

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 17  
города Новочеркаска

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 30.08.2023г



УТВЕРЖДАЮ  
директор МБОУ СОШ № 17  
Е. А. Щербакова  
приказ № 151 от 30.08.2023г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

кружка «Волейбол»

Количество часов: - 1 группа - 37 часов;  
2 группа – 37 часов;  
3 группа – 37 часов;

Руководитель кружка: Белов Ю. Б.

Пояснительная записка  
к рабочей программе секции «Волейбол»  
на 2023 – 2024 уч. год.

Рабочая программа секции «Волейбол» создана на основе учебного пособия под редакцией составлена на основании Приказа Министерства просвещения России от 27 июля 2022 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».

Обучение по программе «Волейбол» построено на основе учебно-методического пособия Ю. И. Портных «Спортивные игры» в рамках физкультурно-спортивного направления работы школы. Программа способствует сохранению и укреплению здоровья, разностороннему физическому развитию обучающихся, приобщению школьников к здоровому образу жизни, активному вовлечению в регулярные занятия спортом.

Рабочая программа секции «Волейбол» реализуется в объеме 1 час в неделю и в 2023 – 2024 учебном году будет реализована за 37 часов.

Программа секции «Волейбол» направлена на формирование жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей школьников. Программа секции «Волейбол» рассчитана таким образом, что позволяет заниматься в кружке учащихся разных возрастов.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают уникальные возможности игры в волейбол 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, ее индивидуальности, творческого отношения к действительности.

Целью занятий в секции волейбола является укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности обучающихся.

Достижение данной цели предполагает реализацию следующих задач:

1. Содействие всестороннему развитию личности;
2. Воспитание потребности в систематических самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
3. Развитие основных двигательных качеств.

Достижение целей зависит от подбора подводящих упражнений, четкого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, точного показа разучиваемых движений, необходимого количества повторений упражнения. В ходе тренировки необходимо постоянно обращать внимание обучающихся на правильность выполнения всех заданных движений.

Для школьников, занимающихся в секции волейбола, практическая

реализация программы заключается в постепенном усложнении двигательных задач, увеличении их количества, постоянном повышении двигательной активности по мере роста тренированности занимающихся с учетом возможностей их организма (пола, возраста, состояния здоровья, физического развития, физической и двигательной подготовленности).

К концу учебного года школьники, занимающиеся в секции, должны **ЗНАТЬ:**

- терминологию волейбола (нападающий, связующий, блокирующий игроки);
- особенности техники выполнения приема и передачи мяча, способы подачи мяча и нападающего удара;
- правила игры в волейбол (расстановка игроков, переходы, и т. д.);

**УМЕТЬ:**

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, скорости реакции, гибкости, ловкости и координации;
- выполнять общеразвивающие и подводящие упражнения для освоения технических действий игры в волейбол;
- осуществлять самоконтроль за уровнем физической нагрузки, по частоте сердечных сокращений, во время самостоятельных занятий;
- организовать и провести учебную игру в волейбол.

Календарно-тематический план занятий  
секции «Волейбол»  
на 2023 – 2024 учебный год

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата и группы		
			I понедельник	II пятница	III среда
1.	Овладение техникой передвижений, остановок, прыжков, стоек	1	04.09.2023	01.09.2023	06.09.2023
2.	Овладение техникой передвижений, остановок, прыжков, стоек	1	11.09	08.09	13.09
3.	Овладение техникой передвижений, остановок, прыжков, стоек	1	18.09	15.09	20.09
4.	Освоение техникой подачи мяча	1	25.09	22.09	27.09
5.	Освоение техникой подачи мяча	1	02.10	29.09	04.10
6.	Освоение техникой подачи мяча	1	09.10	06.10	11.10
7.	Освоение техникой подачи мяча	1	16.10	13.10	18.10
8.	Овладение техники передачи мяча	1	23.10	20.10	25.10
9.	Овладение техники передачи мяча	1	28.10	27.10	08.11
10.	Овладение техники передачи мяча	1	13.11	28.10	15.11
11.	Овладение техники передачи мяча	1	20.11	10.11	22.11
12.	Овладение техникой приема мяча	1	27.11	17.11	29.11
13.	Овладение техникой приема мяча	1	04.12	24.11	06.12
14.	Овладение техникой приема мяча	1	11.12	01.12	13.12
15.	Овладение техникой приема мяча	1	18.12	08.12	20.12
16.	Овладение техникой нападающего удара	1	25.12	15.12	27.12

17.	Овладение техникой нападающего удара	1	15.01.2024	22.12	10.01.2024
18.	Овладение техникой нападающего удара	1	22.01	12.01.2024	17.01
19.	Овладение техникой нападающего удара	1	29.01	19.01	24.01
20.	Овладение техникой нападающего удара	1	05.02	26.01	31.01
21.	Овладение техникой нападающего удара	1	12.02	02.02	07.02
22.	Овладение техникой нападающего удара	1	19.02	09.02	14.02
23.	Овладение техникой нападающего удара	1	26.02	16.02	21.02
24.	Овладение техникой игры в защите	1	04.03	01.03	28.02
25.	Овладение техникой игры в защите	1	11.03	15.03	06.03
25.	Овладение техникой игры в защите	1	18.03	22.03	13.03
27.	Овладение техникой игры в защите	1	23.03	23.03	20.03
28.	Освоение тактикой игры в нападении	1	25.03	27.03	26.03
29.	Освоение тактикой игры в нападении	1	26.03	28.03	27.03
30.	Освоение тактикой игры в нападении	1	27.03	29.03	28.03
31.	Тактика игры в защите	1	01.04	05.04	03.04
32.	Тактика игры в защите	1	08.04	12.04	10.04
33.	Овладение игрой	1	15.04	19.04	17.04
34.	Овладение игрой	1	22.04	26.04	24.04
35.	Овладение игрой	1	06.05	03.05	08.05
36.	Овладение игрой	1	13.05	17.05	15.05
37.	Овладение игрой	1	20.05	24.05	22.05