

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №75 ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА СТЕПАНА БРЕУСА

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
протокол №1 от 29 августа 2023 года
председатель педсовета

_____ И.О.Чекемес

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дополнительного образования детей

«ВОЛЕЙБОЛ»

Ступень обучения (класс): 5-9 классы

Автор программы: учитель физической культуры МАОУ СОШ №75

Шевченко Светлана Геннадиевна

Программа разработана на основе учебного пособия «Внеурочная деятельность. Волейбол: пособие для учителей – методистов». Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов.- М.: Просвещение, 2011, в соответствии с ФГОС ООО 2010 г.

Краснодар, 2022г.

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся. В общеобразовательных учреждениях в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

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

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, края).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому

распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- О недопустимости перегрузок обучающихся в школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

В нашей школе накоплен опыт реализации здоровьесберегающих технологий, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом рост заболеваний обучающихся. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья обучающихся в нашей школе, на заседании методического объединения принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» для обучающихся 5-9 классов, реализация которой будет нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье обучающихся.

Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей

Цели: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; учащихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций,

определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 5–9 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Формы проведения занятия и виды деятельности

Однонаправленные занятия

Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техникой, тактикой или физической.

Комбинированные занятия

Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

Целостно-игровые занятия

Построены на учебной двухсторонней игре в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия

Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся.

Содержание программы

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначен для обучающихся 5-9 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, и рассчитана на 3 часа в неделю: 5-9 классы, 3 часа в неделю – 345 часов. Количество детей в одной группе от 12 человек. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Примерное распределение учебного материала

№	Учебный материал	Классы					Кол-во часов
		5	6	7	8	9	
1	Стойки, перемещения	3	2	1	0	0	6
1.2	Стойка игрока (исходные положения)	1					
1.3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	1	1				
1.4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	1	1			
2	Передачи мяча	45	42	36	24	21	168

2,1	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении)	9	6	6	6	6	
2.2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	9	9	9	6	6	
2.3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи	9	9	9	6	3	
2.4	Передача мяча снизу двумя руками над собой	9	9	6	3	3	
2.5	Передача мяча снизу двумя руками в парах	9	9	6	3	3	
3	Подачи мяча	9	9	6	12	6	42
3.1	Нижняя прямая	3	3	3	3		
3.2	Верхняя прямая	6	6	3	6		
3.3	Подача в прыжке				3	6	
4	Атакующие удары (нападающий удар)	0	0	0	6	12	18
4.1	Прямой нападающий удар (по ходу)				3	6	
4.2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)				3	6	
5	Прием мяча	6	7	8	3	3	27
5.1	Прием мяча снизу двумя руками	3	3	3	0		
5.2	Прием мяча сверху двумя руками	3	3	3			
5.3	Прием мяча, отраженного сеткой		1	2	3	3	
6	Блокирование атакующих ударов	0	0	3	6	9	18
6.1	Одиночное блокирование			3	3	3	

6.2	Групповое блокирование (вдвоем, втроем)				3	3	
6.3	Страховка при блокировании					3	
7	Тактические игры		3	6	3	3	15
7.1	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите		1	1			
7.2	Групповые тактические действия в нападении, защите		1	1			
7.3	Командные тактические действия в нападении, защите		1	1			
7.4	Двухсторонняя учебная игра			3	3	3	
7.5	Двухсторонняя учебная игра (по упрощённым правилам)	+	+				
8	Подвижные игры и эстафеты	3	3	6	6	3	21
8.1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2	2	3	3		
8.2	Игры развивающие физические способности	1	1	3	3	3	
9	Игры развивающие физические способности	3	3	3	3	3	15
9.1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	3	3	3	3	3	
10	Судейская практика				6	9	15

10.1	Судейство учебной игры в волейбол				6	9	
ИТОГО		69	69	69	69	69	345

Планируемые результаты

В процессе обучения в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по «Волейболу» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. *Регулятивные УУД:*

- **Определять и формулировать** цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- **Проговаривать** последовательность действий.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе данного задания, учить **работать** по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. *Познавательные УУД:*

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. *Коммуникативные УУД:*

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. **Слушать** и **понимать** речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

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

должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по «Волейболу» обучающиеся

смогут получить знания:

- 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, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и 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;

могут научиться:

- 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;
- проводить судейство по волейболу.
-

Контроль знаний и умений

№ п\п	Контрольные нормативы	Год					Кол- во часов
		1	2	3	4	5	
1	Правила соревнований	+	+	+	+	+	2
2	Передачи в парах через сетку 2-я сверху, без потерь	10	13	15	20	25	3
3	Передача от стены 2-я сверху, с расстояния 2-3 м., без потерь	10	12	15	16	18	4
4	Передача от стены 2-я снизу, с расстояния 2-3 м., без потерь	10	12	15	16	16	5
5	Передачи над собой в круге, без потерь	15	20	25	25	25	6
6	Подача (любая): из 6 попыток	4	5	-	-	-	
6.1	из 10 попыток	-	-	7	8	9	7
7	Подачи по зонам (1, 6, 5) на точность, по 2 в каждую	-	3	4	5	5	8
8	Передачи на точность через сетку, из № 4 в № 6, после паса преподавателя. Из 6 попыток	3	4	5	5	5	9
9	Нападающий удар из зоны №4, после паса преподавателя, из 6 попыток			3	4	5	4

Материально-техническое обеспечение.

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр

К – полный комплект (на каждого обучающегося)

Г – комплект (для работы в группах)

№ п/п	Наименование средств материально-технического обеспечения.	Кол-во
1	Стандарт основного общего образования по физической культуре.	Д

2	Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.:Просвещение, 2011. – 77 с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).	Д
3	Волейбол в школе. Пособие для учителя. М., «Просвещение» 1976. 111с.	Д
4	Справочник учителя физической культуры /авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.-251 с.	Д
5	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.	Д
6	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
7	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
8	Стенка гимнастическая	Г
9	Скамейка гимнастическая жесткая	Г
10	Мячи: волейбольный, набивной	Г
11	Палка гимнастическая	К
12	Мячи: баскетбольные, волейбольные.	К
13	Скакалка	К
14	Табло перекидное	Д
15	Сетка волейбольная	Д
16	Аптечка	Д
17	Сетка для переноса и хранения мячей	Д

18	Насос ручной Площадка игровая волейбольная	Д Д
----	---	--------

Список литературы

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя. М., «Просвещение», 1976. 111с. авт.:В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников.
3. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.- (Стандарты второго поколения).
4. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.

Тематическое планирование 5 класс

№	Учебный материал	Кол-во часов	УУД
1	Перемещения. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	3	Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности, проговаривать последовательность действий; уметь высказывать своё предположение на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Познавательные УУД: добывать новые знания: находить ответы на
2	Передачи. Передача сверху двумя руками (в опорном положении, в прыжке вдоль сетки, стоя спиной в	45	

	направлении передачи). Передача мяча снизу двумя руками, в парах.		<p>вопросы, используя разные источники информации, делать выводы в результате совместной работы всей команды;</p> <p>Коммуникативные УУД: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
3	Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками.	6	
4	Подачи. Нижняя прямая. Верхняя прямая.	9	
	Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности	3	
5	Физическая подготовка Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	3	
Теоретические знания в процессе занятия			
Итого:69 часов			

Тематическое планирование 6 класс

№	Учебный материал	Кол-во часов	УУД

1	<p>Перемещения. Перемещения в стойке приставными шагами: правым левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)</p>	2	<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности, проговаривать последовательность действий; уметь высказывать своё предположение на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.</p> <p>Познавательные УУД: добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, делать выводы в результате совместной работы всей команды;</p> <p>Коммуникативные УУД: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
2	<p>Передачи. Передача сверху двумя руками в опорном положении. Передача сверху двумя руками в прыжке вдоль сетки. Передача сверху двумя руками стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах.</p>	42	
3	<p>Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой.</p>	7	
	<p>Подачи. Нижняя прямая. Верхняя прямая.</p>	9	
4	<p>Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите.</p>	3	

	Двухсторонняя учебная игра		
5	Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности	3	
6	Физическая подготовка Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	3	
Теоретические знания в процессе занятия			
	Итого 69 часов.		

Тематическое планирование 7 класс			
№	Учебный материал	Кол-во часов	УУД
1	Перемещения. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности, проговаривать последовательность действий; уметь высказывать своё предположение на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Познавательные УУД: добывать новые знания: находить ответы на
2	Передачи. Передача сверху двумя руками в опорном положении. Передача сверху двумя руками в прыжке вдоль сетки. Передача сверху двумя	36 9	

	руками стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками. Передача мяча снизу двумя в парах.		<p>вопросы, используя разные источники информации, делать выводы в результате совместной работы всей команды;</p> <p>Коммуникативные УУД: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
3	Подачи. Нижняя прямая. Верхняя прямая.	9	
4	Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой	8	
5	Блокирование атакующих ударов Одиночное блокирование.	3	
6	Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра	6	
7	Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности	6	
8	Физическая подготовка Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	3	

Теоретические знания в процессе занятия

Итого 69 часов.

Тематическое планирование 8 класс

№	Учебный материал	Кол-во часов	УУД
1	<p>Передачи. Передача сверху двумя руками в опорном положении. Передача сверху двумя руками в прыжке вдоль сетки. Передача сверху двумя руками стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками. Передача мяча снизу двумя в парах.</p>	24	<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности, проговаривать последовательность действий; уметь высказывать своё предположение на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Познавательные УУД: добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, делать выводы в результате совместной работы всей команды;</p>
2	<p>Подачи. Нижняя прямая. Верхняя прямая. Подача в прыжке</p>	12	<p>Коммуникативные УУД: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</p>
3	<p>Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)</p>	6	
4	<p>Прием мяча. Прием мяча, отраженного сеткой</p>	3	
5	<p>Блокирование атакующих ударов. Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоем, втроем)</p>	6	
6	<p>Тактические игры. Двухсторонняя учебная игра</p>	3	
7	<p>Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и</p>	6	

	совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности		
8	Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	3	
9	Судейская практика. Судейство учебной игры в волейбол	6	
Теоретические знания в процессе занятия			
Итого 69 часов.			

Тематическое планирование 9 класс			
№	Учебный материал	Кол-во часов	УУД
1	<p>Передачи.</p> <p>Передача сверху двумя руками в опорном положении.</p> <p>Передача сверху двумя руками в прыжке вдоль сетки.</p> <p>Передача сверху двумя руками стоя спиной в направлении передачи.</p> <p>Передача мяча снизу двумя руками. Передача мяча снизу двумя в парах.</p>	21	<p>Регулятивные УУД: определять и формулировать цель деятельности, проговаривать последовательность действий; уметь высказывать своё предположение на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.</p> <p>Познавательные УУД: добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, делать выводы в результате совместной работы всей команды;</p> <p>Коммуникативные УУД: умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других; совместно договариваться о правилах общения</p>

			и поведения в игре; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
2	Подачи. Нижняя прямая. Верхняя прямая. Подача впрыжке	6	
3	Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)	12	
4	Прием мяча. Прием мяча, отраженного сеткой	3	
5	Блокирование атакующих ударов. Страховка при блокировании.	3	
6	Тактические игры. Двухсторонняя учебная игра	3	
7	Подвижные игры и эстафеты. Игры развивающие физические способности	3	
8	Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	3	
9	Судейская практика. Судейство учебной игры в волейбол	9	
Теоретические знания в процессе занятия			
Итого 69 часов.			
Итого за год 345 часов			