

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа №50 с углубленным изучением отдельных предметов имени кавалера Ордена Мужества Г.Д. Ларина» городского округа Самара

Программа рассмотрена

на заседании МО

кл. руководителей

Протокол № 1 от 27.08.2025

Председатель МО

 Л.М. Кривокурс

«Проверено»

« 27 » 08.2025г.

Зам. директора по ВР

 Л.М. Кривокурс

«Утверждаю»

Директор МБОУ

Школы № 50 г. о. Самара

 И. Ю. Ларина

Приказ № 282-од от 27.08.2025



**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности для учащихся 7-9 классов**

**«Волейбол»**

**Форма организации:** подвижные игры, соревнования по игровым видам спорта, спортивные праздники.

**Направление:** обеспечение безопасности жизни и здоровья

**Срок реализации:** 3 года

**Программа составлена:** Полевой К.А, учителем физической культуры МБОУ  
Школы № 50 г. о. Самара

Самара, 2025

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа №50 с углубленным изучением отдельных предметов имени кавалера Ордена Мужества Г.Д. Ларина» городского округа Самара

|                       |                                     |                         |
|-----------------------|-------------------------------------|-------------------------|
| Программа рассмотрена | «Проверено»                         | «Утверждаю»             |
| на заседании МО       | « _ » _____.                        | Директор МБОУ           |
| кл. руководителей     | Зам. директора по ВР                | Школы № 50 г. о. Самара |
| Протокол № _____      | Председатель МО _____ Л.М.Кривопуск | _____ /И. Ю. Ларина     |
| _____ Л.М. Кривопуск  |                                     | Приказ № _____          |

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности для учащихся 7-9 классов**  
**«Волейбол»**

**Форма организации:** подвижные игры, соревнования по игровым видам спорта, спортивные праздники.

**Направление:** обеспечение безопасности жизни и здоровья

**Срок реализации:** 3 года

**Программа составлена:** Полевой К.А, учителем физической культуры МБОУ Школы № 50 г. о. Самара

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа разработана в соответствии и на основе нормативно-правовых и учебно — методических документов:

-

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О

Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100.)

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования». (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101.)

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676.)

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675.)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413». (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034.)

- Примерная рабочая программа по воспитанию для общеобразовательных организаций, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию. (Протокол от 23 июня 2022 г. № 3/22.)

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой

частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по

желанию обучающихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном

плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений

внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 7–9 классах.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу,

физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем,

укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность

мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция

на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными

навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить.

Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей

эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и

активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование:

небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

Закон Российской Федерации «Об образовании»;

Федеральный государственный образовательный стандарт;

СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;

Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;

Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.

О недопустимости перегрузок обучающихся в школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);

Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009г.).

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» (направление: спортивно-оздоровительная) для 7-9 классов составлена с учетом требований ФГОС ООО.

При составлении рабочей программы использовалось Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодинский, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011

**Цель и задачи обучения,** воспитания и развития детей по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

**Цель конкретизирована следующими задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; - воспитание моральных и волевых качеств.

**Целью** реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

**Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.**

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 7–9 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 45 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Таблица 1

| Формы проведения занятия и виды деятельности |                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Однонаправленные занятия                     | Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техникой, тактикой или физической.                                                                                           |
| Комбинированные занятия                      | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.             |
| Целостно-игровые занятия                     | Построены на учебной двухсторонней игре в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.                                                                                    |
| Контрольные занятия                          | Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. |

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; 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 спортивнооздоровительному направлению «Волейбол» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- 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 спортивнооздоровительному направлению «Волейбол» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### 1. Регулятивные УУД:

- *Определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- *Проговаривать* последовательность действий.
- Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, учить *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).

#### 2. 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.

#### 3. 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, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

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

## Воспитательные результаты

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>результаты первого уровня:</b><br/>достигается в процессе взаимодействия с педагогом</p>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• приобретение знаний об интеллектуальной деятельности, о способах и средствах выполнения заданий;</li> <li>• формирование мотивации к учению через внеурочную деятельность.</li> </ul>                               | <p>Беседы, факультативы, олимпиады, игры, культпоходы, экскурсии, социальная проба (участие в социальном деле, организованном взрослым), игры с ролевым акцентом, занятия по конструированию, рисованию, техническому творчеству и т.д., занятия спортом, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах, поездки и т.д.</p>                                                                                                                                                 |
| <p><b>Результаты второго уровня</b><br/>достигается в дружественной среде</p>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• самостоятельное или во взаимодействии с педагогом, значимым взрослым выполнение задания данного типа, для данного возраста;</li> <li>• умение высказывать мнение, обобщать, классифицировать, обсуждать.</li> </ul> | <p>Игры с деловым акцентом, интеллектуальный или творческий клуб, агитбригады, смотры-конкурсы, театральные постановки, дебаты, диспуты, дискуссии, инсценировки, концерты, художественные выставки, фестивали, спектакли, КТД (коллективно-творческое дело), трудовые десанты, сюжетно-ролевые продуктивные игры, трудовой отряд, оздоровительные акции, социально-значимые акции, туристические походы и т.д.</p>                                                              |
| <p><b>Результаты третьего уровня</b><br/>Достигается во взаимодействии с социальными субъектами</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно применять изученные способы, аргументировать свою позицию, оценивать ситуацию и полученный результат.</li> </ul>                                                                              | <p>Социально моделирующие игры, детские исследовательские проекты, внешкольные акции, конференции, интеллектуальные марафоны; проблемно-ценностная дискуссия с участием внешних экспертов; социально-значимые, трудовые, творческие, художественные акции в социуме (вне школы), выступление творческих групп самодеятельного творчества; социально-образовательные проекты, спортивные и оздоровительные акции в социуме, поисково-краеведческие экспедиции, ярмарки и т.п.</p> |

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

## Методы обучения

Формы организации работы с детьми:

- Групповые учебно-тренировочные занятия;
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

- Восстановительные мероприятия;
- Участие в матчевых встречах;- Участие в соревнованиях; - Зачеты, тестирования.

Принципы организации обучения:

- Принцип доступности и индивидуализации;
- Принцип постепенности;
- Принцип систематичности и последовательности; - Принцип сознательности и активности; - Принцип наглядности.

Средства обучения:

- Общепедагогические (слово и сенсорно-образные воздействия); - Специфические средства (физические упражнения).

Основные методы организации учебно-воспитательного процесса:

- Словесный метод: рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор;
- Наглядный метод: показ упражнений или их элементов учителем или наиболее подготовленными учениками, демонстрация кино- и видеоматериалов, рисунков, фотографий, схем тактических взаимодействий; методы ориентирования;
- Практический метод;
- Игровой метод;
- Соревновательный метод.

## **Содержание курса**

### **7класс**

1. Индивидуальные тактические действия в нападении (7)
2. Закрепление техники верхней передачи (6)
3. Закрепление техники нижней передачи (6)
- 4.Верхняя прямая подача (4)
5. Закрепление техники приёма мяча с подачи (3)
6. Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра (8)

### **8класс**

1. Совершенствование техники верхней, нижней передачи (4)
2. Прямой нападающий удар (8)
3. Совершенствование верхней прямой подачи (5)
4. Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите (4)
5. Двусторонняя учебная игра (5)
6. Одиночное блокирование (4)
7. Страховка при блокировании (4)

### **9класс**

1. Верхняя передача двумя руками в прыжке (5)
2. Прямой нападающий удар (5)
3. Верхняя, нижняя передача двумя руками назад (6)
4. Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите (4)
5. Двусторонняя учебная игра (7)
6. Одиночное блокирование и страховка (4)

## 7. Командные тактические действия в нападении и защите (3)

### Тематическое планирование – 7 класс (34часа)

| №     | Тема занятия                                                                                  | Кол-во часов |        |          |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|----------|
|       |                                                                                               | Общее        | Теория | Практика |
| 1     | Совершенствование стоек игрока.                                                               | 1            | 0      | 1        |
| 2     | Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. | 1            | 0      | 1        |
| 3     | Игры, развивающие физические способности.                                                     | 1            | 0      | 1        |
| 4     | Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).                      | 1            | 0,5    | 0,5      |
| 5-6   | Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).                  | 2            | 0      | 2        |
| 7     | Закрепление верхней передачи мяча у стены.                                                    | 1            | 0      | 1        |
| 8     | Эстафеты с различными способами перемещений.                                                  | 1            | 0      | 1        |
| 9     | Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.                                      | 1            | 0      | 1        |
| 10    | Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.                                              | 1            | 0      | 1        |
| 11-13 | Закрепление верхней прямой подачи.                                                            | 3            | 1      | 2        |
| 14    | Двусторонняя учебная игра.                                                                    | 1            | 0      | 1        |
| 15    | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. | 1            | 0,5    | 0,5      |
| 16-17 | Закрепление прямого нападающего удара.                                                        | 2            | 0      | 2        |
| 18-19 | Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.                                             | 2            | 0      | 2        |
| 20    | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.       | 1            | 0      | 1        |
| 21-22 | Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.                                             | 2            | 0      | 2        |
| 23    | Игры, развивающие физические способности.                                                     | 1            | 0      | 1        |
| 24-25 | Закрепление одиночного блокирования.                                                          | 2            | 0      | 2        |
| 26-27 | Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).                                         | 2            | 0,5    | 1,5      |
| 28-29 | Закрепление страховки при блокировании.                                                       | 2            | 0      | 2        |
| 30-31 | Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.                          | 2            | 0      | 2        |
| 32-33 | Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите.                               | 2            | 0,5    | 1,5      |
| 34    | Двусторонняя учебная игра.                                                                    | 1            | 0      | 1        |
|       | ИТОГО                                                                                         | 34           | 3(10%) | 31(90%)  |

### Тематическое планирование – 8 класс (34часов)

| №     | Тема занятия                                                                            | Кол-во часов |         |          |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|----------|
|       |                                                                                         | Общее        | Теория  | Практика |
| 1     | Стойки игрока.                                                                          | 1            | 0       | 1        |
| 2     | Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.             | 1            | 0       | 1        |
| 3     | Игры, развивающие физические способности.                                               | 1            | 0       | 1        |
| 4     | Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).                | 1            | 0,5     | 0,5      |
| 5-6   | Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.                            | 2            | 0       | 2        |
| 7-8   | Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).          | 2            | 0       | 2        |
| 9     | Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.                                | 1            | 0       | 1        |
| 10    | Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.                                  | 1            | 0       | 1        |
| 11-12 | Совершенствование верхней прямой подачи.                                                | 2            | 0       | 2        |
| 13    | Двусторонняя учебная игра.                                                              | 1            | 0       | 1        |
| 14    | Развитие физических качеств.                                                            | 1            | 0,5     | 0,5      |
| 15-16 | Закрепление прямого нападающего удара.                                                  | 2            | 0       | 2        |
| 17    | Приём мяча снизу двумя руками.                                                          | 1            | 0,5     | 0,5      |
| 18    | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. | 1            | 0       | 1        |
| 19    | Приём мяча сверху двумя руками.                                                         | 1            | 0       | 1        |
| 20-21 | Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.                                            | 2            | 0       | 2        |
| 22    | Игры, развивающие физические способности.                                               | 1            | 0       | 1        |
| 23    | Совершенствование одиночного блокирования.                                              | 1            | 0       | 1        |
| 24-25 | Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).                                   | 2            | 0,5     | 1,5      |
| 0526  | Совершенствование страховки при блокировании.                                           | 1            | 0,5     | 0,5      |
| 27-28 | Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.                    | 2            | 0       | 2        |
| 29-30 | Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.                         | 2            | 0       | 2        |
| 31-32 | Разучивание командных тактических действий в нападении, защите.                         | 2            | 1       | 1        |
| 33    | Судейство учебной игры в волейбол.                                                      | 1            | 0,5     | 0,5      |
| 34    | Двусторонняя учебная игра.                                                              | 1            | 0       | 1        |
|       | ИТОГО                                                                                   | 34           | 4 (14%) | 30 (86%) |

#### Тематическое планирование – 9 класс (33часа)

| № | Тема занятия                                                                | Кол-во часов |        |          |
|---|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|----------|
|   |                                                                             | Общее        | Теория | Практика |
| 1 | Стойки игрока.                                                              | 1            | 0      | 1        |
| 2 | Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. | 1            | 0      | 1        |
| 3 | Игры, развивающие физические способности.                                   | 1            | 0      | 1        |
| 4 | Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).    | 1            | 0,5    | 0,5      |

|       |                                                                                         |    |         |         |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|---------|---------|
| 5     | Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.                            | 1  | 0       | 1       |
| 6-7   | Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).          | 2  | 0       | 2       |
| 8     | Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.           | 1  | 0,5     | 0,5     |
| 9     | Передача снизу двумя руками над собой.                                                  | 1  | 0       | 1       |
| 10    | Передача снизу двумя руками в парах.                                                    | 1  | 0       | 1       |
| 11    | Совершенствование верхней прямой подачи.                                                | 1  | 0       | 1       |
| 12-13 | Разучивание подачи в прыжке.                                                            | 2  | 0,5     | 1,5     |
| 14    | Развитие физических качеств.                                                            | 1  | 0       | 1       |
| 15    | Закрепление прямого нападающего удара.                                                  | 1  | 0       | 1       |
| 16-17 | Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево).                               | 2  | 0,5     | 1,5     |
| 18    | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. | 1  | 0       | 1       |
| 19    | Приём мяча снизу, сверху двумя руками.                                                  | 1  | 0       | 1       |
| 20-21 | Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.                                            | 2  | 0       | 1       |
| 22    | Игры, развивающие физические способности.                                               | 1  | 0       | 1       |
| 23    | Совершенствование одиночного блокирования.                                              | 1  | 0       | 1       |
| 24-25 | Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).                             | 2  | 0       | 1       |
| 26    | Совершенствование страховки при блокировании.                                           | 1  | 0       | 1       |
| 27-28 | Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.              | 1  | 0       | 1       |
| 29-30 | Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.                   | 2  | 0       | 1       |
| 31-32 | Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.                         | 2  | 0,5     | 1,5     |
| 33    | Судейство учебной игры в волейбол.                                                      | 1  | 0,5     | 0,5     |
| 34    | Двусторонняя учебная игра.                                                              | 1  | 0       | 1       |
|       | ИТОГО                                                                                   | 33 | 3 (10%) | 31(90%) |

**Формы проведения промежуточной аттестации внеурочной деятельности.**

| № | Направление                                                                               | Форма промежуточной аттестации<br>(по выбору обучающегося)                                                                                                                                                    |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | ВД по учебным предметам образовательной программы                                         | Портфолио. Тест. Научно-практическая конференция. Исследовательская работа. Защита проектов. Образовательная игра.                                                                                            |
| 2 | ВД по формированию функциональной грамотности, проектная и исследовательская деятельность | Портфолио. Защита социального проекта. Презентация. Участие в акциях и мероприятиях. Тест. Образовательная игра. Разработка изделия, макета, предметов декора и живописи.                                     |
| 3 | ВД, направленная на развитие личности, профориентацию, предпрофильную подготовку          | Портфолио. Выставка декоративно-прикладного творчества. Концерт, спектакль. Защита проектов. Образовательная игра. Тест. Разработка изделия, макета, предметов декора и живописи.                             |
| 4 | ВД по реализации комплекса воспитательных мероприятий                                     | Портфолио. Исследовательская творческая работа. Защита проектов. Творческое выступление. Разработка изделия, макета, предметов декора и живописи. Книжка волонтера. Концерт, спектакль. Образовательная игра. |
| 5 | ВД по организации деятельности ученических сообществ                                      | Портфолио. Исследовательская творческая работа. Защита проектов. Творческое выступление. Разработка изделия, макета, предметов декора и живописи. Книжка волонтера. Тест.                                     |
| 6 | ВД, направленная на организацию обеспечения учебной деятельности                          | Образовательная игра. Портфолио. Участие в акциях и мероприятиях. Исследовательская творческая работа. Защита проектов. Творческое выступление. Книжка волонтера.                                             |
| 7 | ВД по организации ученической поддержки                                                   | Образовательная игра. Портфолио. Участие в акциях и мероприятиях. Исследовательская творческая работа. Защита проектов. Творческое выступление. Книжка волонтера. Тест.                                       |
| 8 | ВД по обеспечению безопасности жизни и здоровья обучающихся                               | Портфолио спортивных достижений Соревнования. Сдача нормативов ГТО. Участие в акциях и мероприятиях. Книжка волонтера. Тест.                                                                                  |

Годовая оценка по внеурочной деятельности выставляется как зачет (незачет)

### **Список литературы и информационных ресурсов для учителя:**

1. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2016г.
2. Государственная программа Министерства образования и науки РФ по Физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2016г.
3. О. Чехов «Основы волейбола» Москва. «Физическая культура и спорт» 2008г.
4. Алачачян, Арменак Не только о баскетболе / Арменак Алачачян. - М.: Молодая Гвардия, 2018. - 320 с. 2. Башкин, С. Уроки по баскетболу ... Теория и практика. Учебник. - М.: Спорт, 2016. - 456 с. 6. Гомельский, А. Я
5. Баскетбол завоевывает планету. Баскетбол на Олимпиадах / А.Я. Гомельский. - М.: Советская Россия, 2010.