

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Новоялинского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа №4» (МАОУ НГО «СОШ № 4»)

ПРИНЯТО
Протокол
педагогического совета
от 30.08.23 №1

СОГЛАСОВАНО
Протокол
Управляющего совета
от 30.08.2023 №1

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ НГО «СОШ №4»
Шешина Т.В. приказ
От 30.08.2023 г. №184/О

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности «Азы волейбола»
за курс основного общего образования
7-8 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, предназначена для обучающихся 7-8 классов.

Целью реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности

«Азы волейбола» является достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, Фундаментального ядра содержания образования, требований к результатам освоения Основной образовательной программы среднего общего образования МАОУ НГО «СОШ №4» и Концепции «Волейбол» в Российской Федерации, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 24.12.2018 № ПК-1 вн.

Концепция «Волейбол» в Российской Федерации представляет собой систему взглядов на основные проблемы, базовые принципы, цели, задачи и направления развития предметной области «Физической культуры» как важнейшего элемента овладением компетенциями, в том числе метапредметными, навыками XXI века, в рамках освоения основных общеобразовательных программ в образовательных организациях.

Программа реализуется за счет часов внеурочной деятельности и рассчитана на 68 часа в год, по 2 часу в неделю, 34 учебные недели.

Изучение программы курса должно обеспечить учащимся возможность систематизировать, расширить и углубить знания, полученные на уроках физической культуры, приобрести навыки в игре, раскрыть свой творческий потенциал и способности, а также лучше адаптироваться в системе высшего образования и современного производства, быстрее и качественнее освоить более сложную вузовскую программу.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗЫ ВОЛЕЙБОЛА»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

У обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

1) Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в сопоставлении с ситуациями, отражёнными в литературных произведениях, написанных на русском языке;

неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и много конфессиональном обществе, формируемое в том числе на основе примеров из литературных произведений, написанных на русском языке; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в самоуправлении в образовательной организации; готовность к участию в гуманитарной деятельности (помощь людям, нуждающимся в ней; волонтерство)

2) патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и много конфессиональном обществе, понимание роли русского языка как государственного языка Российской Федерации и языка межнационального общения народов России, проявление интереса к познанию русского языка, к истории и культуре Российской Федерации, культуре своего края, народов России, ценностное отношение к русскому языку, к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, в том числе отражённым в художественных произведениях, уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

3) духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и

поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

4) эстетического воспитания:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства, осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

осознание важности русского языка как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества, стремление к самовыражению в разных видах искусства;

5) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни с использованием собственного жизненного и читательского опыта, ответственного отношения к своему здоровью и установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, рациональный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в информационно-коммуникационной сети «Интернет» (далее – Интернет) в образовательном процессе;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать языковые средства для выражения своего состояния, в том числе опираясь на примеры из литературных произведений, написанных на русском языке, сформированность навыков рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;

б) трудового воспитания:

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, общеобразовательной организации, населенного пункта, родного края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания и ознакомления с деятельностью филологов, журналистов, писателей, уважение к труду и результатам трудовой деятельности,

осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

- умение рассказать о своих планах на будущее;

7) экологического воспитания:

- ориентация на применение знаний из области социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды, умение точно, логично выражать свою точку зрения на экологические проблемы;

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе сформированное при знакомстве с литературными произведениями, поднимающими экологические проблемы, осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред, готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой, закономерностях развития языка, овладение языковой и читательской культурой, навыками чтения как средства познания мира, овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

9) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;

- потребность во взаимодействии в условиях неопределённости, открытость опыту и знаниям других, потребность в действии в условиях неопределённости, в повышении уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, необходимость в формировании новых знаний, умений связывать образы, формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознание дефицита собственных знаний и компетенций, планирование своего развития, умение оперировать основными понятиями, терминами и представлениями в области концепции

устойчивого развития, анализировать и выявлять взаимосвязь природы, общества и экономики, оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;

- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный, речевой и читательский опыт, воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер; оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия; формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, находить позитивное в сложившейся ситуации, быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своей деятельности и подготовки к выполнению нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности.

Познавательные УУД:

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач;

- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;

- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

– умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;

– формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ характеризуют опыт обучающихся в двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением занятий по волейболу.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности волейбола;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в волейболе;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба,

бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в волейболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по волейболу.

В процессе освоения курса внеурочной деятельности «Волейбол»

Обучающиеся должны знать:

- технику безопасности на занятиях волейбола.
- Историю развития волейбола в России.
- Влияние физических упражнений на настроение и функции организма человека.
- гигиену, закаливание, режим и питание спортсменов.
- Правила соревнований по волейболу.

Обучающиеся должны уметь:

- Выполнять подачу мяч
- Принимать мяч, доводить до связующего.
- Выполнять нападающий удар.
- Знать правила игры волейбол.
- Выполнять тактические действия на площадке.
- Взаимодействовать на площадке.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Учебный материал	Кол-во часов		Форма организации деятельности
		т	п	
1	Т.Б на занятиях в спортивной секции	2		Познавательные беседы.
2	ОРУ развитие физических качеств. Подвижные игры.		2	Работа с тренажерами
3	ОРУ развитие физических качеств скоростно – силовых, элементы волейбола. Подвижные игры		2	Работа с тренажерами
4	Верхняя, нижняя передача. ОРУ силовые упражнения.		2	Соревнования
5	Передачи мяча в парах с перемещением		2	Соревнования
6	Упражнения прыжки у сетки. Передача мяча через сетку		2	Соревнования
7	Упражнения передача мяча в тройках над собой, перевод через сетку		2	Соревнования
8	Прямая подача, удар в прыжке. Прием с подачи. Учебная игра		2	Соревнования
9	Нижняя подача, прием после подачи, в 3 зону. Учебная игра.		2	Соревнования
10	Нападающий удар, обманный удар, скидка, блокирование.		2	Соревнования
11	Блокирование нападающего удара. Учебная		2	Соревнования

	игра в доигровке.			
12	Учебно – тренировочные игры (3x3) (4x4) (6x6)		2	Соревнования
13	Учебно - тренировочные игры		2	Соревнования
14	Волейбольный турнир «Зимний мяч»		2	Соревнования
15	Соревнование по волейболу «Выпускники, ученики.		2	Соревнования
16	ОФП прием с подачи, ОФП нападающий удар.		2	Соревнования
17	ОФП нападающий удар, блокирование. ОФП учебная игра, доигровка.		2	Соревнования
18	ОФП перевод мяча, скидка. ОФП скидка, обманный удар, учебная игра.		2	Соревнования
19	Специальные упражнения в волейболе. Прием с подачи, доигровка.		2	Соревнования
20	Нападающий удар, блокирование. Розыгрыш с доигровки.		2	Соревнования
21	Прием с подачи. Доигровка.		2	Соревнования
22	Учебно-тренировочные игры.		2	Соревнования
23	Учебно-тренировочные игры.		2	Соревнования
24	Учебно-тренировочные игры.		2	Соревнования
25	Упражнения передача в тройках с перемещением, передача над собой.		2	Соревнования
26	Подача, прием с подачи. Учебно-тренировочные игры.		2	Соревнования
27	Передачи в зону 3 с доигровкой. Нападающий удар, блокирование.		2	Соревнования
28	Удар со второй линии. Прием с нападающего удара. Учебно-тренировочные игры.		2	Соревнования
29	Групповые тактические действия в нападении, защите	2		Познавательные беседы.
30	Командные тактические действия в нападении, защите.	2		Познавательные беседы.
31	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)		2	Соревнования
32	Прием мяча, отраженного сеткой		2	Соревнования
33	Нападающий удар с переводом вправо (влево)		2	Соревнования
34	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов И тактических действий.		2	Конкурсы
35	Итого часов	4	64	68

Цифровые образовательные ресурсы:

<http://www.o-volley.ru> ,

<http://www.VolleyMos.ru>,

<http://www.fizkultura-na5.ru> [**volejbol/volejbol**](#)