

«РАССМОТРЕНО»
Руководитель ШМО
С.В.С. Сайфутдинова В.Н.
Протокол № 1
от «19» августа 2021 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УР
МБОУ «Кляшская СОШ»
Ф.А.Е. Ефимова Ф.А.
«20» августа 2021 г.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кляшская средняя общеобразовательная школа»
Мамadyшского муниципального района Республики Татарстан

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Волейбол»
по спортивно-оздоровительному направлению
Программа ориентирована на детей 11-13 лет
(основное общее образование)
Срок реализации **3** года

Принята на заседании педагогического совета
Протокол №1 от 20.08.2021 г.
Составитель: Демьянов В.И.,
учитель физической культуры,
первой квалификационной категории

Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Освоение учащихся внеурочного курса «Волейбол» направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

- 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;
 - освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные); умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
 - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
 - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
 - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

2. Основное содержание курса

№	Тема занятия	Форма организации	Виды деятельности
	Перемещения		

1	Стойка игрока (исходные положения)	Однонаправленные занятия	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещения.
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Комбинированные занятия	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещения.
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Целостно-игровые занятия	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче.
Передачи мяча			
1	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	Однонаправленные занятия	Передавать мяч сверху через сетку в прыжке с места и не большого разбега. Передавать и перебивать мяч через сетку, стоя спиной к ней. Передавать мяч на точность в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке.
2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	Комбинированные занятия	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	Целостно-игровые занятия	Научится подавать верхнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону. Подавать мячсверху. Выполнять большое количество подач подряд.
4	Передача мяча снизу двумя руками над собой		Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче
5	Передача мяча снизу двумя руками в парах		Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче
Подачи мяча			
1	Нижняя прямая		Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
2	Верхняя прямая		Научится подавать верхнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону. Выполнять большое количество подач подряд.
3	Подача в прыжке		
Атакующие удары (нападающий удар)			
1	Прямой нападающий удар (по ходу)	Однонаправленные занятия	Уметь своевременно выходить к мячу. Передавать и перебивать мяч через сетку.
2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)	Комбинированные занятия	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче
Прием мяча			
1	Прием мяча снизу двумя руками	Однонаправленные занятия	Научится подавать нижнюю подачу. Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд
2	Прием мяча сверху двумя	Комбинированные	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь

	руками	занятия	направлять мяч в заданную зону. Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд.
3	Прием мяча, отраженного сеткой	Целостно-игровые занятия	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.
Блокирование атакующих ударов			
1	Одиночное блокирование	Однонаправленные занятия	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону. Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд.
2	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)	Комбинированные занятия	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче
3	Страховка при блокировании	Целостно-игровые занятия	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче
Тактические игры			
1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	Однонаправленные занятия	Уметь своевременно выходить к мячу. Передавать и перебивать мяч через сетку.
2	Групповые тактические действия в нападении, защите	Комбинированные занятия	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.
3	Командные тактические действия в нападении, защите	Целостно-игровые занятия	
4	Двухсторонняя учебная игра		Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.
Подвижные игры и эстафеты			
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	Однонаправленные занятия	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
2	Игры развивающие физические способности	Комбинированные занятия	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
Физическая подготовка			
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости		Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков.
Судейская практика			
1	Судейство учебной игры в		

волейбол		
----------	--	--

Тематическое планирование 6 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в защите	7
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
7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

Тематическое планирование 7 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	7
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
7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№	Тема занятия	Кол-во занятий
---	--------------	----------------

1-2	Закрепление стойки игрока (исходные положения).	2
3	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
5	Двусторонняя учебная игра.	1
6-7	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	2
8	Эстафеты с различными способами перемещений.	1
9-10	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2
11	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1
12	Игры, развивающие физические способности.	1
13	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.	1
14	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1
15-16	Закрепление нижней прямой подачи.	2
17	Двусторонняя учебная игра.	1
18-20	Разучивание верхней прямой подачи.	3
21	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1
22-23	Закрепление приёма мяча снизу двумя руками.	2
24-25	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	2
26	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1
27	Закрепление приём мяча сверху двумя руками.	1
28-29	Разучивание одиночного блокирования.	2
30-31	Разучивание страховки при блокировании.	2
32-33	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	2
34	Двусторонняя учебная игра.	1

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Кол-во
---	--------------	--------

		занятий
1	Совершенствование стоек игрока.	1
2	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
3	Игры, развивающие физические способности.	1
4	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1
5-6	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2
7	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1
8	Эстафеты с различными способами перемещений.	1
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1
10	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1
11-13	Закрепление верхней прямой подачи.	3
14	Двусторонняя учебная игра.	1
15	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1
16-17	Закрепление прямого нападающего удара.	2
18-19	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.	2
20	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1
21-22	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.	2
23	Игры, развивающие физические способности.	1
24-25	Закрепление одиночного блокирования.	2
26-27	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	2
28-29	Закрепление страховки при блокировании.	2
30-31	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	2
32-33	Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите.	2
34	Двусторонняя учебная игра.	1

3. Тематическое планирование 5 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Перемещения	9
2	Верхняя передача	6
	Нижняя передача	6
4	Приём мяча	4
5	Подвижные игры и эстафеты	9
6	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№	Тема занятия	Кол-во занятий
1-2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	2
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1
4-5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	2
6	Двусторонняя учебная игра.	1
7-9	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1
11-12	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2
13	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	1
14	Игры, развивающие физические способности.	1
15	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	1
16-17	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	2
18-19	Разучивание нижней прямой подачи.	2
20	Двусторонняя учебная игра.	1
21	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1
22-24	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	3

25	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1
26-28	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	3
29	Игры, развивающие физические способности.	1
30-32	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	3
33	Двусторонняя учебная игра.	1
34	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1