

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
министерство образования Самарской области
Северное управление
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской
области средняя общеобразовательная школа № 1 п.г.т.Суходол
муниципального района Сергиевский Самарской области

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Котельникова О.В.
«26» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Котельникова О.В.
«28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Соломонова Т.В.
№ 163-од
от «29» августа 2025г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» (волейбол)

для обучающихся 8 класса

Разработчики:
учителя физической культуры

СУХОДОЛ, 2025

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивного клуба «Орленок» секции «Волейбол»

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности спортивного направления «Волейбол» разработана на основании нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования» от 28.08.2023 № 442;
- Письмо МОиН РФ №03-296 от 12.05.2011 г «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ СОШ № 1 п.г.т. Суходол;
- Устав ГБОУ СОШ № 1 п.г.т. Суходол;
- «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации», утвержденное приказом директора № 162/7-од от 31 августа 2023 года;
- «Положение об организации внеурочной деятельности», утвержденное приказом директора № 161/15 -од 30 августа 2024 г.

Программа по обучению детей и подростков игре волейбол является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

-общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

-организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;

-анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

-видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

-оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

-управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

-технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

-измерение (познание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

-оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

-организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

-бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

-взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

-объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

-нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

-выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

-выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях.

№ Занятия	Содержание учебного материала	Количество часов
1-3	Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Инструкция по технике безопасности.	3
4-5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Правила игры.	2
6-7	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2
8-10	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	3
11-14	Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача.	4
15-16	Приём мяча снизу двумя руками. Подготовка к турниру. Инструкция по технике безопасности	2
17	Основные приемы игры. Прием мяча снизу, над собой.	1
18-19	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	2
20-21	Групповые тактические действия в нападении и защите. Волейбол с блокированием.	2
22-23	Командные тактические действия в нападении и защите.	2
24-25	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	2
26-28	Нижняя прямая подача. Техника атаки.	3
29-31	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	3
32-33	Приём мяча, отражённого сеткой. Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите.	2
34	Обучение технике прямого нападающего удара. Работа над ошибками. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. Тренировочная игра.	1
	Всего	34