

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 12» г. Белгорода им. Ф. С. Хихлушки**

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол от 31.08.22 № 01

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Гимназия №12»
Р. Норцова
Р. Норцова
№ 272 от «31» августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
уровня основного общего образования
«Волейбол»
для 9 класса

учитель физической культуры
Цыбульник Кристина Эдуардовна

Белгород **2022** ГОД

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 12» г. Белгорода им. Ф. С. Хихлушки**

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол от 31.08.22 № 01

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Гимназия №12»
_____ Р. Норцова
№ 272 от «31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
уровня основного общего образования
«Волейбол»
для 9 класса

учитель физической культуры
Цыбульник Кристина Эдуардовна

Белгород 2022 ГОД

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5–9 классах.

Цель обучения - воспитание и развитие детей по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению внеурочной деятельности.

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.

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.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся 1ч. в недел.

Тематическое планирование 9 класс

№	Тема	Кол-во часов
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
	Физическая подготовка в процессе занятия	
	Итого	34

№ занятия	Дата предполаг	Дата фактически	Тема (содержание) занятия	Кол-во часов
1	03.09		Техника безопасности на занятиях по волейболу. Совершенствование техники верхней передачи. Физическая подготовка.	1
2	10.09		Совершенствование техники нижней передачи.	1
3	17.09		Совершенствование техники нижней передачи. Физическая подготовка.	1
4	24.09		Совершенствование техники верхней передачи.	1
5	01.10		Совершенствование прямого нападающего удара. Физическая подготовка.	1
6	08.10		Совершенствование прямого нападающего удара.	1
7	15.10		Командные технические действия в нападении.	1
8	22.10		Совершенствование прямого нападающего удара. Физическая подготовка.	1
9	05.11		Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	1
10	12.11		Двусторонняя учебная игра.	1
11	19.11		Совершенствование прямого нападающего удара.	1
12	26.11		Совершенствование верхней прямой подачи Физическая подготовка.	1
13	03.12		Одиночное блокирование	1

14	10.12		Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	1
15	17.12		Техника безопасности на занятиях по волейболу. Совершенствование прямого нападающего удара.	1
16	24.12		Страховка при блокировании. Физическая подготовка.	1
17	14.01		Командные технические действия в защите.	1
18	21.01		Совершенствование прямого нападающего удара.	1
19	28.01		Двусторонняя учебная игра. Физическая подготовка.	1
20	04.02		Совершенствование верхней прямой подачи	1
21	11.02		Страховка при блокировании	1
22	18.02		Двусторонняя учебная игра. Физическая подготовка.	1
23	25.02		Совершенствование прямого нападающего удара.	1
24	04.03		Совершенствование верхней прямой подачи	1
25	11.03		Страховка при блокировании. Физическая подготовка.	1
26	18.03		Одиночное блокирование	1
27	25.03		Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	1
28	08.04		Двусторонняя учебная игра	1
29	15.04		Совершенствование верхней прямой подачи. Физическая подготовка.	1
30	22.04		Командные технические действия в защите и нападении.	1
31	29.04		Совершенствование прямого нападающего удара.	1

32	06.05		Одиночное блокирование. Физическая подготовка.	1
33	13.05		Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1
34	20.05		Двусторонняя учебная игра	1