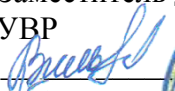


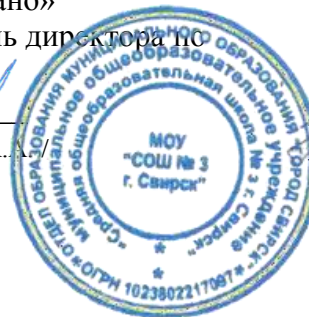
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3 г. Свирск»

«Рассмотрено»
на заседании МО «классных
руководителей


Белобородова Л.Г.
Протокол №1
2021г.

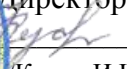
«Согласовано»
Заместитель директора по
УВР


/Вильданова А.А.



«Утверждаю»
Приказ № ____
«03»августа 2021г.

Директор:


/Кулик И.Н./ «03»августа

Рабочая программа внеурочной деятельности
Кружок «Волейбол»
для 10-11 класса – 3 ч./нед.
инструктор по физической культуре Романенко Татьяна Леонидовна

Составлена на основе:
Примерных рабочих программ.
Физическая культура.
Предметная линия учебников
М.Я.Вилenskкого, В.И. Ляха 5-9
классы – М., Просвещение, 2019.

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основании письма МО РФ №08-1786 от 28.10.2015 «О рабочих программах».

Программа спортивной секции «Волейбол» содержит:

- 1) личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности;
- 3) календарно-тематическое планирование.

Составлена на основе примерной рабочей программы «Физическая культура». Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И.Лях. – 7-е изд.- М.: Просвещение, 2019.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Рабочая программа внеурочной деятельности ориентирована на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального, основного и среднего общего образования «МОУ СОШ № 3 г. Свирск»:

1. личностные результаты — дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях, умение оказывать помощь своим сверстникам.
2. метапредметные результаты — определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Универсальные учебные действия

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта).

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов.

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя литературу, интернет-ресурсы, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы;
- перерабатывать полученную информацию, сравнивать и группировать объекты;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую, используя схематические рисунки, схемы).

Личностные УУД:

- основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.
- установка на здоровый образ жизни.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации учебного занятия	Основные виды учебной деятельности
1.Основы знаний (теоретическая часть): 1.1. Знания о спортивной игре; 1.2. Сведения о строении и функциях организма; 1.3.Правила игры в волейбол; 1.4.Овладение организаторскими умениями.	Беседы, викторины, мастер-классы.	Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий. Руководствуются правилами техники безопасности. Объясняют правила и основы организации игры. Организуют со сверстниками совместные игровые занятия, соревнования, осуществляют помощь в судействе, комплектования команды, подготовке мест проведения игры.
2.Общая физическая подготовка: 2.1.Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму). 2.2.Развитие прыгучести. 2.3.Развитие выносливости. 2.4.Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. 2.5.Самостоятельные занятия.	учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.	Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей. Используют игровые упражнения для развития прыгучести. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей. Используют названные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляет

		самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.
3.Специальная подготовка: 3.1.Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. 3.2.Освоение техники приёма и передач мяча. 3.3.Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. 3.4. Освоение техники нижней и верхней прямой подачи. 3.5.Освоение техники прямого нападающего удара. 3.6. блокирование атакующих ударов. 3.7. Освоение тактики игры. 3.8. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.	учебно-тренировочное занятие, самостоятельная работа учащихся.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности. Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия волейбола для комплексного развития физических способностей. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдая правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдая правила безопасности. Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
4.Показатели двигательной подготовленности.	контрольные занятие, самостоятельная работа учащихся, соревнования.	Выполнять упражнения по общей физической и специальной подготовке для контроля и определения уровня совершенствования и развития.

«Рассмотрено»
на заседании МО «классных
руководителей

Белобородова Л.Г.
Протокол №1
2021г.

«Согласовано»
Заместитель директора по
УВР

/Вильданова А.А./



«Утверждаю»

Приказ № ____
«03»августа 2021г.

Директор:

/Кулик И.Н./ «03»августа

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата проведения		Тема занятия	Причина коррекции планирования
	План	Факт		
1	02.09.21		Правила игры и соревнований. Техника передач.	
2	02.09.21		Стартовая стойка. Перемещения приставными шагами. Техника передач.	
3	07.09.21		Двойной шаг вперед, назад, скачок. Техника передач.	
4	07.09.21		Передача сверху двумя руками вверх-вперед, над собой.	
5	09.09.21		Перемещения приставными шагами. Техника передач.	
6	14.09.21		Передача сверху двумя руками вверх-вперед, над собой.	
7	14.09.21		Техника верхней и нижней передачи мяча.	
8	16.09.21		Техника нижних передач. Игра.	
9	21.09.21		Групповые упражнения. Игра.	
10	21.09.21		Упражнения в движении. Учебная игра.	
11	23.09.21		Техника нижней, верхней прямой подачи. Учебная игра	
12	28.09.21		Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4.	
13	28.09.21		Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 2 с игроком зоны 4.	
14	30.09.21		Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	
15	05.10.21		Прием мяча снизу двумя руками.	
16	05.10.21		Прямой нападающий удар через сетку. Учебная игра	
17	07.10.21		Упражнения с мячом в парах через сетку.	
18	12.10.21		Техника верхней прямой подачи.	
19	12.10.21		Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Учебная игра.	

20	14.10.21		Прямой нападающий удар.	
21	19.10.21		Сочетание способов перемещений. Прием мяча снизу двумя руками от сетки.	
22	19.10.21		Передача мяча снизу двумя руками. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра.	
23	21.10.21		Прямой нападающий удар сильнейшей рукой.	
24	02.11.21		Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара.	
25	02.11.21		Одиночное блокирование. Учебная игра.	
26	04.11.21		Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Учебная игра.	
27	09.11.21		Групповое блокирование.	
28	09.11.21		Чередование способов передачи мяча. Учебная игра.	
29	11.11.21		Блокирование ударов с задней линии.	
30	16.11.21		Имитация нападающего удара. Учебная игра.	
31	16.11.21		Передача мяча одной рукой сверху в прыжке. Учебная игра.	
32	18.11.21		Нападающий удар с задней линии.	
33	23.11.21		Чередование способов подач.	
34	23.11.21		Взаимодействие игроков передней линии. Учебная игра.	
35	25.11.21		Подача мяча на игрока, слабовладеющего приемом.	
36	30.11.21		Чередование способов приема мяча.	
37	30.11.21		Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебная игра.	
38	02.12.21		Прием мяча снизу двумя руками.	
39	07.12.21		Нападающий удар сильнейшей рукой.	
40	07.12.21		Нападающий удар сильнейшей рукой. Учебная игра.	
41	09.12.21		Передача мяча снизу после перемещения. Зонное блокирование.	
42	14.12.21		Прием мяча снизу двумя руками от сетки.	
43	14.12.21		Одиночное блокирование. Учебная игра.	
44	16.12.21		Передача мяча двумя руками сверху в прыжке.	
45	21.12.21		Прямой нападающий удар.	
46	21.12.21		Чередование способов приема мяча. Учебная игра.	

47	23.12.21		Имитация нападающего удара и обман одной рукой.	
48	28.12.21		Контрольные игры.	
49	28.12.21		Контрольные игры.	
50	11.01.22		Чередование способов приема мяча.	
51	11.01.22		Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	
52	13.01.22		Имитация нападающего удара и обман одной рукой.	
53	18.01.22		Чередование способов приема мяча.	
54	18.01.22		Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	
55	20.01.22		Чередование изученных способов нападающего удара.	
56	25.01.22		Взаимодействие зон 3, 2, 4 при блокировании.	
57	25.01.22		Чередование изученных способов нападающего удара.	
58	27.01.22		Отработка изученных приёмов.	
59	01.02.22		Взаимодействие зон 3, 2, 4 при блокировании.	
60	01.02.22		Своевременная постановка рук над сеткой при блокировании нападающих ударов различными способами.	
61	03.02.22		Взаимодействие зон 3, 2, 4 при блокировании.	
62	08.02.22		Контрольные игры.	
63	08.02.22		Контрольные игры.	
64	10.02.22		Чередование изученных способов нападающего удара.	
65	15.02.22		Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	
66	15.02.22		Групповое блокирование (вдвоём) ударов по ходу.	
67	17.02.22		Нападающий удар с задней линии. Учебная игра.	
68	22.02.22		Подача в прыжке.	
69	22.02.22		Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	
70	24.02.22		Чередование способов приема мяча.	
71	01.03.22		Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	
72	01.03.22		Учебная игра.	
73	03.03.22		Расположение игроков в защите углом назад, когда страховку осуществляет крайний защитник.	

74	08.03.22		Чередование способов передачи мяча.	
75	08.03.22		Чередование способов нападающего удара. Учебная игра.	
76	10.03.22		Чередование изученных способов нападающего удара.	
77	15.03.22		Школьный турнир по волейболу.	
78	15.03.22		Школьный турнир по волейболу.	
79	17.03.22		Чередование способов подачи.	
80	22.03.22		Имитация второй передачи и обман.	
81	22.03.22		Чередование изученных способов нападающего удара. Учебная игра.	
82	24.03.22		Нападающий удар с задней линии.	
83	05.04.22		Групповое блокирование (вдвоем) ударов по ходу.	
84	05.04.22		Чередование способов приема мяча.	
85	07.04.22		Отработка нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	
86	12.04.22		Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2, игрока зоны 3 с игроком зоны 4.	
87	12.04.22		Отработка изученных приёмов. Учебная игра.	
88	14.04.22		Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 2, игрока зоны 2 с игроком зоны 4. Учебная игра.	
89	19.04.22		Расположение игроков в защите углом назад, когда страховку осуществляет крайний защитник.	
90	19.04.22		Групповое блокирование (вдвоем) ударов по ходу. Учебная игра.	
91	21.04.22		Имитация нападающего удара и обман одной рукой. Учебная игра.	
92	26.04.22		Чередование способов приема мяча.	
93	26.04.22		Групповое блокирование (вдвоем) ударов по ходу. Учебная игра.	
94	28.04.22		Чередование изученных способов нападающего удара.	
95	03.05.22		Отработка верхней прямой подачи.	
96	03.05.22		Групповое блокирование (вдвоем) ударов по ходу. Учебная игра.	
97	05.05.22		Отработка нападающего удара.	
98	10.05.22		Чередование способов передачи мяча.	
99	10.05.22		Отработка верхней прямой подачи. Учебная игра.	
100	12.05.22		Чередование способов нападающего удара.	

101	17.05.22		Школьный турнир по волейболу.	
102	17.05.22		Школьный турнир по волейболу.	