

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Иркутской области**  
**Департамент образования г. Иркутска**  
**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**города Иркутска общеобразовательная**  
**школа-интернат № 13 основного общего образования.**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО  
Классных  
руководителей и  
воспитателей

\_\_\_\_\_  
/Красовская Н.А./  
Протокол № 1  
от «28» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_  
/Зыкова Е.В./

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

\_\_\_\_\_  
/Зыкова Е.В./  
Приказ № 127-О  
от «31» 08 2023 г.

## **Рабочая программа**

по внеурочной деятельности

секция «Волейбол»

5-6 классы

количество часов 70

Программа разработана на основе:

программы по физической культуре  
для общеобразовательных учреждений  
5-9 классов, В.И. Лях,

2023 год

## Содержание

1	Планируемые результаты изучения учебного предмета	4
2	Содержание учебного предмета	5
3	Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности	8

## 1. Планируемые результаты изучения учебного предмета

Система планируемых результатов: личностных, метапредметных и предметных в соответствии с требованиями стандарта представляет комплекс взаимосвязанных учебно-познавательных и учебно-практических задач, выполнение которых требует от обучающихся овладения системой учебных действий и опорным учебным материалом.

Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
<b>Знания о физической культуре</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;</li> <li>• определять базовые понятия и термины волейбола, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;</li> <li>• руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;</li> <li>• определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.</li> </ul>
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;</li> <li>• классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;</li> <li>• тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• вести дневник по физкультурной деятельности, функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, тестировании физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>	
<b>Физическое совершенствование</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);</li> <li>• выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);</li> <li>• выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;</li> <li>• выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i></li> </ul>

## 2. Содержание учебного курса

### Раздел 1. Знания о физической культуре (2 часа)

История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

### Раздел 1. Техническая подготовка (42 часа).

*Овладение техникой передвижения и стойки.* Стойка игрока(исходные положения). Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.

*Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками;* передача мяча, подвешенного на шнуре; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах; отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее; с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления. Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами). Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Прием мяча на задней линии. Передача двумя руками сверху на месте. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

*Овладение техникой подачи:* нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.

*Нападающие удары.* Прямой нападающий удар сильнейшей рукой ( овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу ).

*Овладение техникой подачи.* Нижняя прямая подача 3-6 м. нижняя прямая подача. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой.

### **Раздел 3.Тактическая подготовка (20 часов)**

*Индивидуальные действия:* выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.

*Групповые действия.* Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 ( при первой передаче ). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.

*Командные действия.* Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

*Тактика защиты.* Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.

#### **Общефизическая подготовка (на каждом занятии)**

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

*Гимнастические упражнения.* Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения со скакалками. Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.

*Легкоатлетические упражнения.* Бег с ускорением до 30 м. Прыжки : с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

### **Раздел 4. Соревновательная деятельность (4 часа)**

Участие в соревнованиях с родителями, с соседними школами. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

#### ***Контрольные испытания. Общефизическая подготовка.***

Бег 30 м 6х5м. на расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит. Преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

*Прыжок в длину с места.* Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

#### ***Техническая подготовка.***

*Испытание на точность передачи.* Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток. *Испытание на точность передачи через сетку.* *Испытания на точность подач.* *Испытания на точность нападающего удара.* *Испытания в защитных действиях.*

#### ***Тактическая подготовка.***

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа приема мяча (по заданию). Дается 10 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: прием мяча от

нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

**Таблица тематического распределения количества часов**

№	Тема	Количество часов по программе	Количество часов по РП
1	Знания о физической культуре (теоретическая часть)	2	2
2	Техническая подготовка	42	42
3	Тактическая подготовка	40	40
4	Соревновательная деятельность	4	4
5	Резерв	2	2
<b>Итого:</b>		<b>70</b>	<b>70</b>

### 3. Тематическое планирование

по внеурочной деятельности

секции «Волейбол»

5 классы на 2021/ 2022 учебный год

Учитель: Тимофеева Юлия Вячеславовна

Количество учебных часов по программе 70 ч., количество учебных часов в неделю 2 ч.

№ ур ок а		Тема урока	Элементы содержания урока (освоение предметных результатов, проверяемые заданиями КИМ)	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Формируемые УУД
Теория -2ч					
1		Вводный инструктаж техники безопасности на занятиях волейбола.	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Изучают правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми.	Познавательные УУД: - умение отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе; Регулятивные УУД: - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений.
		История возникновения волейбола. Основные правила игры. Стойки и передвижения игроков.	История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приёмы игры в волейбол.	Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Жесты судей.	
Техническая подготовка – 42ч					
2		Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные УУД: - определять способы действий в рамках

			сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.		предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений; - умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений; - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
3		Стойка игрока. Перемещение в стойке	Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
4		Верхняя передача мяча парами с шагом.	Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
5		Приём мяча двумя руками снизу	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Описывают прямого нападающего удара, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
6		Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Используют игровые упражнения и действия для развития координационных, скоростных и скоростно-силовых способностей.	
7		Нижняя прямая подача нижний приём мяча.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов,	



			Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	<p>- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;</p> <p>- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач</p> <p>умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i></p> <p>- формирование умений осознанного построения</p>
8		Прямой нападающий удар. Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
9		Позиционное нападение. Учебная игра	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают прямого нападающего удара, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
10		Комбинации передвижений и остановок игрока.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости.	
11		Учебная игра. Развитие координационных способностей	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.	
12		Учебная игра. Развитие координационных способностей	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
13		Учебная игра. Развитие координационных способностей	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	Руководствуются правилами техники безопасности. Объясняют правила и	

		способностей	Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	основы организации игры.	речевого высказывания в устной форме;
14		Учебная игра. Развитие координационных способностей	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости	- умение отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной
15		Учебная игра. Развитие координационных способностей	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей.	литературе;
16		Нападение через 3-ю зону Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	- умение описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки;
17		Нападение через 3-ю зону Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	- уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности;
18		Нападение через 3-ю зону Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	- уметь организовывать совместные занятия спортивными играми со сверстниками;
19		Нападение через 3-ю зону	Разминка. Стойка игрока.	Описывают технику изучаемых	<i>Коммуникативные</i>

		Учебная игра.	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	игровых приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	УУД: - умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.
20		Нападение через 3-ю зону Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	
21		Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Используют игровые упражнения и действия для развития координационных, скоростных и скоростно-силовых способностей.	Регулятивные УУД: - определять способы действий в рамках предложенных условий и требований,
22		Игра в волейбол по основным правилам привлечением учащихся к судейству	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.
23		Повторный инструктаж по технике безопасности	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в про-
24		Двусторонняя игра	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	
25		Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые	

			сверху на месте. Игра без подачи.	действия для развития выносливости.	<p>цессе достижения результата;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;</li> </ul> <p><i>Познавательные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе;</li> <li>- уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности;</li> </ul> <p><i>Коммуникативные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения</li> </ul>
26		Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.	
27		Стойка игрока. Перемещение в сойке	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Моделируют технику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
28		Стойка игрока. Перемещение в сойке	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Руководствуются правилами техники безопасности. Объясняют правила и основы организации игры.	
29		Верхняя передача мяча парам с шагом.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости	
30		Верхняя передача мяча парам с шагом.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей.	
31		Приём мяча двумя руками снизу	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подачи.	Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной	

				подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий.	техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.
32		Приём мяча двумя руками снизу	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику приема мяча двумя руками снизу, осваивают ее самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<i>Регулятивные УУД:</i> - определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; - умение самостоятельно планировать пути
33		Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Используют игровые упражнения и действия для развития координационных, скоростных и скоростно-силовых способностей.	
34		Верхняя передача мяча в парах, тройках.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
35		Нижняя прямая подача нижний прием мяча.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
36		Нижняя прямая подача нижний прием мяча.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику нижней прямой подачи удара, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
37		Прямой нападающий удар. Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без	Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	

			подач.		достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.  <i>Познавательные УУД:</i> - уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности; - уметь организовывать совместные занятия спортивными играми со сверстниками; <i>Коммуникативные УУД:</i> - умение взаимодействовать со сверстниками в процессе
38		Прямой нападающий удар. Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.	
39		Позиционное нападение. Учебная игра	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
40		Позиционное нападение. Учебная игра	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Руководствуются правилами техники безопасности. Объясняют правила и основы организации игры.	
41		Позиционное нападение. Учебная игра	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	
42		Комбинации передвижений и остановок игрока.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей.	
43		Комбинации передвижений и остановок игрока.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют	

				самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий.	совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.
<b>Тактическая подготовка 20 часов</b>					
44		Комбинации из передвижений и остановок игрока.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности.	<i>Регулятивные УУД:</i> - определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений; - умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. - владение основами самоконтроля,
45		Комбинации из передвижений и остановок игрока.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
46		Верхняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
47		Верхняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
48		Верхняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности.	
49		Нижняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока.	Моделируют тактику освоенных	

			Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	самооценки, принятия решений; - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
50		Нижняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
51		Нижняя подача мяча	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий. осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
52		Двухсторонняя игра элементами волейбола	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей	- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
53		Двухсторонняя игра элементами волейбола	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.		- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные
54		Двухсторонняя игра элементами волейбола	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.		
55		Верхняя подача, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают	



			сверху на месте. Игра без подач.	правила безопасности.	способы решения учебных и познавательных задач
56		Верхняя подача, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
57		Верхняя подача, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	<i>Познавательные УУД:</i> - формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме; - умение отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе; - уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности; - уметь организовывать совместные занятия спортивными играми со
58		Нападающий удар, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	
59		Нападающий удар, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности.	
60		Нападающий удар, нижний прием	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
61		Прямой нападающий удар. Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей	

62		Прямой нападающий удар. Учебная игра.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.		сверстниками;  <i>Коммуникативные УУД:</i> - умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.
63		Верхняя передача мяча парами с шагом.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
64		Верхняя передача мяча парами с шагом.	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности.	
<b>Соревновательная деятельность 4 часа</b>					
65		Соревнование в группах	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Овладевают терминологией, относящейся к избранной спортивной игре.	<i>Регулятивные УУД:</i> - определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; <i>Познавательные УУД:</i> - уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций
66		Соревнование в группах	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий.	
67		Соревнование в группах	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Руководствуются правилами техники безопасности.	
68		Соревнование. Итоговое занятие	Разминка. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Объясняют правила и основы организации игры	

					и условий, возникающих в процессе игровой деятельности;
69		Резерв			
70		Резерв			



