

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тульской области**

**Муниципальное образование «Белевский район»**

**МОУ «Бобриковская СОШ»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор \_\_\_\_\_

**А.М.Полетайкин**

**Приказ № 110 от «28» «08» 2024г**

**Рабочая программа  
среднего общего образования  
внеурочной деятельности  
«Волейбол»  
(10-11 классы)**

**Бобрики 2024**

## **Пояснительная записка**

### **Рабочая программа внеурочной деятельности**

Рабочая программа внеурочной деятельности среднего общего образования «Волейбол» для 10-11 разработана на основе обновленного Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в соответствии с :

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Министерства просвещения РФ от 12 августа 2022 г. № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413".
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 23 ноября 2022 г. № 1014 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования".
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2020г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего и общего образования» (с изменениями и дополнениями).

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Цели конкретизированы следующими задачами:

- Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
- Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.
- Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
- Обучение технике и тактике игры в волейбол.
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).

- Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.
- Воспитание моральных и волевых качеств.

Воспитание на занятиях внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить им опыт участия в социально значимых делах;
- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;
- создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;
- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;
- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

## **Содержание программы.**

### Перемещения

Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

### Передачи мяча

Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над собой. Передача снизу двумя руками в парах.

### Подачи мяча

Нижняя прямая. Верхняя прямая. Подача в прыжке.

### Нападающие (атакующие) удары

Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево).

### Приём мяча

Приём снизу двумя руками. Приём сверху двумя руками. Приём мяча, отражённого сеткой.

### Блокирование атакующих ударов

Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоём, втроём). Страховка при блокировании.

### Тактические игры

Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности.

Физическая подготовка Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Судейская практика

Судейство учебной игры в волейбол.

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Волейбол».**

Освоения обучающимися программы внеурочной деятельности:

личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты – освоенный учащимися 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.

Регулятивные УУД:

определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

проговаривать последовательность действий;

уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь 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).

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.

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, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Черты личности обучающегося образовательного учреждения

- владеет системой знаний о различных сферах человеческой деятельности, являющейся основой формирования убеждений, т.е.мировоззрения;

- знает Конституцию Российской Федерации, этические и правовые нормы, регулирующие отношения человека к обществу, окружающей среде, умеет учитывать их при решении

экономических, социальных, политических и экологических задач в рамках своей

компетенции;

- способен в условиях развития науки, техники и изменяющейся социальной практики приобретать новые знания, используя современные образовательные технологии;
- понимает сущность и социальную значимость будущей или приобретенной профессии, знаком с проблемами, определяющими область профессиональной деятельности;
- умеет на научной основе организовать свой труд;
- умеет критически осмысливать социальную информацию, анализировать полученные данные, быть конструктивным в принятии решений;
- проявляет самостоятельность в ситуации выбора и умеет нести ответственность за принятое решение;
- владеет навыками сотрудничества;
- владеет способами осуществления познавательной, коммуникативной, преобразовательной, художественно –эстетической деятельности; стремится к творчеству;
- убежден, что высшие ценности человеческой жизни- это добро, красота, любовь к людям;
- умеет управлять собой, своими эмоциями творчески самосовершенствуется;
- владеет навыками организационной культуры;
- наделен чувством гражданской ответственности, стремится быть полезным окружающим людям; уважает свой народ и народы других стран;
- способен терпимо относиться к людям другой национальности и вероисповедания;
- умеет противодействовать асоциальным проявлениям.

## Тематическое планирование

### 10-11 класс

Наименование разделов и тем	Количество часов	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала тем
Правила игры в волейбол. Подача мяча	10	«Открытый урок. Первое сентября» <a href="https://urok.1sept.ru/">https://urok.1sept.ru/</a> <a href="http://fiskultura.ucoz.ru/">http://fiskultura.ucoz.ru/</a> Сайт «ФизкультУра»	Воспитание учащихся на общечеловеческих ценностях. - Формирование жизненно необходимых качеств
Передача мяча	10	<a href="http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632">http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632</a> Педагогические условия	обучающихся командной работе и взаимодействию с другими

		обучения школьников элементам игры в баскетбол <a href="http://spo.1september.ru/urok/">http://spo.1september.ru/urok/</a> Сайт «Я иду на урок физкультуры»	обучающимися. Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению спортивных навыков
Прием мяча. Нападающий удар.	9	<a href="http://www.trainer.h1.ru/">http://www.trainer.h1.ru/</a> - сайт учителя физ. культуры <a href="http://metodsovet.su/forum/15-117-образовательный-сайт-для-учителей-физической-культуры">http://metodsovet.su/forum/15-117-образовательный-сайт-для-учителей-физической-культуры</a>	Целенаправленный отбор содержания учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности - Использование современных образовательных технологий
Блокирование нападающих ударов	5	<a href="http://www.school.edu.ru">www.school.edu.ru</a> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту современный центр информационного и библиотечного обслуживания	Определение воспитательных возможностей учебного материала, деятельности на уроке. - Формирование и постановка реально достижимых воспитательных целей.

### Календарно-тематическое планирование

№	Наименование тем	количество часов
Правила игры в волейбол. Поддача мяча.		
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	1
2	Правила игры в волейбол. Учебная игра.	3
3	Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра.	2
4	Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра.	2
5	Правила игры в волейбол. Учебная игра.	2
Передача мяча		

6	Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра.	2
7	Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра.	2
8	Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра.	4
9	Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра.	2
Прием мяча. Нападающий удар.		
10	Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра	3
11	Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения.	2
12	Прием мяча: сверху двумя руками с падением	2
13	Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением	2
Блокирование нападающих ударов		
14	Блокирование нападающих ударов: одиночные и групповые . Учебная игра.	3
15	Блокирование нападающих ударов: по ходу, Учебная игра.	2