

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Новолялинского муниципального округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 4»  
(МАОУ НМО «СОШ № 4»)

ПРИНЯТО  
Протокол педагогического  
совета от 29.08.25 №1

СОГЛАСОВАНО  
Протокол Управляющего  
совета от 29.08.2025 №1

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ НМО «СОШ № 4»  
Шешина Т.В.  
приказ  
от 29.08.2025г. № 218/О

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу внеурочной деятельности «Волейбол»**

**9 класс**

Новая Ляля, 2025  
**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая программа составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, предназначена для обучающихся 9 классов.

Целью реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности «Волейбол» является достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом основного 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-1вн.

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

Целью Концепции является создание условий для формирования технологической грамотности, критического и креативного мышления, глобальных компетенций, необходимых для перехода к новым приоритетам научно технологического развития Российской Федерации.

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

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

*Личностные результаты* отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения курса. Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

**В области познавательной культуры:** - владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма. - владение знаниями по основам организации и проведения занятий оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

**В области нравственной культуры:** - способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности; - способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; - владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

**В области трудовой культуры:** - умение обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; - умение содержать в порядке спортивный

инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

**В области эстетической культуры:** - красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; - культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

**В области коммуникативной культуры:** - владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; - 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 разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности; - умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений.

***Метапредметные результаты*** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно практической деятельности. Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

**В области познавательной культуры:** - понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

**В области нравственной культуры:** - бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление

доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья; - уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

**В области трудовой культуры:** - добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий; - рациональное планирование курсами внеурочной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

**В области эстетической культуры:** - восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья; - понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью; - восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

**В области коммуникативной культуры:** - владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; - владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; - владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

**В области физической культуры:** - владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта,

активное их использование в самостоятельно 7 организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; - владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Формирование универсальных учебных действий:

***Предметные результаты*** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения курса. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий. Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

**В области познавательной культуры:** знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте волейбола в организации здорового образа жизни.

**В области нравственной культуры:** - способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; - умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения; способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

**В области трудовой культуры:** - способность преодолевать трудности, выполнять задания по технической и физической подготовке в полном объеме; - способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально -прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

**В области эстетической культуры:** -способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности; - способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

**В области коммуникативной культуры:** - способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументированно вести диалог по основам их организации и проведения; - способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

**В области физической культуры:** - способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

## Тематическое планирование

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов		Форма организации деятельности
		т	п	
Перемещения				
1	Стойка игрока (исходные положения)		2	Работа с тренажерами
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		2	Работа с тренажерами
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		2	Работа с тренажерами
Передачи мяча				
4	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)		2	Соревнования
5	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)		2	Соревнования
6	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи		2	Соревнования
7	Передача мяча снизу двумя руками над собой		3	Соревнования
8	Передача мяча снизу двумя руками в парах		2	Соревнования
Подачи мяча				
9	Нижняя прямая		3	Соревнования
10	Верхняя прямая		3	Соревнования
11	Подача в прыжке		2	Соревнования
Атакующие удары (нападающий удар)				
12	Прямой нападающий удар (по ходу)		3	Соревнования
13	Нападающий удар с переводом вправо (влево)		3	Соревнования
Прием мяча				
14	Прием мяча снизу двумя руками		3	Соревнования
15	Прием мяча сверху двумя руками		2	Соревнования
16	Прием мяча, отраженного сеткой		2	Соревнования
Блокирование атакующих ударов				
17	Одиночное блокирование		2	Соревнования
18	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)		2	Соревнования
19	Страховка при блокировании		2	Соревнования
Тактические игры				
20	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите		2	Навальные беседы.
21	Групповые тактические действия в нападении, защите	1	2	Навальные беседы.
22	Командные тактические действия в нападении, защите	1	2	Навальные беседы.
23	Двухсторонняя игра		5	Соревнования
Подвижные игры и эстафеты				
24	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		3	Конкурсы



<b>25</b>	Игры развивающие физические способности		<b>3</b>	Игры
<b>Физическая подготовка</b>				
<b>26</b>	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости		<b>2</b>	Работа с тренажерами
<b>Судейская практика</b>				
<b>27</b>	Судейство игры в волейбол	<b>1</b>	<b>2</b>	Познавательные беседы
	<b>ИТОГО</b>	<b>3</b>	<b>68</b>	

Цифровые образовательные ресурсы: <http://www.o-volley.ru>› ,  
[http://www. VolleyMos.ru](http://www.VolleyMos.ru),  
[http://www. fizkultura-na5.ru](http://www.fizkultura-na5.ru)› [volejbol/volejbol](http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol)