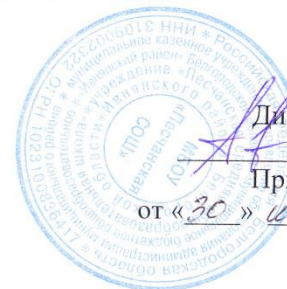


МБОУ «Песчанская средняя общеобразовательная школа»



Утверждаю:
Директор школы
Азаров В.А.
Приказ № 51
от «30» июня 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Волейбол»
2023-2024 года обучения
возраст обучающихся __11-14лет__

Учитель:
Лобачёв Николай Сергеевич

Песчаное, 2023

Внеурочная деятельность учащихся «Волейбол» Г.А. Колодницкий. Просвещение 2011 г.
(название, тип программы внеурочной деятельности и направление внеурочной деятельности)

Автор программы: _____ Г.И. Колодницкий. _____
Фамилия Имя Отчество

Программа рассмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от 28 июня 2023 г., протокол № 17

Председатель  _____ Азаров В.А.

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности « волейбол» общеинтеллектуального направления разработана для учащихся 5-9 класов МБОУ «Песчанская СОШ» на основе программы Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В. Маслов. «Волейбол».

Сборник программ внеурочной деятельности; -5-9 классы.под ред. Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В. Маслов. М.: «Просвещение», 2011г.; «Физическая культура. Рабочие программы. 2-е издание. Москва.В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта второго поколения.

Цели

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;

Задачи

- 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.

Согласно плану внеурочной деятельности школы кружок «Волейбол» в 7 классе изучается 1 час в неделю (34 учебные недели),

Предпочтительные формы организации работы кружка: индивидуальные, групповые и коллективные (игровая деятельность)

Планируемые результаты освоения учебного курса

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, предметные и метапредметные универсальные учебные действия.

Личностные результаты освоения учебного курса.

- определение простых и общих для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- *выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты освоения учебного курса

Регулятивные УУД:

- *Определение и формулирование* цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривание* последовательности действий;
- умение *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, умение *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность;

- умение совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Познавательные УУД:

- умение находить новые знания, *ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- умение перерабатывать полученную информацию, *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, *слушать* и *понимать* речь других;
- умение совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Предметные результаты освоения учебного курса

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся

должны знать:

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного 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, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- 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 (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;

Содержание учебного курса

5 класс

Стойки и перемещения

Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

Стойка волейболиста – поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приёма (рис1).



Рис.1

Техника выполнения: ноги расставлены на ширине плеч и согнуты в коленях. Одна нога может быть немного впереди другой, ступни расположены параллельно. Туловище наклонено вперёд. Чем ниже стойка, тем больше наклон туловища. Руки согнуты в локтях, кисти на уровне пояса.

Применение: при подготовке к приёму подачи, при приёме и передачах мяча, перед блокированием, при приёме нападающих ударов и страховке.

Перемещения – это действия игрока при выборе места на площадке.

В зависимости от характера технического приёма и игровой ситуации в волейболе используются различные способы перемещения: приставной шаг, двойной шаг, бег (рывок к мячу), прыжки.

Обучение

1. В стойке волейболиста:

- выпад вправо, влево, шаг вперёд, назад;
- приставные шаги вправо, влево от одной боковой линии площадки до другой;
- двойной шаг вперёд-назад.

Методическое указание: руки перед грудью согнуты в локтях и готовы выполнять действия с мячом.

2. Скачок вперёд одним шагом в стойку.

3. Подпрыгнуть, вернуться в стойку волейболиста и выполнить шаг или выпад: а) вперёд; б) в сторону.

4. По сигналу (в беге) остановка в стойку и прыжок вверх толчком двух ног.

4. Перемещения в стойке по сигналу – в стороны, вперёд, назад.

5. Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных заданий.

Передачи мяча

Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.

Техника выполнения: в исходном положении туловище вертикально, ноги согнуты в коленях (степень сгибания ног зависит от высоты траектории полёта мяча), стопы параллельны или одна (разноимённая сильнейшей руке) несколько впереди. Руки согнуты в локтях, локти слегка разведены. Кисти вынесены перед лицом так, чтобы большие пальцы

находились на уровне бровей и были направлены друг к другу. Указательные и большие пальцы обеих рук образуют треугольник (рис. 5, 6). Пальцы напряжены и слегка согнуты. Встреча рук с мячом осуществляется вверху над лицом. При передаче руки и ноги выпрямляются и мячу (мягким ударом кистями) придаётся нужное направление. Руки сопровождают полёт мяча и после передачи почти полностью выпрямляются (рис. 7, 8).



Рис. 5

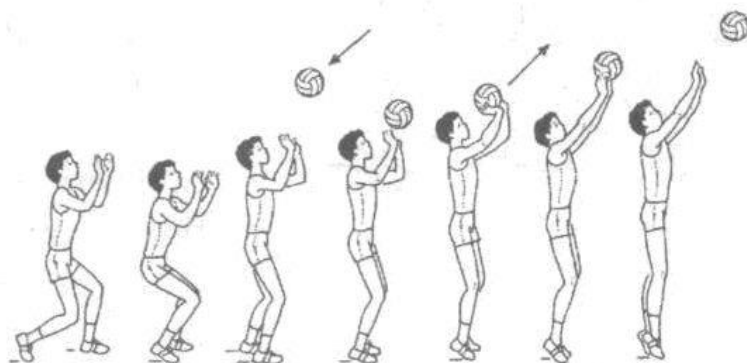


Рис. 7



Рис. 6

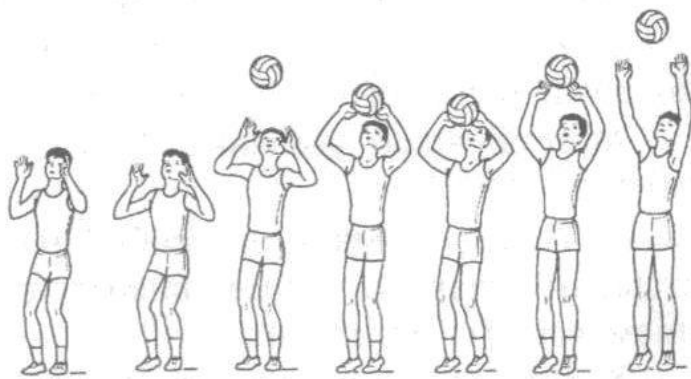


Рис. 8

Применение: при приёме подач, передачах для нападающего удара и перебивании мяча через сетку.

Обучение

1. Имитация перехода из стойки волейболиста в исходное положение для приёма и передачи мяча.
2. Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения.
3. Освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче, мяч на полу. Кисти рук располагаются таким образом, чтобы большие пальцы были направлены друг к другу, указательные – под углом друг к другу, а все остальные обхватывали мяч сбоку-сверху. Мяч поднимается с пола в исходное положение над лицом (рис. 9).



Рис. 9

4. В стойке волейболиста подбросить мяч одной рукой над собой, поймать обеими руками и одновременно начать разгибание рук и ног, имитируя передачу.

5. В парах: один из партнёров набрасывает мяч в удобное для выполнения передачи положение, второй ловит мяч в стойке и имитирует передачу, разгибая ноги и руки.

6. В парах: один из партнёров набрасывает мяч другому, который передаёт мяч сверху двумя руками.

Методическое указание: после 5–7 передач занимающиеся меняются ролями.

7. Передачи мяча над собой на месте, в движении (приставными шагами, лицом вперёд, спиной вперёд), с изменением высоты полёта мяча.

8. Две-три передачи мяча над собой и передача партнёру.

9. Передачи мяча в парах с варьированием расстояния и траектории.

10. В тройках: игроки второй позиции выполняют верхнюю передачу мяча над собой, затем делают шаг в сторону и заходят за спину игроков третьей позиции. Игроки третьей позиции выполняют передачи мяча игрокам первой позиции. Игроки первой позиции верхней передачей возвращают мяч игрокам, находящимся на противоположной боковой линии.

Методическое указание: упражнения 10–11 можно проводить в форме соревнования: какая из троек выполнит больше передач, не допустив при этом потери мяча.

11. Передачи мяча в тройках. Расположение игроков в треугольнике: зоны 6–3–4, 6–2–3, 6–2–4; 5–3–4, 5–2–3, 5–2–4; 1–3–2, 1–4–3, 1–4–2.

12. Передачи в парах с передвижением приставными шагами по длине игровой площадки.

13. В парах: передачи мяча через сетку.

14. Передачи мяча на точность: в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке (гимнастические обручи и др.).

15. Подвижные игры с верхней передачей мяча: «Эстафета у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч над сеткой», «Вызов номеров» и др.

Ошибки: большие пальцы направлены вперёд; локти слишком широко разведены или наоборот; кисти рук встречаются мяч при почти выпрямленных в локтевых суставах руках.

Приём мяча

Приём мяча снизу двумя руками. Приём мяча сверху двумя руками.

Техника выполнения: в исходном положении ноги согнуты в коленных суставах, туловище незначительно наклонёно вперёд, руки в локтевых и лучезапястных суставах выпрямлены, кисти соединены «в замок» и располагаются перпендикулярно траектории полёта мяча.

Приём мяча перпендикулярно траектории полёта мяча: приём мяча осуществляется на нижнюю часть предплечий или кисти с одновременным разгибанием ног и туловища вперёд-вверх. Прямые руки поднимаются до уровня груди (рис. 10, 11, 12, 13).



Puc. 10



Puc. 11



Puc. 12

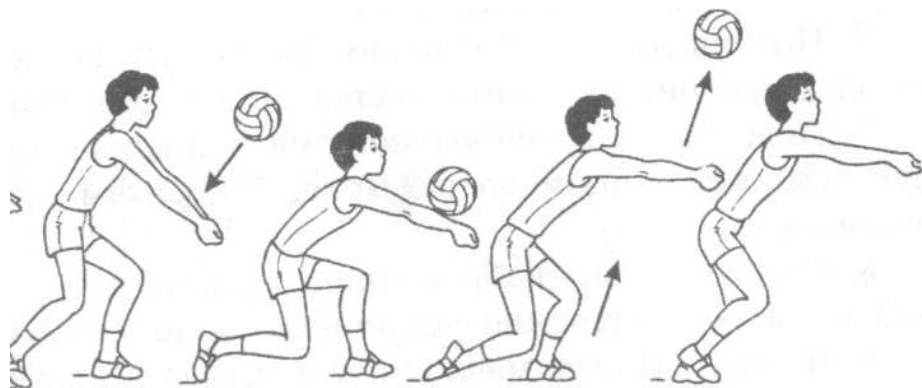


Рис. 13

Применение: при приёме мяча от подачи и атакующего удара; при приёме мяча, отражённого сеткой; при передачах для нападающих ударов и перебивания мяча через сетку.

Подачи мяча

Верхняя прямая подача.

Техника выполнения: стоя лицом к сетке (за лицевой линией площадки), игрок левой (правой) рукой поддерживает мяч на уровне чуть выше пояса. Взгляд направлен на площадку соперника. Движением левой руки вверх подбросить мяч на высоту чуть выше вытянутой руки над головой и несколько вперёд с одновременным замахом согнутой в локтевом суставе бьющей рукой вверх-назад за голову. Туловище незначительно отклонить назад и слегка повернуть в сторону ударяющей руки (замах). При выполнении удара по мячу бьющая рука движется с нарастающей скоростью, выпрямляясь в локтевом суставе (рис. 14). Ударное движение выполняется ладонной поверхностью напряжённой кисти (пальцы соединены).

Применение: при введении мяча в игру. Позволяет послать мяч в определённую зону площадки с большой скоростью.

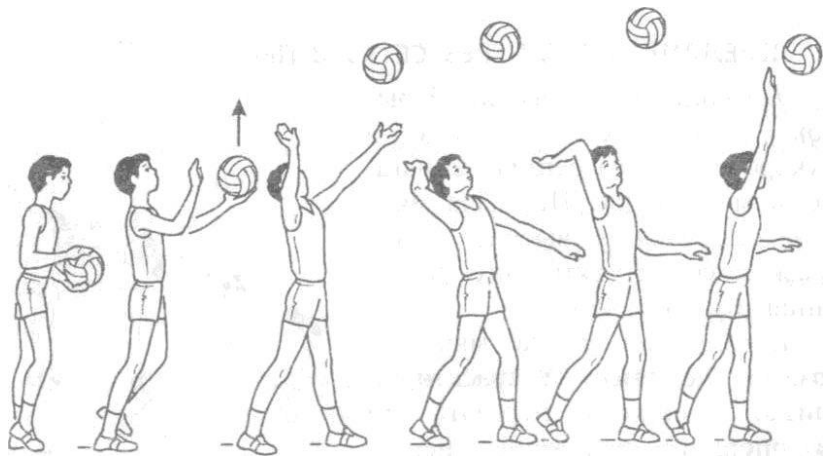


Рис. 14

Обучение

1. Имитация подачи мяча.
2. Подача в стену с расстояния 6–9 м.
3. Поддачи в парах (партнёры стоят на боковых линиях площадки).
4. Поддачи через сетку с расстояния 6 и 9 м от сетки.
5. Подача через сетку из-за лицевой линии.
6. Поддачи в правую и левую половины площадки.
7. Поддачи в ближнюю и дальнюю части площадки.
8. Поддачи на точность:
 - а) в каждую из 6 зон площадки;
 - б) на партнёра, располагающегося в различных точках площадки;
 - в) между двух партнёров, стоящих рядом на расстоянии от 2 до 1 м друг от друга.
9. Соревнования: на большее количество подач подряд без ошибок (в заданный участок), на заданное число попыток (учёт ошибок).

Ошибки:

- в исходном положении вперёд ставится нога, одноимённая бьющей руке;
- подброс мяча не оптимален по высоте;
- удар по мячу неточный (сверху, сбоку);
- скорость бьющей руки незначительна;
- удар по мячу выполняется рукой, согнутой в локтевом суставе.

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры развивающие физические способности.

В учебно-тренировочном процессе по волейболу подвижные игры, соревновательно-игровые задания и эстафеты применяются для закрепления технических приёмов и тактических действий. Они могут быть включены в подготовительную часть занятия как продолжение разминки и в конце основной части занятия.

Выбор подвижных игр зависит от материально-технической оснащённости учебного процесса (спортивный зал, стадион, пришкольная спортивная площадка, инвентарь), от возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Физическая подготовка (в процессе занятий)

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

6 класс

Перемещения (в процессе занятий)

Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

Передачи мяча (12 ч)

Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.

Подачи мяча (8 ч)

Верхняя прямая подача. Нижняя прямая подача.

Приём мяча (6 ч)

Приём мяча снизу двумя руками. Приём мяча сверху двумя руками.

Тактика игры (8 ч)

Индивидуальные тактические действия в защите.

Подвижные игры и эстафеты (в процессе занятий)

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры развивающие физические способности.

Физическая подготовка (в процессе занятий)

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

7 класс

Перемещения (в процессе занятий)

Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

Передачи мяча (12 ч)

Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.

Подачи мяча (8 ч)

Верхняя прямая подача. Нижняя прямая подача.

Приём мяча (6 ч)

Приём мяча снизу двумя руками. Приём мяча сверху двумя руками.

Тактика игры (8 ч)

Индивидуальные тактические действия в защите.

Подвижные игры и эстафеты (в процессе занятий)

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры развивающие физические способности.

Физическая подготовка (в процессе занятий)

Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Дата		Наименование раздела и тем	Кол- часов	Часы учебного времени		Характеристика основных видов деятельности учащихся
					Теория	Практика	
Раздел 1. Перемещения							
1			Перемещения. Стойка игрока (исходные положения)	1	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещений		Выполнять стойки, перемещения. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и

						взаимопомощи, дружбы и толерантности
2		Перемещения. Стойка игрока (исходные положения)	1	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещений		Выполнять стойки, перемещения. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности
3		Перемещения. Стойка игрока (исходные положения)	1	Овладение стойкой волейболиста и различными способами перемещений		Выполнять стойки, перемещения. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности
4		Перемещения. Стойка игрока (исходные положения)	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в		Выполнять стойки, перемещения. проявлять интерес и желание демонстрировать свои

					команде.		физические возможности и способности
5			Перемещения. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде.		Выполнять стойки, перемещения. проявлять интерес и желание продемонстрировать свои физические возможности и способности
6			Перемещения. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче и держать локти в правильном положении		Выполнять стойки, перемещения. проявлять интерес и желание продемонстрировать свои физические возможности и способности
7			Перемещения. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче		Выполнять стойки, перемещения. Владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и

					и держать локти в правильном положении		открытой форме
8			Перемещения. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1	Уметь правильно передавать мяч. Правильно располагать пальцы на мяче и держать локти в правильном положении		Выполнять стойки, перемещения. Владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме

Раздел 2. Передачи мяча

9			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме
---	--	--	---	---	--	---	---

					снизу	подавать нижнюю подачу	
10			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве
11			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве
12			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками	1	Научится подавать нижнюю и	Принимать мяч сверху двумя руками.	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Определять простые и общие

			вперёд-вверх.		верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	для всех людей правила поведения при сотрудничестве
13			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
14			Верхняя передача. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно

						нижнюю подачу	
15			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
16			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
17			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы,

					мячу.	располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
18			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь находить новые знания, ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
19			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

20			Нижняя передача. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
----	--	--	---	---	-------------------------------------	--	--

Раздел 3. Подачи мяча

21			Верхняя прямая подача с середины площадки	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
22			Верхняя прямая подача с середины площадки	1	Научится подавать нижнюю и	Подавать мяч снизу.	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других

				верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Выполнять большое количество подач подряд	участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения	
23			Верхняя прямая подача с середины площадки	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч снизу	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
24			Верхняя прямая подача с середины площадки	1	Научится подавать нижнюю и верхнюю подачу. Уметь принимать мяч	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и

					снизу	подряд	сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
Раздел 4. Приём мяча							
25			Приём мяча. Приём мяча снизу двумя руками.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Проговаривать последовательность действий
26			Приём мяча. Приём мяча снизу двумя руками.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Проговаривать последовательность действий

					мяч после перемещений		
27			Приём мяча. Приём мяча снизу двумя руками.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Проговаривать последовательность действий

Раздел 5. Подвижные игры и эстафеты.

28			Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и	Играть в игры и эстафеты. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
----	--	--	---	---	--	---	---

					взаимодействие игроков		
29			Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Играть в игры и эстафеты. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
30			Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Играть в игры и эстафеты. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
31			Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде.	Играть в игры и эстафеты. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре

			тактических действий.		команде	Взаимовыручка и взаимодействие игроков	и следовать им
32			Подвижные игры и эстафеты. Игры развивающие физические способности.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Играть в игры и эстафеты. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
33			Подвижные игры и эстафеты. Игры развивающие физические способности.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Играть в игры и эстафеты. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
34			Подвижные игры и эстафеты. Игры развивающие физические способности.	1	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в	Играть в игры и эстафеты. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре

					команде	команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	и следовать им
--	--	--	--	--	---------	--	----------------

Тематическое планирование

6 класс

№ п/ п	Дата		Тема занятий	Кол. час	Содержание деятельности		Характеристика основных видов деятельности учащихся
	П л	Фак			Теория	Практика	

Раздел 1. Тактика игры

1			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
3			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка	1	Уметь принимать	Развитие ловкости,	Выполнять тактические действия в защите. Развивать

			игрока (исходные положения).		мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность
5			Индивидуальные тактические действия в защите. Перемещения в стойке	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в	Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на

		приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность
6		Индивидуальные тактические действия в защите. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность
7		Индивидуальные тактические действия в защите. Перемещения в стойке приставными шагами:	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка	Выполнять тактические действия в защите. Уметь находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и

			правым, левым боком, лицом вперёд.		ног. Принимать мяч после перемещени й.	и взаимодействие игроков	информацию, полученную на занятии
8			Индивидуальные тактические действия в защите. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Уметь находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии

Раздел 2. Передачи мяча

9			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-	1	Уметь своевременн о выходить	Принимать мяч сверху двумя руками.	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь находить новые знания,
---	--	--	---	---	---------------------------------	------------------------------------	---

		вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		к мячу.	Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	<i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
10		Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
11		Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

						нижнюю подачу	
12			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
13			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь оказывать помощь своим сверстникам
14			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь оказывать помощь своим

			Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		правильную работу рук и ног.	располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	сверстникам
15			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу Уметь оказывать помощь своим сверстникам.
16			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно

17			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
18			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
19			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать

					работу рук и ног.	пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	речь других
20			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.	1	Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
Раздел 3. Подачи мяча							
21			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество	Выполнять верхнюю прямую подачу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

					мяч в заданную зону	подач подряд	
22			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
23			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
24			Верхняя прямая подача. Игры	1	Научится подавать	Подавать мяч снизу.	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при

			и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Выполнять большое количество подач подряд	поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
25			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий
25			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий

					заданную зону		
27			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий
28			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.	1	Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им

Раздел 4. Приём мяча

29			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
30			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
31			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды

32			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие выносливости, гибкости.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
33			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие выносливости, гибкости.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
34			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие выносливости, гибкости.	1	Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды

Тематическое планирование

7 класс

№ п/ п	Дата		Тема занятий	Кол. час	Содержание деятельности		Характеристика основных видов деятельности учащихся
	Пл	Фак			Теория	Практика	
Раздел 1. Подачи мяча							
1			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

					й.		
2			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
3			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
4			Верхняя прямая подача. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и		Научится подавать нижнюю подачу.	Подавать мяч снизу. Выполнять	Выполнять верхнюю прямую подачу. Выбирать при поддержке других участников группы и педагога, как

			тактических действий.		Уметь направлять мяч в заданную зону	большое количество подач подряд	поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения
5			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий
6			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий

7			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Проговаривать последовательность действий
8			Нижняя прямая подача. Игры, развивающие физические способности.		Научится подавать нижнюю подачу. Уметь направлять мяч в заданную зону	Подавать мяч снизу. Выполнять большое количество подач подряд	Выполнять нижнюю прямую подачу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
Раздел 2. Передачи мяча							
9			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча		Уметь своевременн	Принимать мяч сверху двумя	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь

			сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		о выходить к мячу.	руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
10			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
11			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

						нижнюю подачу	
12			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других
13			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь оказывать помощь своим сверстникам
14			Закрепление техники верхней передачи. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).		Уметь своевременно выходить	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно	Выполнять передачи мяча двумя руками сверху. Уметь оказывать помощь своим

			Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		к мячу.	располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	сверстникам
15			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу Уметь оказывать помощь своим сверстникам.
16			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно

17			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
18			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно
19			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

						мяче. Научится подавать нижнюю подачу	
20			Закрепление техники нижней передачи. Передача мяча снизу двумя руками вперёд-вверх. Игры развивающие физические способности.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч сверху двумя руками. Правильно располагать пальцы рук на мяче. Научится подавать нижнюю подачу	Выполнять передачи мяча двумя руками снизу. Уметь донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других

Раздел 3. Приём мяча

21			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
----	--	--	--	--	-------------------------------------	--	--

22			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им
23			Приём мяча снизу двумя руками. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных качеств.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками снизу. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
24			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие выносливости, гибкости.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
25			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие		Уметь своевременно	Принимать мяч после	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь

			выносливости, гибкости.		но выходить к мячу.	перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
26			Приём мяча сверху двумя руками. Развитие выносливости, гибкости.		Уметь своевременно выходить к мячу.	Принимать мяч после перемещений. Уметь принимать мяч в паре и через сетку.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху. Уметь перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всей команды
Раздел 4. Тактика игры							
27			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).		Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие	Выполнять тактические действия в защите. Развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

					мяч после перемещени й.	игроков	
28			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).		Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещени й.	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
29			Индивидуальные тактические действия в защите. Стойка игрока (исходные положения).		Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещен	Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	Выполнять тактические действия в защите. Развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

					ий.		
30			<p>Индивидуальные тактические действия в защите.</p> <p>Стойка игрока (исходные положения).</p>		<p>Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений.</p>	<p>Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков</p>	<p>Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность</p>
31			<p>Индивидуальные тактические действия в защите.</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.</p>		<p>Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений.</p>	<p>Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков</p>	<p>Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность</p>

32			<p>Индивидуальные тактические действия в защите.</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.</p>		<p>Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений.</p>	<p>Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков</p>	<p>Выполнять тактические действия в защите. Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем самостоятельно планировать свою деятельность</p>
33			<p>Индивидуальные тактические действия в защите.</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.</p>		<p>Уметь принимать мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений.</p>	<p>Развитие ловкости, внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков</p>	<p>Выполнять тактические действия в защите. Уметь находить новые знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии</p>
34			<p>Индивидуальные тактические действия в</p>		<p>Уметь принимать</p>	<p>Развитие ловкости,</p>	<p>Выполнять тактические действия в защите. Уметь находить новые</p>

		защите. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		мяч снизу. Сочетать правильную работу рук и ног. Принимать мяч после перемещений.	внимательность. Умение играть в команде. Взаимовыручка и взаимодействие игроков	знания, <i>ответы</i> на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии
--	--	--	--	---	---	--

Список литературы

Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В

1. . Маслов.- М.: Просвещение, 2011.
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя. М., «Просвещение», авт.: В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников. 2007.
3. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) - М.: Советский спорт. 2005.

4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2005. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.
5. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011
6. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол.- М.: Физическая культура и спорт, 2009.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2007.

