

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**министерство образования Самарской области**  
**Северное управление**  
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской**  
**области средняя общеобразовательная школа № 1 п.г.т.Суходол**  
**муниципального района Сергиевский Самарской области**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

Котельникова О.В.  
«26» августа 2025 г.

**ПРОВЕРЕНО**

Заместитель директора  
по УВР

Котельникова О.В.  
«28» августа 2025 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

Соломонова Т.В.  
№ 163-од  
от «29» августа 2025г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» (волейбол)**

**для обучающихся 8 класса**

Разработчики:  
учителя физической культуры

**СУХОДОЛ, 2025**

## **Рабочая программа внеурочной деятельности спортивного клуба «Орленок» секции «Волейбол»**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности спортивного направления «Волейбол» разработана на основании нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования» от 28.08.2023 № 442;
- Письмо МОиН РФ №03-296 от 12.05.2011 г «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ СОШ № 1 п.г.т. Суходол;
- Устав ГБОУ СОШ № 1 п.г.т. Суходол;
- «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации», утвержденное приказом директора № 162/7-од от 31 августа 2023 года;
- «Положение об организации внеурочной деятельности», утвержденное приказом директора № 161/15 -од 30 августа 2024 г.

Программа по обучению детей и подростков игре волейбол является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

#### **Метапредметные результаты:**

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

-обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

-общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

-организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;

-анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

-видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

-оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

-управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

-технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты:**

-измерение (познание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

-оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

-организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

-бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

-взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

-объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

-нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

-выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

-выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях.

| <b>№<br/>Занятия</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>Количество<br/>часов</b> |
|----------------------|---|-----------------------------|
| 1-3                  | Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Инструкция по технике безопасности. | 3                           |
| 4-5                  | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Правила игры.  | 2                           |
| 6-7                  | Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).   | 2                           |
| 8-10                 | Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).   | 3                           |
| 11-14                | Нижняя прямая подача.<br>Верхняя прямая подача.   | 4                           |
| 15-16                | Приём мяча снизу двумя руками. Подготовка к турниру. Инструкция по технике безопасности   | 2                           |
| 17                   | Основные приемы игры. Прием мяча снизу, над собой.  | 1                           |
| 18-19                | Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.   | 2                           |
| 20-21                | Групповые тактические действия в нападении и защите. Волейбол с блокированием.  | 2                           |
| 22-23                | Командные тактические действия в нападении и защите.  | 2                           |
| 24-25                | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.  | 2                           |
| 26-28                | Нижняя прямая подача. Техника атаки.  | 3                           |
| 29-31                | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.   | 3                           |
| 32-33                | Приём мяча, отражённого сеткой.<br>Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите.  | 2                           |
| 34                   | Обучение технике прямого нападающего удара. Работа над ошибками. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. Тренировочная игра.          | 1                           |

|  |       |    |
|--|-------|----|
|  | Bcero | 34 |
|--|-------|----|