

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Партизанская школа имени Героя Советского Союза Богданова Александра Петровича»  
Симферопольского района Республики Крым  
ул. Сумская, №11а, с. Партизанское, Симферопольский район, Республики Крым, РФ,  
297566, телефон: +7(978)7375962, e-mail: school\_simferopolsiy-rayon23@crimeaedu.ru  
ОКПО 00827082, ОГРН 1159102023134, ИНН 9109009671/КПП 910901001

**РАССМОТРЕНО**

МО учителей художественно-  
эстетического цикла  
(протокол от 26.08.2022г. №4 )

**СОГЛАСОВАНО**

ЗДУВР МБОУ  
«Партизанская школа  
им. А.П.Богданова»  
Ю.В.Когутова  
31.08.2022г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ  
«Партизанская школа  
им. А.П.Богданова»  
А.В. Терещенко  
31.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Волейбол»**

Классы:

**7-Б**

Срок реализации программы:

2022/2023 учебный год

Количество часов по учебному плану:

1 часа в неделю, 34 часов в год

Рабочую программу составила:

А.В. Погребова,  
учитель физической культуры

Рабочая программа создана в соответствии с:

- требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями );
- основной образовательной программой основного общего образования, срок освоения 5 лет (в соответствии с ФГОС ООО), утвержденной приказом от 01.09.2018г. №284;
- учебного плана внеурочной деятельности основного общего образования (5-9 классы) МБОУ «Партизанская школа им.А.П.Богданова» на 2022/2023 учебный год;
- авторской программой Матвеева А.П. «Физическая культура». Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева 5-9 классы. «М. Просвещение, 2012 г.»
- электронные ресурсы: <https://infourok.ru/> ; [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности “Волейбол”**

#### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета « Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

#### **Метапредметные результаты (регулятивные, познавательные, коммуникативные )**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

### **Содержание учебного предмета**

#### **Волейбол (34 часов).**

Упражнения без мяча: стойка волейболиста; передвижения шагом в правую и левую стороны, вперед и назад; прыжки с места в правую и левую стороны, вверх; прыжок вверх толчком двумя с небольшого разбега. Упражнения с мячом: прямая нижняя и верхняя подача через сетку; прием и передача мяча снизу и от груди в парах (на месте и в движении приставными шагами); передача мяча из зоны в зону. Тактические действия игроков передней линии в нападении и задней линии при приеме мяча. Игра в волейбол по правилам.

### Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Дата			
			7-А		7-Б	
			план	факт	план	факт
<b>Волейбол (34 часов)</b>						
1.	Правила игры. Стойки и передвижение игрока. Сочетание способов перемещений.	1			05.09	
2.	Стойка волейболиста. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Игра по упрощенным правилам.	1			12.09	
3.	Стойка волейболиста. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку.	1			19.09	
4.	Верхняя прямая подача мяча: подачи в парах, подачи через сетку, подачи в правую и левую половину площадки.	1			26.09	
5.	Передачи в парах. Верхняя передача мяча в парах, тройках. Игра по упрощенным правилам.	1			03.10	
6.	Верхняя передача мяча в парах через сетку. Развитие ловкости. Эстафеты с передачей волейбольного мяча.	1			10.10	
7.	Передача сверху двумя руками в прыжке. Игра по упрощенным правилам.	1			17.10	
8.	Прием мяча снизу. Прямая подача. Игра по упрощенным правилам.	1			24.10	
9.	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку.	1			07.11	
10.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку. Двухсторонняя игра.	1			14.11	
11.	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Двухсторонняя игра.	1			21.11	
12.	Передачи верхняя и нижняя в парах, прием мяча. Игра через сетку в парах.	1			28.11	
13.	Передачи мяча, прием мяча. Игра в парах через сетку. Игра в волейбол.	1			05.12	
14.	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Игра в парах через сетку.	1			12.12	
15.	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1			19.12	
16.	Подачи мяча: нижняя прямая и верхняя прямая. Техника выполнения.	1			26.12	
17.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Учебная игра.	1			09.01	

18.	Верхняя передача мяча в парах через сетку. Игра в парах через сетку.	1			16.01	
19.	Передача мяча над собой во встречных колоннах. Игра в парах через сетку.	1			23.01	
20.	Прием мяча снизу двумя руками. Прямая подача. Двухсторонняя игра.	1			30.01	
21.	Нижняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра.	1			02.02	
22.	Приём мяча, отражённого сеткой. Учебная игра.	1			06.02	
23.	Прямой нападающий удар. Техника приёма нападающего удара. Учебная игра.	1			13.02	
24.	Обучение технике подачи мяча в прыжке. Учебная игра.	1			20.02	
25.	Приём мяча снизу двумя руками. Двухсторонняя игра.	1			27.02	
26.	Приём мяча сверху двумя руками. Двухсторонняя игра.	1			03.03	
27.	Приём мяча, отражённого сеткой. Двухсторонняя игра.	1			06.03	
28.	Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу).	1			13.03	
29.	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	1			27.03	
30.	Групповые тактические действия в нападении, защите	1			03.04	
31.	Судейство учебной игры в волейбол.	1			10.04	
32.	Одиночное блокирование: передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой	1			24.04	
33.	Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Двухсторонняя игра.	1			15.05	
34.	Двухсторонняя учебная игра	1			22.05	
<b>ВСЕГО</b>		<b>34</b>				