

Ростовская область Заветинский район х. Савдя
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Савдянская средняя
общеобразовательная школа имени И.Т.Таранова.

«Утверждаю»
Директор МБОУ Савдянская
СОШ

им И.Т. Таранова

Приказ №143 от 28.08.2025

Славгородская Ю.В.
М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу дополнительного образования «Волейбол»

Уровень общего образования (класс): основное общее, среднее общее 5-9 классы

Количество часов: 68ч

Учитель: Пасько Светлана Петровна

Программа разработана на основе: примерной рабочей программы Физическая культура 5-9кл; Москва «Просвещение» 2024г, автор: В.И. Лях.

1. Пояснительная записка

Занятия в спортивной секции по волейболу организуется в соответствии со следующими нормативными документами, методическими рекомендациями:

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 30.12.2021)
3. Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...»
6. «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий» Минпросвещения России от 07.05.2020
7. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
8. Устав МБОУ Савдянской СОШ им. И. Т. Таранова
9. Основная образовательная программа МБОУ Савдянской СОШ им. И. Т. Таранова

В учебном процессе волейбол используется как важное средство общей физической подготовки учащихся. Широкое применение волейбола в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга молодежи;

простотой правил игры, высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых волейболистам, воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных волейболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к данному виду спорта.

В группе решаются следующие задачи: 1) укрепление здоровья и закаливание организма; 2) привитие интереса к систематическим занятиям волейболом; 3) обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; 4) овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в волейбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами волейбола; 5) участие в соревнованиях по волейболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории волейбола, технике и тактике, правил игры в волейбол

Формы занятий в спортивной секции: беседа, учебно-тренировочные занятия(практическая работа), самостоятельная работа, участие в спортивных соревнованиях, днях здоровья.

Данные формы работы дают детям возможность максимально проявлять свою активность, укрепить здоровье, развить личностные качества и самореализоваться.

Место данного курса в учебном плане.

Программа спортивной секции по волейболу рассчитана на 2 час в неделю, за год– 68ч. Фактическое количество часов за год составляет 68ч, в соответствии с учебным планом МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т.Таранова на 2025-2026 учебный год, с учетом годового календарного графика МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т.Таранова на 2025-2026 учебный год, расписания занятий для 1-11 классов МБОУ Савдянской СОШ им. И.Т.Таранова на 2025-2026 учебный год

Срок реализации программы 1 год.

2 Содержание курса «Волейбол» физкультурно-спортивной направленности.

Программа предусматривает изучение избранного вида спорта по следующим разделам:

1. Основы знаний
2. Техника игры
3. Тактика игры
4. Общая физическая и специальная подготовка

1. Основы знаний.(4ч)

История развития волейбола . Общие основы волейбола Правила игры и методика судейства (правила игры и методика судейства соревнований, эволюция правил игры по волейбол, упрощенные правила игры, действующие правила игры.

Методика судейства соревнований, терминология и жестикуляция). Техническая подготовка волейболистов (значение технической подготовки для повышения спортивного мастерства).

Основные задачи технической подготовки. Особенности проведения занятий в начальном периоде обучения технике.

Физическая подготовка(всесторонняя физическая подготовка - необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения.)

2.Техника игры (35ч).Стартовые стойки, перемещения, стоки волейболиста в нападении, перемещения, стойки волейболиста в защите. Нижняя прямая подача, нижняя боковая подача, верхняя прямая подача, укороченная подача Передача двумя руками сверху, прием мяча двумя руками снизу, передача в прыжке. Прямой нападающий удар, блокирование(одиночное, групповое).

3.Тактика игры(13ч) : индивидуальные тактические действия(при выполнении подач, передач, нападающего удара, одиночного блокирования); групповые действия в защите внутри линии и между линиями; групповые действия в нападении; командные действия в нападении и защите.

4 ОФП и СФП (16ч): общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка, упражнения на развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и силы.

3 . «Планируемые образовательные результаты»

В результате освоения программы курса спортивной секции по волейболу обучающиеся :

- получают возможность расширить знания и укрепить навыки и умения в области спортивных игр и физической культуры

приобретут опыт организации самостоятельных систематических занятий физической культурой и спортом, форм активного отдыха и досуга.

- получают возможность проявить свои личные качества, научатся работать в команде.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения курса спортивной секции по волейболу. Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своего обучения, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

Предметные результаты отражаются в понимании роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в приобретении опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

В процессе прохождения программы должны быть достигнуты следующие результаты: планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в волейбол, привитие любви к спортивным играм.

5. «Тематическое планирование»

№п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Формы проведения занятий	Дата
	«Основы знаний»4ч			
1	История развития волейбола Инструктаж по. Т.Б	1	Беседа.	01.09
2	Правила игры и методика судейства	1	Беседа.	01.09
3	Значение технической подготовки волейболиста	1	Беседа .Практическая работа.	08.09
4	Значение физической подготовки волейболиста	1	Беседа. Практическая работа.	08.09
	Техника игры-16ч			
5	Стартовые стойки	1	Практическая работа.	15.09
6	Техника перемещений, стоек волейболиста в нападении	1	Практическая работа.	15.09
7	Техника перемещений, стоек волейболиста в защите	1	Практическая работа.	22.09
8	Техника нижней прямой подачи	1	Практическая работа.	22.09
9	Техника нижней прямой	1	Практическая работа.	29.09

	подачи			
10	Техника нижней прямой подачи	1	Практическая работа.	29.09
11	Техника нижней прямой подачи	1	Практическая работа.	06.10
12	Техника нижней прямой подачи	1	Практическая работа.	06.10
13	Техника нижней боковой подачи	1	Практическая работа.	13.10
14	Техника нижней боковой подачи	1	Соревнования	13.10
15	Техника верхней прямой подачи	1	Практическая работа.	20.10
16	Техника верхней прямой подачи	1	Практическая работа.	20.10
17	Техника верхней прямой подачи	1	Практическая работа.	27.10
18	Техника верхней прямой подачи	1	Практическая работа.	27.10
19	Техника верхней прямой подачи	1	Практическая работа.	10.11
20	Техника укороченной подачи	1	Практическая работа.	10.11
	ОФП и СФП-4ч			
21	ОФП	1	Тест	17.11
22	СФП	1	Практическая работа.	17.11
23	ОФП	1	Практическая работа.	24.11
24	СФП	1	Тест	24.11
	Техника игры-10ч			
25	Техника передач двумя руками сверху	1	Практическая работа.	01.12
26	Техника передач двумя руками сверху	1	Практическая работа.	01.12
27	Техника передач двумя руками сверху	1	Практическая работа.	08.12
28	Техника передач двумя руками сверху	1	Соревнования	08.12
29	Техника передач двумя руками сверху	1	Практическая работа.	15.12
30	Техника приема мяча двумя руками снизу.	1	Практическая работа.	15.12
31	Техника приема мяча двумя руками снизу.	1	Практическая работа.	22.12
32	Техника приема мяча двумя руками снизу.	1	Практическая работа.	22.12

33	Техника приема мяча двумя руками снизу.	1	Практическая работа.	29.12
34	Техника приема мяча двумя руками снизу.	1	Практическая работа.	29.12
	ОФП и СФП-4ч			
35	ОФП	1	Практическая работа.	12.01
36	СФП	1	Практическая работа.	12.01
37	ОФП	1	Практическая работа.	19.01
38	СФП	1	Практическая работа.	19.01
	Техника игры-9ч			
39	Техника передач в прыжке	1	Практическая работа.	26.01
40	Техника передач в прыжке	1	Практическая работа.	26.01
41	Техника нападающих ударов	1	Практическая работа.	02.02
42	Техника нападающих ударов	1	Практическая работа.	02.02.
43	Техника нападающих ударов. Техника блокирования	1	Практическая работа.	09.02
44	Техника нападающих ударов Техника блокирования	1	Практическая работа.	09.02
45	Техника нападающих ударов Техника блокирования	1	Практическая работа.	16.02
46	Техника нападающих ударов Техника блокирования	1	Практическая работа.	16.02
47	Техника нападающих ударов Техника блокирования	1	Практическая работа.	02.03
	ОФП и СФП-4ч			
48	ОФП	1	Практическая работа.	02.03
49	СФП	1	Практическая работа.	16.03
50	ОФП	1	Практическая работа.	16.03
51	СФП	1	Практическая работа.	23.03
	Тактика игры-10ч			
52	Индивидуальные тактические действия при приеме подач	1	Практическая работа.	23.03
53	Взаимодействия пасующего и нападающего	1	Практическая работа.	30.03

54	Взаимодействия пасующего и нападающего	1	Практическая работа.	30.03
55	Взаимодействия пасующего и нападающего	1	Практическая работа.	06.04
56	Групповые действия в нападении через игрока передней линии	11	Практическая работа.	06.04
57	Групповые действия в нападении через игрока передней линии	1	Практическая работа.	13.04
58	Групповые действия в нападении через игрока передней линии	1	Практическая работа.	13.04
59	Групповые действия в нападении через игрока передней линии	1	Практическая работа.	20.04
60	Командные действия в нападении	1	Практическая работа.	20.04
61	Командные действия в нападении	1	Соревнования	27.04
	ОФП и СФП-4ч			
62	ОФП	1	Тест	27.04
63	СФП	1	Практическая работа.	4.05
64	ОФП	1	Практическая работа.	4.05
65	СФП	1	Тест	18.05
	Тактика игры-3ч			
66	Командные действия в нападении	1	Практическая работа.	18.05
67	Командные действия в нападении	1	Практическая работа.	25.05
68	Командные действия в защите	1	Практическая работа.	25.05

5. Лист корректировки тематического планирования

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол- во часов	Форма проведения занятия	Дата

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

_____ Сухорукова Г. А.

подпись ____ __ 20 ____ года

Список,занимающихся в спортивной секции по волейболу

№	Фамилия. Имя. Отчество.	Дата рождения	Фамилия. Имя.Отчество. (родителей)	Дата рождения (родителей)
1	Магомадов Наиб Мовсарович	16.07.2009	ЭлихановаРадимаМусаевна	11.08.1983
2	Скачедуб Дана Богдановна	29.08.2012	Скачедуб Татьяна Петровна	9.06.1986
3	МагомадоваАминатМовсаровна	27.07.2011	ЭлихановаРадимаМусаевна	11.08.1983
4	Сулипов Магомед Шарипович	26.01.2013	БерсановаРукиятРахмановна	13.03.1988
5	СулиповХизирШарипович	19.08.2011	БерсановаРукиятРахмановна	13.03.1988

6	Межидов Икрам Исламович	16.10.2009	Магомадова Роза Ахмедовна	24.02.1985
7	Бацгов Амир Мехтиеви	22.09.2011	БациговаЗаремаАбдулбакировна	2.03.1980
8	ИбиевБерсанБисланович	19.02.2010	ИбиеваКаметаШаидовна	24.10.1991
9	Сухоруков Леонид Николаевич	5.08.2009	Сухорукова Галина Александровна	7.11.1982
10	Колесников Егор Александрович	5.06.2009	Колесникова Татьяна Николаевна	23.10.1981
11	Нехаев Дмитрий Сергеевич	24.05.2013	Нехаев Сергей Владимирович	25.06.1983
12	Ситников Максим Витальевич	2.10.2013	Ситникова Татьяна Сергеевна	5.08. 1988
13	Астемиров Магомед-СалыхЗелемханович	4.11.2013	Астемирова Луиза Султановна	16.11.1990
14	Иванова Вера Александровна	4.12.2011	Иванова Юлия Александровна	27.11.1982
15	СамбулатовНуридСупенович	2.04.2010	СамбулатоваМархетМаккаловна	15.02.1990

