

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа  
с. Красносамарское  
муниципального района Кинельский Самарской области  
(ГБОУ СОШ с. Красносамарское)**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом  
Протокол №1 от 29.08 2022

**ПРОВЕРЕНО**

Зам. директора по УВР  
ГБОУ СОШ с. Красносамарское  
\_\_\_\_\_/Дьячкова Е.А.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ №302-ОД 31.08.2022 г  
Директор  
ГБОУ СОШ с. Красносамарское  
\_\_\_\_\_/Дементьева Е.Я.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Волейбол»**

**7 класс**

Направление: спортивно-оздоровительное

Составитель(и): Стуликов Н.В

Красносамарское, 2022

## 1. Результаты освоения курса.

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; 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 (этических норм);
- 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):

*Регулятивные УУД:*

- определять и формировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
  - проговаривать последовательность действий;
  - уметь высказывать свое 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;
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

### *Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя различные 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 своем 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.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности.**

### **1. Правила игры (1ч)**

1. Разъяснение правил игры, расстановка игроков на площадке по зонам, правила перехода игроков, жесты судьи.

### **2. Стойки и перемещения. (2ч)**

1. Совершенствование стойки игрока.

2. Совершенствование перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.

### **3. Верхняя подача. (5ч)**

1. Имитация верхней подачи без мяча (1-замах, 2-подбрасывание, 3-удар по мячу)

2. Верхняя подача мяча в парах поперек площадки

3. Верхняя подача мяча из-за лицевой линии

4. Верхняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.

### **4. Нижняя подача (5ч)**

1. Нижняя подача мяча в парах поперек площадки.

2. Нижняя подача мяча из-за лицевой линии.
3. Нижняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.

#### **5. Прием и передача мяча сверху двумя руками (10)**

1. Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте.
2. Передача мяча двумя руками сверху на месте
3. Обоюдная передача мяча в парах с расстояния 3-5 м между партнерами.
4. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения вперед, назад.
5. Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения влево и вправо.
6. Верхняя передача мяча с изменением траектории полета
7. Верхняя передача мяча на точность
8. Совершенствование передачи двумя руками сверху.
9. Совершенствование приема мяча сверху двумя руками.

#### **6. Прием и передача мяча снизу двумя руками (11ч)**

1. Имитация передачи мяча снизу без мяча
2. Прием мяча снизу после набрасывания мяча партнером, расстояние 4-5 м.
3. Прием мяча снизу после отскока от пола.
4. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.
5. Прием мяча снизу после перемещения вправо, влево.
6. Прием мяча снизу после перемещения вперед, назад.
7. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками.
8. Передача мяча снизу двумя руками.
9. Прием мяча отраженного сеткой.
10. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.
11. Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП.

№	Тема	Общее количество часов
1	Правила игры	1
2	Стойка и перемещения	2
3	Верхняя подача	5
4	Нижняя подача	5
5	Прием и передача мяча сверху двумя руками	10
6	Прием и передача мяча снизу двумя руками	11
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

Проверено

г.

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_/Дьячкова Е.А./

Утверждаю

Директор \_\_\_\_\_ Дементьева Е.Я./

Приказ № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

М.П.

**3. Тематическое планирование на 2022-2023 учебный год  
по внеурочной деятельности в 7 классе  
«Волейбол»**

№ п/п	Содержание	Кол-во часов	Сроки	Вид контроля	УУД	Требования (знания и умения)
	<b>Правила игры</b>	<b>1</b>				
1	Расстановка игроков на площадке по зонам, переход игроков, жесты судьи				Осознание значимости безопасного поведения при игре в волейбол; освоение способов ориентирование в пространстве.	Знать правила игры, жесты судьи. Уметь вставать на площадке по зонам.
	<b>Стойки и перемещения</b>	<b>2</b>				
2	Совершенствование стойки игрока.	1			Применять установленные правила в планирование способа решения задачи	
3	Совершенствование перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1			Совершенствование техники выполнения перемещения ; формирование индивидуального стиля; применять установленные правила в планирование способа решения задач.	Основная стойка игрока. Перемещаться в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной.
	<b>Верхняя подача</b>	<b>5</b>				
4	Имитация верхней подачи без мяча (1-замах, 2-подбрасывание, 3-удар по мячу)	1			Регулятивные – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <b>коррекция</b> – вносить дополнения и изменения в план действий. Познавательные – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) решения задач. Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Выполнять верхнюю подачу
5	Верхняя подача мяча в парах поперек площадки	1			Регулятивные – планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий.	

					<p>Познавательные – знаково-символические – использовать знаково-символические средства (схемы) решения задач.</p> <p>Коммуникативные – планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
6	Верхняя подача мяча из-за лицевой линии	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>коррекция</b> - вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>общеучебные</b> – контролировать процесс и результат деятельности.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять общую цель и пути ее достижения.</p>	
7-8	Верхняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.	2			<p><u>Регулятивные</u> – <b>целеполагание</b> – формулировать задачи вместе с учителем; <b>коррекция</b> – вносить изменения в план действия.</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>общеучебные</b> – определять, где применять, ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
	<b>Нижняя подача</b>	<b>5</b>				
9-10	Нижняя подача мяча в парах поперек площадки	2			<p><u>Регулятивные</u> – <b>коррекция</b> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>общеучебные</b> – контролировать процесс и результат деятельности.</p>	Выполнять нижнюю подачу

					Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять общую цель и пути ее достижения	
11-12	Нижняя подача мяча из-за лицевой линии	2			Регулятивные – <b>коррекция</b> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные – <b>общеучебные</b> – контролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять общую цель и пути ее достижения	
13	Нижняя подача мяча в левую и правую стороны площадки.	1			- применять установленные правила в планирование способа решения задачи. -использовать общие приемы решения поставленных задач. -ставить вопросы, обращаться за помощью.	
	<b>Прием и передача мяча сверху двумя руками</b>	<b>10</b>				
14	Имитация приемов сверху двумя руками стоя на месте с мячом	1			Регулятивные – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий; Познавательные – <b>знаково-символические</b> - использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач. Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Уметь выполнять прием и передачу мяча сверху двумя руками. Верхняя передача на точность.



15	Передача мяча двумя руками сверху на месте	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
16	Обоюдная передача мяча в парах с расстояния 3-5 м между партнерами	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Уметь выполнять прием и передачу мяча сверху двумя руками. Верхняя передача на точность
17	Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения вперед, затем назад.	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия,</p>	

					координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
18	Верхняя передача мяча двумя руками после перемещения влево и вправо	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
19	Верхняя передача мяча с изменением траектории полета	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Уметь выполнять прием и передачу мяча сверху двумя руками. Верхняя передача на точность
20	Верхняя передача мяча на точность	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p>	

					Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
21	Совершенствование передачи двумя руками сверху	1			Регулятивные – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий; Познавательные – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач. Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
22-23	Совершенствование приема мяча сверху двумя руками	2			Регулятивные – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий; Познавательные – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач. Коммуникативные – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Уметь выполнять прием и передачу мяча сверху двумя руками. Верхняя передача на точность
	<b>Прием и передача мяча снизу двумя руками</b>	<b>11</b>				
24	Имитация передачи мяча снизу без мяча	1			Регулятивные – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция	Уметь выполнять прием и передачу мяча снизу двумя руками.

					<p>– вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Прием мяча отраженного сеткой
25	Прием мяча снизу после набрасывания мяча партнером, расстояние 4-5 м	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Уметь выполнять прием и передачу мяча снизу двумя руками. Прием мяча отраженного сеткой
26	Прием мяча снизу после отскока от пола	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>-использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	

27	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
28	Прием мяча снизу после перемещения вправо, влево	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Уметь выполнять прием и передачу мяча снизу двумя руками. Прием мяча отраженного сеткой
29	Прием мяча снизу после перемещения вперед, назад.	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b>- использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия,</p>	

					координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
30	Совершенствование приема мяча снизу двумя руками	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
31	Передача мяча снизу двумя руками	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Уметь выполнять прием и передачу мяча снизу двумя руками. Прием мяча отраженного сеткой
32	Прием мяча отраженного сеткой	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p>	

					<p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
33	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	1			<p><u>Регулятивные</u> – <b>планирование</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действий;</p> <p><u>Познавательные</u> – <b>знаково-символические</b> – использовать знаково-символические средства (схемы) для решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные</u> – <b>планирование учебного сотрудничества</b> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	
34	Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП	1			<p>Самостоятельное создание алгоритма деятельности в зависимости от конкретных условий.</p>	

