

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8»**

Согласовано:  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Т. В. Баршакова

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №8  
\_\_\_\_\_ Л.В. Бигеева

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

**Рабочая общеобразовательная программа кружка  
«Волейбол (младшая группа)»**

*Рабочую программу составила  
Плюкина Анастасия Геннадьевна*

*2024 - 2025 учебный год*

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 4–6 классах.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

**Цель** программы – углублённое изучение спортивной игры волейбол.

Основными **задачами** программы являются:

1. укрепление здоровья;
2. содействие правильному физическому развитию;
3. приобретение необходимых теоретических знаний;
4. овладение основными приемами техники и тактики игры;
5. воспитание воли, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма;
6. привитие ученикам организаторских навыков;
7. подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу;

### Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – 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;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. *Регулятивные УУД:*

- *Определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- *Проговаривать* последовательность действий.
- *Учить высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, *учить работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- *Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку* деятельности команды на занятии.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

## 2. *Познавательные УУД:*

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

## 3. *Коммуникативные УУД:*

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

## *Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

## **Тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Перемещения	20
2	Верхняя передача	20
3	Нижняя передача	15
4	Приём мяча	15
5	Подвижные игры и эстафеты	16
6	Физическая подготовка в процессе занятия	10

7	Учебная игра	40
	Итого	136

### Список литературы.

1. Авторы: М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов  
Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского  
Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
2. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич  
Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха А.А.Зданевича  
Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.
3. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич  
Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха  
Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	2	
2	Перемещения в стойке.	2	
3	Перемещение в стойке приставными шагами.	2	
4	Двусторонняя учебная игра.	10	
5	Способы перемещения.	4	
	Эстафеты с различными способами перемещений.	2	
7	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	4	
8	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	2	
9	Игры, развивающие физические способности.	2	
10	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	4	
11	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	4	
12	Разучивание нижней прямой подачи.	4	
13	Двусторонняя учебная игра.	10	
14	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	2	
15	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	4	
16	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	2	
17	Разучивание приёма мяча сверху двумя руками.	4	
18	Игры, развивающие физические способности.	2	
19	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	2	
20	Двусторонняя учебная игра.	8	
21	Эстафеты на закрепление и совершенствование	2	

	технических приёмов и тактических действий.		
22	Учебная игра.	8	
23	Закрепление стойки игрока (исходные положения).	2	
24	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	2	
25	Двусторонняя учебная игра.	10	
26	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	2	
27	Игры, развивающие физические способности.	2	
28	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.	2	
29	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	2	
30	Разучивание одиночного блокирования.	2	
31	Разучивание страховки при блокировании.	2	
32	Закрепление одиночного блокирования.	2	
33	Закрепление страховки при блокировании.	2	
34	Двусторонняя учебная игра.	10	
35	Двусторонняя учебная игра.	10	
Итого		136	