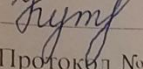


Управление общего и дошкольного образования
Администрации города Норильска

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 27 имени Героя Советского Союза Ц.Л. Куникова»
(МБОУ «СШ № 27»)

РАССМОТРЕНО

на заседании МО

 А.А. Кутукова

Протокол № 1

от 30.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по ВР

 Ю.Н. Петрова
30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ «СШ № 27»

 Г.В. Головинова

Приказ № 01-05-478

от 30.08.2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Направленность программы: спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст детей: 11-14 лет

Срок реализации программы: 1 год (2024-2025 учебный год)

Берг Наталья Петровна,
педагог дополнительного образования

Норильск, 2024

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка.....	3-5
2. Требования к уровню подготовки обучающихся.....	6
3. Учебно-методическое обеспечение.....	7
4. Календарно-тематическое планирование.....	8

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Данная программа для учащихся на волейбол разработана на основе программы, внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011.

Своеобразие программы заключается в том, что она создана на основе курса волейбол. Технические приёмы, тактические действия таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей школьников. Исследователи игровой деятельности подчёркивают её уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей и подростков, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальность, творческого отношения к деятельности.

Во внеурочной деятельности учащихся общеобразовательной школы занимаются волейболом в школьной спортивной секции, участвуют во внутришкольных и внешкольных соревнованиях по волейболу.

Основными задачами учебно–тренировочного процесса в школьной спортивной секции по волейболу являются:

- Пропаганда здорового образа жизни, укрепления здоровья, содействие гармоничному физическому развитию занимающихся;
- Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- Обучение технике и тактике игры в волейбол;
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно – силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- Воспитание моральных и волевых качеств.

Занятие по волейболу состоит из трёх взаимосвязанных и в то же время относительно самостоятельных частей: подготовительной, основной и заключительной.

Программа рассчитана на 102 часов из расчётов 3 часа в неделю, что соответствует плану МБОУ «СШ №27».

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Примерное распределение учебного материала по волейболу во внеурочной деятельности учащихся

№ п/п	Учебный материал	Классы			
		6	7	8	9
Перемещения					
1	Стойка игрока (исходные положения)	+	+	+	+
2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	+	+	+	+
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки в верх)	+	+	+	+
Передачи мяча					
1	Передача мяча сверху двумя руками вперёд – вверх (в опорном положении)	Р	Р	Р	З
2	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	Р	Р	Р	Р
3	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	Р	Р	Р	Р
Подачи мяча					
1	Нижняя прямая	Р	Р	Р	Р
2	Верхняя прямая	Р	Р	Р	Р
Атакующие удары					
1	Прямой нападающий удар (по ходу)	Р	Р	Р	Р
2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)	Р	Р	Р	Р
Приём мяча					
1	Приём мяча снизу двумя руками	З	З	З	З
2	Приём мяча сверху двумя руками	З	З	З	З
3	Приём мяча, отражённого сеткой	Р	Р	Р	Р
Блокирование атакующих ударов					
1	Одиночное блокирование	Р	Р	Р	Р
2	Групповое блокирование (вдвоём, втроём)	Р	Р	Р	Р
3	Страховка при блокировании	Р	Р	З	З
Тактика игры					
1	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Р	Р	Р	З
2	Групповые тактические действия в нападении и защите	Р	Р	Р	Р

3	Командные тактические действия в нападении и защите	Р	Р	З	З
4	Двусторонняя учебная игра	+	+	+	+
Подвижные игры и эстафеты					
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий	+	+	+	+
2	Игры, развивающие физические способности	+	+	+	+
Физическая подготовка					
1	Развитие скоростных, скоростно – силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	+	+	+	+
Судейская практика					
1	Судейство игры в волейбол	+	+	+	+

Условные обозначения: **Р**- разучивание двигательных действий; **З** – закрепление двигательных действий; **С** – совершенствование двигательных действий; **(+)** – указывает на использование данного материала на занятиях.

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей. В связи с этим задача развития этих способностей считается такой же важной, как и задача обучения.

В зависимости от условий своей деятельности учитель сможет сам подобрать упражнения и игры, которые бы помогали овладеть техническими приёмами.

Выполнение задач обучения во многом зависит от подбора подводящих упражнений, чёткого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, широкого использования наглядных пособий и технических средств обучения. Важное условие результативного обучения – точный показ разучиваемых движений, необходимое количество повторений упражнений не только на одном занятии, но и в целой системе занятий. В ходе занятия следует постоянно обращать внимание учащихся на правильное выполнение всех заданных движений.

При организации занятий следует строго соблюдать правила безопасности занятий на волейболе.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ПО РАЗДЕЛУ «ВОЛЕЙБОЛ»

В результате изучения раздела «Волейбол» курса «Физическая культура» во внеурочной деятельности учащиеся должны:

знать

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасности поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно – силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;

уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение 2011
2. Виленский М. Я., Туревский Т.Ю. Физическая культура. 5 – 7 классы: учебник для общеобразовательных организаций – М.: Просвещение, 2014.
3. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учебник для студентов высших пед. учеб. заведений – М.: издательский центр «Академия», 2001.
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Программы общеобразовательных учреждений «комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» - М. Издательство «Просвещение», 2008г.
5. Лях В.И., Кофман Л.Б., Мейксон Г.Б. Физическая культура. 1 – 11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе – Волгоград: Учитель, 2007г.

Интернет-ресурсы:

«Сеть творческих учителей» www.prosv.ru

(сообщество учителей физической культуры).

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ВОЛЕЙБОЛУ
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

№ п/п	Дата	Темы урока. Форма урока	Требования к уровню подготовки учащихся (ЗУН)	Виды, формы контроля.
1	2.09	Инструктаж по ТБ. Стойки и передвижение игрока.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
2	2.09	Стойки и передвижение игрока.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
3	4.09	Прием мяча снизу двумя руками в прах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
4	9.09	Прием мяча снизу двумя руками в прах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
5	9.09	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
6	11.09	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
7	16.09	Комбинации из разученных элементов в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
8	16.09	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
9	18.09	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
10	23.09	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
11	23.09	Нижняя прямая подача.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
12	25.09	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
13	30.09	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
14	30.09	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	

15	2.10	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
16	7.10	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
17	7.10	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
18	9.10	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
19	14.10	Тактические действия (индивидуальные и групповые). Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
20	14.10	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, приема и передач мяча, подачи мяча, нападающего удара через сетку.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
21	16.10	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
22	21.10	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
23	21.10	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
24	23.10	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
25	6.11	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
26	11.11	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
27	11.11	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	

			игре.	
28	13.11	Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
29	18.11	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
30	18.11	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
31	20.11	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
32	25.11	Комбинации из разученных перемещений. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
33	25.11	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
34	27.11	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
35	2.12	Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
36	2.12	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
37	4.12	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
38	9.12	Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
39	9.12	Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	

40	11.12	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
41	16.12	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
42	16.12	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
43	18.12	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
44	23.12	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
45	23.12	Игра в волейбол.	Уметь выполнять	
46	25.12	Игра в волейбол.	Уметь выполнять	
47	13.01	Стойки и передвижение игрока.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
48	13.01	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
49	15.01	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
50	20.01	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
51	20.01	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
52	22.01	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
53	27.01	Комбинации из разученных элементов в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
54	27.01	Комбинации из разученных элементов в парах.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
55	29.01	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
56	3.02	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	

57	3.02	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
58	5.02	Нижняя прямая подача.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
59	10.02	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
60	10.02	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
61	12.02	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
62	17.02	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
63	17.02	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
64	19.02	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
65	24.02	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
66	24.02	Верхняя прямая подача и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
67	26.02	Тактические действия (индивидуальные и групповые). Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
68	3.03	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, приема и передач мяча ,подачи мяча, нападающего удара через сетку.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
69	3.03	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
70	5.03	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
71	10.03	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в	

			игре.	
72	10.03	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
73	12.03	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
74	17.03	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
75	17.03	Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
76	19.03	Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
77	2.04	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
78	2.04	Комбинации из разученных перемещений. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
79	7.04	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
80	7.04	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
81	9.04	Комбинации из разученных перемещений. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
82	14.04	Комбинации из разученных перемещений. Нижняя прямая подача, прием подачи.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	

83	14.04	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
84	16.04	Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
85	21.04	Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
86	21.04	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
87	23.04	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
88	28.04	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
89	28.04	Индивидуальное блокирование. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
90	30.04	Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
91	5.05	Позиционное нападение со сменой мест. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
92	5.05	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
93	7.05	Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Учебная игра.	Уметь выполнять тактико-технические действия в игре.	
94	12.05	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
95	12.05	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
96	14.05	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	

97	19.05	Передача над собой во встречных колоннах. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
98	19.05	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
99	21.05	Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра в волейбол.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия в игре.	
100	21.05	Стойки и передвижение игрока.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
101	26.05	Стойки и передвижение игрока.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические приемы	
102	26.05	Игра в волейбол.	Уметь выполнять	