна Экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для апробации в образовательном процессе общеобразовательных учреждений по учебному предмету «Физическая культура» (разработана коллективом ООО «Премьер-УчФильм» при активном участии преподавателей физической культуры Барановой О. А. Гладышева Д. В. Кирьяковой И. И., - Рязань – 2013.
5. Внеурочная деятельность учащихся: волейбол, под редакцией Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов (2011 г).
6. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N1897 (Зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 1 февраля 2011 г. регистрационный N19644).

Список литературы для учителей

1. Модульная программа по физической культуре для 1-11 классов общеобразовательных учреждений «ФизкультУРА!» рекомендованна Экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для апробации в образовательном процессе общеобразовательных учреждений по учебному предмету «Физическая культура» (разработана коллективом ООО «Премьер-УчФильм» при активном участии преподавателей физической культуры Барановой О. А. Гладышева Д. В. Кирьяковой И. И., - Рязань – 2013.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Раздел 3. X-XI классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы). Волейбол (юноши и девушки). Часть111. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).

3. 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).
4. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
5. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 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. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005.
9. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
10. 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.

Список литературы для учащихся и родителей

1. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. Москва. «Физкультура и спорт» 1978.
4. Клещев Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный волейболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.
5. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.
6. Сайт «ТВОЙ ВОЛЕЙБОЛ», который содержит обучающие статьи по методике обучения волейболу: <https://tvou-volleyball.ru/category/obuchenie/>
7. Онлайн спортивные уроки. Уроки от Валерио Вермильо. <http://sport-lessons.com/teamgames/volleyball/>
8. Тест по волейболу. <http://www.bruskov.sch881.edusite.ru/p25aa1.html>
9. Фильмы про волейбол. Хэйли Клоук «Фактор удара». http://volleymask.ru/main/obzor_filmov_chast_2/