

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Репенская средняя общеобразовательная школа  
Алексеевского района Белгородской области

«Рассмотрено»  
Руководитель ШМО  
Т.Т. Бурцева  
Протокол № 5 от  
«  »    2021 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора  
МОУ Репенская СОШ  
Л.П. Цуканова  
«24» 06 2021 г.

«Утверждаю»  
Директор  
МОУ Репенская СОШ  
С.И. Доктева  
Приказ №    от  
«24»    2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
«Волейбол»**

на уровень среднего общего образования  
спортивно-оздоровительное направление  
составлена учителем физической культуры  
**Жашковым Олегом Сергеевичем**  
возраст воспитанников 11,5 -12 лет  
срок реализации: 2 года

Принята на заседании педагогического совета  
от «24» 06 2021 г. Протокол № 10

## Пояснительная записка

Рабочая программа «Волейбол» составлена в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- положения о Рабочей программе внеурочной деятельности педагога, реализующего ФГОС НОО;
- Примерных программ внеурочной деятельности учащихся «Волейбол: пособие для учителей и методистов», под редакцией Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В.Маслова.

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 5–6 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.

**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.

### **Задачи:**

- 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.

### **Общая характеристика курса:**

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 5–6 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания. Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

### **Описание места курса в учебном плане**

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 5-6 класса. Рассчитана на 68 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

В конце 2 четверти 5 класса проводится промежуточная аттестация в форме защиты творческого проекта: «История возникновения игры «Волейбол».

В конце 4 четверти 5 класса проводится итоговая аттестация в форме турнира по волейболу «Стремительный мяч» среди класса.

В конце 2 четверти 6 класса проводится промежуточная аттестация в форме защиты творческого проекта: «Волейбол- олимпийский вид спорта».

В конце 4 четверти 6 класса проводится итоговая аттестация в форме турнира по волейболу «Стремительный мяч» среди класса.

### Учебно -тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Перемещения	9
2	Верхняя передача	6
3	Нижняя передача	6
4	Приём мяча	4
5	Подвижные игры и эстафеты	9
6	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

### Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Индивидуальные тактические действия в защите	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
7	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

**Примечание:** в течение года возможно изменение количества часов на изучение тем программы в связи с совпадением занятий расписания с праздничными днями, сроками изменения каникул и другими особенностями функционирования МОУ Репенская СОШ.

### **Описание ценностных ориентиров содержания курса**

Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области спорта. Ребёнок не только усвоит определённые знания и представления о здоровом образе жизни, но и станет изучать себя, особенности организма. Методика работы строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей.

Педагогическая эффективность внеурочной деятельности будет выше, если каждый учащийся будет выполнять посильные и интересные для него поручения. После каждого занятия у ребёнка должно появляться чувство удовлетворения, лёгкости и радости.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
  - элементарные представления о взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
  - первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
  - первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека

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.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы курса**

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 спортивно-оздоровительному 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 спортивно-оздоровительному 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.

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

### **Условия реализации программы**

Занятия внеурочной деятельности проводятся в отличной форме от занятий по учебным предметам.

Программа предполагает, как групповые занятия, так и индивидуальные, а также проведение массовых мероприятий. В группе должно быть не более 15 человек, это позволит соблюдать требования техники безопасности при занятиях по волейболу.

Педагог имеет возможность самостоятельно определять формы и виды занятий, их продолжительность с учётом времени года, погодных условий и местных особенностей.

Каждое занятие предполагает организацию игровой, познавательной и физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.

Так как программа больше всего уделяет внимание пропаганде здорового образа жизни, то с этой целью используются следующие формы занятий:

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.

Кроме этого, большое значение во внеклассных мероприятиях имеют самостоятельные занятия школьников (индивидуальные и групповые) по выполнению домашних заданий по уроку или в виде активного отдыха с товарищами или родителями. 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.

#### **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.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, тренировок, лекций, экскурсий, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий.

## Содержание учебного курса

Основы знаний

Правила игры в волейбол.

Организация и судейство соревнований по волейболу.

Жестикауляция судей.

Правила техники безопасности при занятиях волейболом.

Технико-тактические действия в защите и в нападении.

Освоение техникой передвижений

Стойка игрока.

Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.

Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)

Освоение техники приемов и передач мяча

Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений.

Передачи над собой, перед собой.

Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

Передачи мяча в прыжке через сетку.

Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели.

Передачи мяча в парах в движении.

Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

Освоение техники подачи мяча и приема подач.

Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии.

Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку.

Прием подачи через сетку.

Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам.

Верхняя прямая подача в прыжке.

Прием подачи в зону 3.

Освоение техники прямого нападающего удара

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.

Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.

Прямой нападающий удар при встречных передачах.

Овладение техникой защитных действий

Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.



Овладение тактикой игры в нападении.  
 Выполнение подач в определенные зоны.  
 Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4.  
 Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.  
 Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.  
 Овладение тактикой игры в защите  
 Выбор способа приема мяча.  
 Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.  
 Система игры в защите «углом вперед».  
 Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.  
 Учебная игра в волейбол с заданиями.  
 Учебно-тренировочная игра.  
 Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.  
 Овладение организаторскими способностями  
 Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами.  
 Проведение разминки тренировочных занятий.

### Описание материально-технического обеспечения образования

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Наличие	Обеспеченность
Стенка гимнастическая пролет 0,8м	4шт	100%
Мат гимнастический	5шт	100%
Скамейка гимнастическая	4 шт	100%
Свисток судейский	2 шт	100%
Секундомер	1 шт	100%
Мяч волейбольный	9шт	100%
Сетка волейбольная	2 шт	100%
Стойка волейбольная	1 пара	100%
Щит баскетбольный	2 шт	100%

Доска показатель счета игры	1 шт	100%
Кольцо баскетбольное	2 шт	100%
Бита для лапты	7шт	100%
Шахматная доска	5 шт	100%
Накидка для игры	10 шт	100%

**Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся 5 класс**

№ п/п	№ урока в теме	Наименование раздела и тем занятия	Характеристика видов деятельности	Кол-во часов	Дата	
					План	Факт
<b>РАЗДЕЛ 1 Стойки игрока (2 ч)</b>				<b>2</b>		
1	1.1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять стойки игрока; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игра «Перестрелка»	1		
2	1.2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять стойки игрока; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игра «Перестрелка»	1		
<b>РАЗДЕЛ 2 Перемещение в стойке (4 ч)</b>				<b>4</b>		
3	2.1	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	Уметь выполнять перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной	1		

			вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игра «Перестрелка»			
4	2.2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игра «Перестрелка»	1		
5	2.3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игра «Перестрелка»	1		
6	2.4	Двусторонняя учебная игра.	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.	1		
<b>РАЗДЕЛ 3 Способы перемещений (4 ч)</b>				<b>4</b>		
7	3.1	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
8	3.2	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		

9	3.3	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
10	3.4	Эстафеты с различными способами перемещений.	Эстафеты с различными способами перемещений.	1		
<b>РАЗДЕЛ 4 Передачи мяча (7 ч)</b>				<b>7</b>		
11	4.1	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
12	4.2	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
13	4.3	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
14	4.4	Игры, развивающие физические способности.	Общая физическая подготовка. Игровое занятие.	1		
15	4.5	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	Верхняя передача мяча в парах. Введение в начальные игровые ситуации. Подвижные игры и эстафеты.	1		
16	4.6	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. <u><b>Промежуточная аттестация в форме защиты творческого проекта: «История возникновения игры «Волейбол»</b></u>	Верхняя передача мяча в парах. Защита творческого проекта	1		
17	4.7	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	Верхняя передача мяча в парах. Введение в	1		

			начальные игровые ситуации. Подвижные игры и эстафеты.			
<b>РАЗДЕЛ 5 Подачи мяча (4 ч)</b>				<b>4</b>		
18	5.1	Разучивание нижней прямой подачи.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
19	5.2	Разучивание нижней прямой подачи.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
20	5.3	Двусторонняя учебная игра.	Эстафеты с различными способами двусторонней игры «Эстафеты у стены»	1		
21	5.4	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях. Игровое занятие «Вызов номеров»	1		
<b>РАЗДЕЛ 6 Приёмы мяча (8 ч)</b>				<b>8</b>		
22	6.1	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	Уметь выполнять прием мяча через сетку, в парах, подачу мяча в парах, с середины площадки.	1		
23	6.2	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	Уметь выполнять прием мяча через сетку, в парах, подачу мяча в парах, с середины площадки.	1		
24	6.3	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	Уметь выполнять прием мяча через сетку, в парах, подачу мяча в парах, с середины площадки.	1		
25	6.4	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	Игры и эстафеты с элементами волейбола.	1		
26	6.5	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	Подача и приём мяча сверху двумя руками	1		
27	6.6	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	Подача и приём мяча сверху двумя руками	1		
28	6.7	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	Подача и приём мяча сверху двумя руками	1		
29	6.8	Игры, развивающие физические способности.	Игры и эстафеты с элементами волейбола	1		

РАЗДЕЛ 7 Действия в нападении и защите (5 ч)				5		
30	7.1	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Уметь выполнять тактические действия в нападении и защите. Игра «Пионербол»	1		
31	7.2	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Уметь выполнять тактические действия в нападении и защите. Игра «Пионербол»	1		
32	7.3	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Уметь выполнять тактические действия в нападении и защите. Игра «Пионербол»	1		
33	7.4	Двусторонняя учебная игра.	Общая физическая подготовка. Игровое занятие «Вызов номеров».	1		
34	7.5	<u>Итоговая аттестация в форме турнира по волейболу «Стремительный мяч»</u>	Турнир по волейболу «Стремительный мяч»	1		

#### Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности обучающихся 6 класс

№ п/п	№ урока в теме	Наименование раздела и тем занятия	Характеристика видов деятельности	Кол-во часов	Дата	
					План	Факт
РАЗДЕЛ 1 Стойки игрока (5 ч)				5		
1	1.1	Закрепление стойки игрока (исходные положения).	Обучение стойке волейболиста и технике перемещений - приставными шагами - двойным шагом - прыжками - вперёд-назад двойным шагом - спиной вперёд	1		

			- скачками вперёд			
2	1.2	Закрепление стойки игрока (исходные положения).	Обучение стойке волейболиста и технике перемещений - приставными шагами - двойным шагом - прыжками - вперёд-назад двойным шагом - спиной вперёд - скачками вперёд	1		
3	1.3	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Обучение «стойки волейболиста» Закрепить положение рук и ног при приеме мяча сверху и снизу сетки.	1		
4	1.4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Обучение «стойки волейболиста» Закрепить положение рук и ног при приеме мяча сверху и снизу сетки.	1		
5	1.5	Двусторонняя учебная игра.	Общая физическая подготовка. Игровое занятие «Вызов номеров».	1		
<b>РАЗДЕЛ 2 Способы перемещений (3 ч)</b>				<b>3</b>		
6	2.1	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
7	2.2	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
8	2.3	Эстафеты с различными способами перемещений.	Эстафеты с различными способами перемещений.	1		

РАЗДЕЛ 3 Способы передачи мяча (6 ч)				6		
9	3.1	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
10	3.2	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
11	3.3	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1		
12	3.4	Игры, развивающие физические способности.	Эстафеты с различными способами передачи	1		
13	3.5	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.	Передача снизу двумя руками над собой. Введение в начальные игровые ситуации.	1		
14	3.6	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	Подвижные игры и эстафеты.	1		
РАЗДЕЛ 4 Способы подачи мяча (7 ч)				7		
15	4.1	Закрепление нижней прямой подачи.	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
16	4.2	Закрепление нижней прямой подачи. <b><u>Промежуточная аттестация в форме защиты творческого проекта: «Волейбол - олимпийский вид спорта».</u></b>	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу с середины площадки. Защита творческого проекта	1		
17	4.3	Двусторонняя учебная игра.	Эстафеты с различными способами двусторонней игры «Эстафеты у стены»	1		



18	4.4	Разучивание верхней прямой подачи.	Уметь выполнять верхнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
19	4.5	Разучивание верхней прямой подачи.	Уметь выполнять верхнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
20	4.6	Разучивание верхней прямой подачи.	Уметь выполнять верхнюю прямую подачу с середины площадки.	1		
21	4.7	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	Эстафеты с различными способами подачи	1		
<b>РАЗДЕЛ 5 Способы приёма мяча (6 ч)</b>				6		
22	5.1	Закрепление приёма мяча снизу двумя руками.	Уметь выполнять прием мяча с низу двумя руками	1		
23	5.2	Закрепление приёма мяча снизу двумя руками.	Уметь выполнять прием мяча с низу двумя руками	1		
24	5.3	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	Уметь выполнять нападающий удар	1		
25	5.4	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	Уметь выполнять нападающий удар	1		
26	5.5	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	Игры и эстафеты с элементами волейбола	1		
27	5.6	Закрепление приём мяча сверху двумя руками.	Подвижные игры и эстафеты.	1		
<b>РАЗДЕЛ 6 Страховка при блокировании (7 ч)</b>				7		
28	6.1	Разучивание одиночного блокирования.	Уметь выполнять одиночное блокирование мяча.	1		
29	6.2	Разучивание одиночного блокирования.	Уметь выполнять одиночное блокирование мяча.	1		
30	6.3	Разучивание страховки при блокировании.	Уметь выполнять одиночное блокирование мяча.	1		
31	6.4	Разучивание страховки при блокировании.	Уметь выполнять одиночное блокирование мяча.	1		

32	6.5	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Уметь выполнять индивидуальные тактические действия в нападении и защите	1		
33	6.6	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Уметь выполнять индивидуальные тактические действия в нападении и защите	1		
34	6.7	<b><u>Итоговая аттестация в форме турнира по волейболу «Стремительный мяч» среди класса</u></b>	Турнир по волейболу «Стремительный мяч»	1		

ПРОШНУРОВАНО,  
ПРОНУМЕРОВАНО  
И СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ

18 лист 06

Директор МБОУ «Репенская СОШ»:  С.П.Локтева

