

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1 города Новоалтайска Алтайского края»**

<p align="center">РАССМОТРЕНО Руководитель МО  Дубровина Н.О. Протокол №1 от "29"августа 2023 г.</p>	<p align="center">СОГЛАСОВАНО научно-методический совет  Кашина В.Л. Протокол № 1 от "29"августа 2023 г</p>	<p align="center">УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «СОШ № 1 города Новоалтайска Алтайского края»  Зинкевич О.В. Приказ № 275* от "30 " августа 2023 г.</p> 
---	--	---

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности 5,6,7 классы  
«Волейбол»  
на 2023– 2024 учебный год**

Составитель:  
Дубровина Наталья Олеговна,  
учитель физической культуры

Новоалтайск

2023

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Нормативная правовая база реализации рабочей программы

1. Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом № 1897 Министерства образования и науки РФ 17.12.2010 г.)
3. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ №1 города Новоалтайска Алтайского края» (Рассмотрена на педагогическом совете от 18.05.2015 г. протокол №5, утверждена Приказом директора №253 от «19» мая 2015 г.)
4. Положение об организации внеурочной деятельности при реализации основной образовательной программы основного общего образования в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1 города Новоалтайска Алтайского края» (Рассмотрено на педагогическом совете, протокол № 5 от 18.05.2015 г.; утверждено Приказом директора №253 от 19.05.2015 г.)

### 1.2. Цели и задачи курса внеурочной деятельности<sup>1</sup>

**Цель:** обеспечить планируемые результаты по достижению обучающимся целевых установок, знаний, умений, навыков, компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями обучающегося, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

**Задачи по достижению цели:**

- становление и развитие личности в её индивидуальности, самобытности, уникальности и неповторимости;
- обеспечение доступности получения качественного основного общего образования, достижение планируемых результатов освоения ООП ООО всеми обучающимися;
- организация интеллектуальных и творческих соревнований, научно-технического творчества, проектной и учебно-исследовательской деятельности;
- сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, обеспечение их безопасности.

### 1.3. Место курса в школьном Плане внеурочной деятельности, обозначенном в ООП ООО

Согласно школьного Плана реализации внеурочной деятельности (п.20) на изучение данного курса в 5,6,7 классах отводится 3 час в неделю. Учебных недель в году – 35. Общее количество часов – 105.

### 1.4. Формы, методы, технологии организации деятельности обучающихся Формы организации деятельности обучающихся

Внеурочная деятельность учащихся реализуется в коллективных формах. Занятия внеурочной деятельности по основным направлениям содержат следующие формы работы:

- Работа в малых группах

---

<sup>1</sup> Сформулированы в соответствии с ООП ООО, стр. 5-7

- Работа в группах
- Индивидуальная работа
- Коллективная работа

Ведущие **методы** организации деятельности обучающихся:

- повторный;
- переменный;
- интервальный;
- метод прогрессирующего упражнения за счет изменения объема работы;
- игровой метод во всех его разновидностях - имитационных, сюжетных, подвижных и спортивных игр;
- соревновательный;
- целостный и расчлененный метод практического выполнения физических упражнений;
- предупреждения и исправления ошибок;
- методы нравственного убеждения;
- поощрение

Ведущие педагогические **технологии**:

- здоровьесберегающие;
- дифференцированное обучение (применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья);
- коррекционные технологии для детей с проблемами в физическом развитии;
- ИКТ-технологии.

### 1.5. Формы, способы и средства контроля, проверки и оценки образовательных результатов

Формы контроля и оценки	Способы контроля и оценки	Средства контроля и оценки
Индивидуальная, групповая	Выполнение контрольных упражнений, учебная игра, участие в соревнованиях и их результативность.	См. п.5

## 2. Содержание курса

I,2-ой год обучения

№	Перечень разделов, темы	1,2,3-й год обучения		
		Спортивно – оздоровительный этап		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1	-	1
2	Режим дня и его значение для школьника. Личная гигиена школьника.	3	-	3
3	Теория: правила игры и история возникновения игры волейбол	В процессе занятий		
4	Общая физическая подготовка	-	10	10
5	Специальная физическая подготовка: <ul style="list-style-type: none"> <li>• техническая подготовка</li> </ul>	-	20	15

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• тактическая подготовка</li> <li>• интегральная подготовка</li> </ul>		20 15	15 15
6	Инструкторская и судейская практика	8	8	16
7	Сдача контрольных нормативов	-	4	4
8	Участие в соревнованиях	-	6	6
		22	83	105

### 3. Учебно-тематическое планирование изучения курса

№ п/п	Название темы	Кол-во часов на изучение темы
1	Правила поведения в спортивном зале. Требования к спортивной форме обучающихся.	2
2	Режим дня и его значение для школьника. Личная гигиена школьника.	2
3	Сдача контрольных нормативов	1
4	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах	2
5	Работа в парах через сетку	2
6	Передача мяча ч/з в парах	2
7	Прямая верхняя подача в парах через сетку	2
8	Развитие скоростно-силовых качеств	2
9	Отрабатывание прямой верхней подачи ч/ з сетку	2
10	Работа через сетку: в парах и группах	2
11	Учебная игра	2
12	Развитие выносливости	2
13	Работа в группах: нападающий удар, прием, доводка до3 номера	2
14	Отрабатывание ч/ з сетку нападающего удара	2
15	Развитие скоростно-силовых качеств	2
16	Учебная игра	2
17	Отрабатывание подачи в щит с двух шагов	2
18	Отрабатывание напрыгивания с двух шагов ч/з сетку	2
19	Отрабатывание передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах	2
20	Учебная игра	2
21	Прямая верхняя подача в парах через сетку	2
22	Развитие скоростно-силовых качеств	2
23	Отрабатывание прямой верхней подачи ч/ з сетку	2
24	Работа через сетку: в парах и группах	2
25	Учебная игра	2
26	Развитие выносливости	2
27	Работа в группах: нападающий удар, прием, доводка до3 номера	2
28	Отрабатывания ч/ з сетку нападающего удара	2
29	Развитие скоростно-силовых качеств	2
30	Учебная игра (по парам)	2
31	Отрабатывание подачи в щит с двух шагов	2

32	Отрабатывание напрыгивания с двух шагов ч/з сетку	2
33	Отрабатывание передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах	2
34	Учебная игра	2
35	Нападающий удар с 4 номера, прием, доводка, розыгрыш	2
36	Передача мяча двумя руками сверху и снизу в парах	2
37	Работа в парах через сетку	2
38	Передача мяча ч/с в парах	2
39	Прямая верхняя подача в парах через сетку	2
40	Развитие скоростно-силовых качеств	2
41	Отрабатывание прямой верхней подачи ч/з сетку	2
42	Работа через сетку: в парах и группах	2
43	Учебная игра	2
44	Развитие выносливости	2
45	Работа в группах: нападающий удар, прием, доводка до 3 номера	2
46	Отрабатывание ч/з сетку нападающего удара	2
47	Развитие скоростно-силовых качеств	2
48	Учебная игра	2
49	Отрабатывание подачи в щит с двух шагов	2
50	Отрабатывание напрыгивания с двух шагов ч/з сетку	2
51	Отрабатывание передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах	2
52	Учебная игра	2

#### 4. Планируемые образовательные результаты Достижение личностных результатов

Развитие личностных УУД:

Система учебных действий	У выпускника будут сформированы:	<i>Выпускник получит возможность для формирования</i>
В рамках <u>когнитивного</u> компонента	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание о своей этнической принадлежности, освоение национальных ценностей, традиций, культуры, знание о народах и этнических группах России;</li> <li>• освоение общекультурного наследия России и общемирового культурного наследия;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;</i></li> <li>• <i>готовности к самообразованию и самовоспитанию</i> ;</li> <li>• <i>адекватной позитивной самооценки и Я-концепции;</i></li> </ul>
В рамках <u>ценностного</u> и <u>эмоционального</u> компонентов	<ul style="list-style-type: none"> <li>• гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;</li> <li>• уважение к истории, культурным и историческим памятникам;</li> <li>• эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;</li> <li>• уважение к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;</li> <li>• уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и</li> </ul>	

Система учебных действий	У выпускника будут сформированы:	Выпускник получит возможность для формирования
	<p>готовность противостоять им;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;</li> <li>• потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;</li> <li>• развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера</li> <li>• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• компетентности и в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;</li> <li>• эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.</li> </ul>
В рамках <u>деятельностного</u> (поведенческого) компонента	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;</li> <li>• готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;</li> <li>• устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива</li> </ul>	

### Достижение метапредметных результатов

Развиваемые УУД	Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
Регулятивные УУД	<p>Выпускник научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>• самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;</li> <li>• планировать пути достижения целей;</li> <li>• устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>• уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> <li>• принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> <li>• осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания;</li> <li>• адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> <li>• основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;</li> <li>• построению жизненных планов во временной перспективе;</li> <li>• при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;</li> <li>• выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;</li> <li>• основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;</li> <li>• осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;</li> <li>• адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;</li> <li>• адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах</li> </ul>

Развиваемые УУД	Выпускник научится:	<i>Выпускник получит возможность научиться:</i>
		<i>самостоятельной деятельности;</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>основам саморегуляции эмоциональных состояний;</i></li> <li>• <i>прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.</i></li> </ul>

Коммуникативные УУД	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>• формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</li> <li>• устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>• аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;</li> <li>• задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> <li>• осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>• адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>• адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;</li> <li>• организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</li> <li>• осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</li> <li>• работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</li> <li>• основам коммуникативной рефлексии;</li> <li>• использовать адекватные языковые средства для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей, в сотрудничестве;</i></li> <li>• <i>учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;</i></li> <li>• <i>понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;</i></li> <li>• <i>продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</i></li> <li>• <i>брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);</i></li> <li>• <i>оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;</i></li> <li>• <i>осуществлять коммуникативную рефлексию как осознание оснований собственных действий и действий партнёра;</i></li> <li>• <i>в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;</i></li> <li>• <i>вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;</i></li> <li>• <i>следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности</i></li> </ul>
---------------------	---	---

	<p>отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.</li> </ul>	<p><i>адекватно реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнёрам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</i></li> <li>• <i>в совместной деятельности чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.</i></li> </ul>
--	--	---

<p>Познавательные УУД</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• основам реализации проектно-исследовательской деятельности;</li> <li>• осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</li> <li>• устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>• строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>• основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;</li> <li>• структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;</li> <li>• работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>основам рефлексивного чтения;</i></li> <li>• <i>ставить проблему, аргументировать её актуальность;</i></li> </ul>
---------------------------	---	---

#### 4. Измерительные материалы для оценивания планируемых образовательных результатов

Название темы	Самооценка обучающегося (справился)			Оценка учителя
	в полной мере	в неполной мере	не справился	
1. Сдача контрольных нормативов				
2. Инструкторская и судейская практика				
3. Теория: правила игры и история возникновения игры волейбол				
4. Участие в соревнованиях: - школьные - городские				

-краевые				
Мой результат:				

Критерии для осуществления самооценки и оценки учителя:

Показатели оценки	Качественные характеристики показателей	Индикаторы
Справился в полной мере	- учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности, - может самостоятельно организовывать место занятия, подобрать инвентарь и применить в конкретных условиях, - контролировать ход выполнения заданий и оценить его.	таблицы фиксации результатов наблюдения (для примера)
Справился в неполной мере	- допускает ошибки в демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности, - испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. - удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.	
Не справился	- учащийся не владеет умением осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности.	

## 5. Учебно-методическое обеспечение курса

Литература для учителя

1. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения;
2. Примерная программа основного общего образования по иностранному языку.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
4. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С.,

- Маслов М.В. Пособие для учителей и методистов - М., Просвещение, 2011.
5. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮСШОР. – М., 2010.
  6. Волейбол / под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – М., 2009

### Электронные ресурсы

1. Сиротина Ю.В. Рабочая программа по волейболу. Внеурочная деятельность учащихся в 5-х классах. Г. Ульяновск.

### Литература для учащихся

1. Твой олимпийский учебник: учебн. Пособие для учреждений образования России. – 15-е издание. В.С. Родиченко и др. –М, ФиС.
2. Клещев Ю.Н. Юнный волейболист. М., Физкультура и спорт. 2008
3. Фурманов А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе.
4. Физкультура и спорт. 2007

### 6. Материально-техническое обеспечение курса

1. ПК
2. Оборудование и приборы указаны в паспорте кабинета и спортивного зала
3. Другие технические средства:
  - планшет- 1 шт.;
  - принтер– 1шт.;
  - сканер- 1 шт.;

#### Программные инструменты:

##### В наличии:

- операционные системы семейства Windows;
- редактор подготовки презентаций Microsoft PowerPoint;
- ГИС( геоинформационная система) "ДубльГИС";
- среда для интернет-публикаций.

### 7. Лист внесения изменений и дополнений

№ п/п	Дата	Характер изменения	Реквизиты документа, которым закреплено изменение	Подпись сотрудника, внесшего изменения