

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр»  
с. Тимашево муниципального района Кинель – Черкасский Самарской области

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО  
Такшеева Л.В.  
Протокол №1  
От 29.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО  
зам.директора по ВР  
Фуныгина Т.В.

УТВЕРЖДЕНО  
и.о. директора школы  
Козлова И.Е.  
Приказ № 191-од  
От 29.08.2025 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Школьный спортивный клуб «Олимп»**

Направление: спортивно-оздоровительное  
Ступень обучения: основное общее образование 5-9 классы

**Составитель: Павлова О.Н.,  
учитель физической культуры**

с. Тимашево, 2025 г

## Пояснительная записка

Рабочая программа спортивной секции «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5–9 классов общеобразовательной школы базового уровня, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся 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, матчевые встречи и т.п.).

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 сердечно-сосудистой 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 учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Нормативно-правовой и документальной базой программы спортивной секции по формированию культуры здоровья учащихся являются:

-Федеральный закон от 24 сентября 2022 г № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон № 371-ФЗ);

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом министерства Просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» с изменениями, утвержденными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 от 18.07.2022 № 568

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 12 июля 2023, № 74223),

- Основная образовательная программа основного общего образования государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель -Черкасский Самарской области;

- Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель - Черкасский Самарской области

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

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

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.

- 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, а также выносливости, гибкости).

- Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.

- Воспитание моральных и волевых качеств.

### **Общая характеристика программы «волейбол»**

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных организаций. 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 школе, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

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 сердечно-сосудистой 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.

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

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных организаций Российской Федерации, организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных организаций Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

### **Место программы в учебном плане**

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 8 классов, составлена в соответствии с возрастными особенностями и рассчитана на 34 часа в в год Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий, а именно: занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут, по 1 часу в неделю. Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

### **Планируемые личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Волейбол».**

#### **Личностные результаты:**

- Адаптация ребенка к условиям детско-взрослой общности;
- Удовлетворенность ребенком своей деятельностью в объединении дополнительного образования, самореализация;
- Повышение творческой активности ребенка, проявление инициативы и любознательности; - Формирование ценностных ориентаций;
- Формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
- Навыки в изложении своих мыслей, взглядов;
- Навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;
- Развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: автономность (способность делать выбор и контролировать личную и общественную жизнь);

ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последствия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств); культура целеполагания (умение ставить цели и их достигать, не ущемляя прав и свобод окружающих людей); умение "презентовать" себя.

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;  
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;  
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Первый уровень: усвоение школьником социально значимых знаний. Это в первую очередь знание норм и традиций того общества, в котором он живёт. Знание об истории волейбола и развития его в нашей стране

Второй уровень: развитие социально значимых отношений. Формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом. Учить взаимоотношению в команде. Развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду. Учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Третий уровень: приобретение школьником опыта осуществления социально значимых действий. Понимать роль волейбола в укреплении здоровья. Научить школьников самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок. Уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития.

#### **Метапредметные результаты:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
  - умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
  - умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
  - Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
  - Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
  - Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
  - Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
  - Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Учащиеся научатся:

Следовать при выполнении задания инструкциям учителя

Понимать цель выполняемых действий

Различать подвижные и спортивные игры

Учащиеся получают возможность научиться:

Принимать решение связанные с игровыми действиями;  
Взаимодействовать друг с другом на площадке, договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

### **Предметные результаты:**

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития
- иметь представление об истории развития волейбола в России; о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе. •
- планирование занятий специальными упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры
  - изложение фактов истории развития игры «волейбол», характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
  - измерение (познание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
  - представление спортивной игры «волейбол» как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
  - оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
  - организация и проведение со сверстниками игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
  - бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
  - организация и проведение тренировочных занятий с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
  - характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
  - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований;
  - объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
  - подача строевых команд, подсчёт при выполнении специальных упражнений;
  - нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
  - выполнение технических действий из базовых элементов волейбола, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
  - выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях.

### *Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

-проговаривать последовательность действий;  
-уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, -  
уметь 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).

#### *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. 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.

### **Содержание модуля «Волейбол»**

#### *Введение*

#### *Перемещения*

Стойка игрока (исходные положения).

#### *Перемещение*

в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд.

Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)

#### *Передачи мяча*

Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача  
сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя  
руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над  
собой. Передача снизу двумя руками в парах.

#### *Подачи мяча*

Нижняя прямая. Верхняя прямая. Подача в прыжке.

#### *Нападающие (атакующие) удары*

Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо  
(влево).

#### *Приём мяча*

Приём снизу двумя руками. Приём сверху двумя руками. Приём мяча,  
отражённого сеткой.

#### *Блокирование атакующих ударов*

Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоём, втроём).  
Страховка при блокировании.

*Тактические игры* Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.

*Подвижные игры и эстафеты* Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности.

*Физическая подготовка* Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

*Судейская практика*

Судейство учебной игры в волейбол.

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

8 класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1	Основы знаний	<ul style="list-style-type: none"> <li>знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности</li> <li>чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;</li> <li>положительное отношение к занятиям спортивными играми</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u>                      знать и соблюдать правила безопасности при занятиях волейболом;                      знать о состоянии и развитии волейбола в России;                      разбираться в терминологии волейбола.                      соблюдать правила здорового образа жизни.                      правилам игры.</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u>                      измерять показатели развития физических качеств;                      проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнений;                      выполнять тестовые нормативы по физической подготовке                      понимать терминологию игры в волейбол, жестикуляцию судей;                      организовывать и судить соревнования по волейболу.                      азбуке волейбола (основные технические приемы).</p>	<p><u>Регулятивные:</u>                      вместе с тренером ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности.                      освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;</p> <p><u>Познавательные:</u>                      ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы;                      осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений.</p> <p><u>Коммуникативные:</u>                      уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;                      умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией</p>
2	Овладение техникой	<ul style="list-style-type: none"> <li>интерес к различным видам</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u>                      соблюдать правила безопасности при</p>	<p><u>Регулятивные:</u>                      освоение начальных форм познавательной</p>

	<p>передвижений, остановок, поворотов и стоек</p>	<p>физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физической деятельности посредством определения уровня развития физических качеств</li> </ul>	<p>выполнении упражнений;</p> <p>выполнять перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)</p> <p>выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения)</p> <p>описывать технику упражнений</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <p>различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость);</p> <p>измерять показатели развития физических качеств;</p> <p>выявлять характерные ошибки в технике выполнения упражнений;</p> <p>проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений;</p> <p>выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p>	<p>и личностной рефлексии;</p> <p>овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;</p> <p><u>Познавательные:</u></p> <p>ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы;</p> <p>осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений</p> <p><u>Коммуникативные:</u></p> <p>уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;</p> <p>умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией</p>
3	<p>Освоение техники приема и передач мяча</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физической деятельности</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u></p> <p>соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх;</p> <p>описывать технику разучиваемых упражнений;</p> <p>выявлять характерные ошибки при</p>	<p><u>Регулятивные:</u></p> <p>овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности.</p> <p><u>Познавательные:</u></p> <p>ознакомление с правилами</p>

		<p>посредством определения уровня развития физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях спортсменах;</li> </ul>	<p>выполнении упражнений.</p> <p>выполнять передачу мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед;</p> <p>выполнять передачу мяча над собой, то же через сетку;</p> <p>выполнять передачу мяч над собой, во встречных колоннах.</p> <p>выполнять отбивание мяча кулаком через сетку</p> <p>выполнять передачу мяча у сетки и в прыжке через сетку</p> <p>выполнять передачу мяча сверху, стоя спиной к цели.</p> <p>совершенствовать технику приема и передач мяча</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <p>выполнять сочетание пройденных элементов передачи и приема мяча.</p> <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;</p> <p>проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр;</p> <p>принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;</p> <p>описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивать их самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки</p>	<p>самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы;</p> <p>осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений.</p> <p><u>Коммуникативные:</u></p> <p>уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;</p> <p>умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4	Освоение техники подачи мяча и приема подач.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>• установка на здоровый образ жизни;</li> <li>• знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u>  соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх;  описывать технику разучиваемых упражнений;  выявлять характерные ошибки при выполнении упражнений.  совершенствовать технику верхней прямой подачи,  совершенствовать технику верхней прямой подачи через сетку из-за лицевой линии,  совершенствовать технику подачи мяча и приема подач.</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u>  совершенствовать технику нижней прямой подачи мяча в заданную часть площадки,  совершенствовать технику верхней прямой подачи на количество попаданий на противоположную площадку, указанным зонам, приему подачи в зону 3.  проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении упражнений;  выполнять тестовые нормативы по физической подготовке  выполнять технические элементы спортивных игр в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p><u>Регулятивные:</u>  овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности.</p> <p><u>Познавательные:</u>  ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений.</p> <p><u>Коммуникативные:</u>  уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;  умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
5	Освоение техники	<ul style="list-style-type: none"> <li>• установка на здоровый образ</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u>  соблюдать правила безопасности при</p>	<p><u>Регулятивные:</u>  освоение начальных форм познавательной</p>

	прямого нападающего удара	жизни; • проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;	выполнении упражнений; совершенствовать технику нападающего удара описывать технику упражнений <u>Ученик получит возможность научиться:</u> играть в спортивные игры по упрощённым правилам; осуществлять судейство по волейболу организовывать и проводить спортивные игры с элементами соревновательной деятельности; принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр; проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр; описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивать их самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	и личностной рефлексии; вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности. <u>Познавательные:</u> ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы; осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений. <u>Коммуникативные:</u> уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений; владение специальной терминологией
6	Овладение техникой защитных действий	овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками; включаться в	<u>Ученик научится:</u> соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх; совершенствовать технику одиночного и группового блокирования описывать технику разучиваемых	<u>Регулятивные:</u> освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические

		<p>общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях</p>	<p>упражнений; выявлять характерные ошибки при выполнении упражнений выполнять технические элементы спортивных игр в условиях учебной и игровой деятельности Играть по упрощенным правилам волейбола <u>Ученик получит возможность научиться:</u> организовывать и проводить спортивные игры с элементами соревновательной деятельности; принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр; проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр; описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивать их самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки играть в волейбол, применяя одиночное и групповое блокирование, страховку</p>	<p>особенности. <u>Познавательные:</u> ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы; осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений. <u>Коммуникативные:</u> уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений; владение специальной терминологией</p>
7	Овладение тактикой игры в	<p>проявлять дисциплинированность,</p>	<p><u>Ученик научится:</u> соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх;</p>	<p><u>Регулятивные:</u> освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;</p>

	нападении	<p>трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</p>	<p>выполнять технические элементы спортивных игр в условиях учебной и игровой деятельности: совершенствовать тактику групповых действий: взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4.</p> <p>Играть по упрощенным правилам волейбола</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <p>играть в спортивные игры по правилам волейбола;</p> <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;</p> <p>принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;</p> <p>выполнять подачи в определенные зоны. совершенствовать командных тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.</p> <p>совершенствовать командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.</p> <p>Играть в нападении в зоне 3</p>	<p>вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности.</p> <p><u>Познавательные:</u></p> <p>ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы;</p> <p>осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений.</p> <p><u>Коммуникативные:</u></p> <p>уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений;</p> <p>владение специальной терминологией</p>
8	Овладение тактикой игры в защите	<p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p><u>Ученик научится:</u></p> <p>соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх;</p> <p>выполнять технические элементы спортивных игр в условиях учебной и</p>	<p><u>Регулятивные:</u></p> <p>формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p>

		<p>• способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физической деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;</p>	<p>игровой деятельности: играть в волейбол, выполняя игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках играть в волейбол с заданиями. Играть по упрощенным правилам волейбола <u>Ученик получит возможность научиться:</u> выбирать способы приема мяча взаимодействовать с игроками задней и передней линии. осуществлять судейство по волейболу организовывать и проводить спортивные игры с элементами соревновательной деятельности; принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр; проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр; принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности; описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивать их самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки</p>	<p>определять наиболее эффективные способы достижения результата. <u>Познавательные:</u> владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения. осмысливать правила игры; выполнять моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации; анализировать игровые ситуации. <u>Коммуникативные:</u> участвовать в диалоге на занятии; уметь слушать и понимать других; уметь организовывать и проводить игру; последовательно, точно и полно передавать партнёру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
9	Овладение игрой и	• овладение навыками	<p><u>Ученик научится:</u> соблюдать правила безопасности в</p>	<p><u>Регулятивные:</u> формировать умения планировать,</p>

<p>развитие психомоторных способностей.</p>	<p>сотрудничества со взрослыми и сверстниками;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;</li> <li>• осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;</li> <li>• знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в</li> </ul>	<p>подвижных и спортивных играх; выполнять технические элементы спортивных игр в условиях учебной и игровой деятельности:</p> <p>владеть игрой и комплексно развивать психомоторные способности</p> <p>Играть по упрощенным правилам волейбола</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <p>выбирать способы приема мяча взаимодействовать с игроками задней и передней линии.</p> <p>играть в спортивные игры, применяя систему игры в защите «углом вперед».</p> <p>осуществлять судейство по волейболу организовывать и проводить спортивные игры с элементами соревновательной деятельности;</p> <p>принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;</p> <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;</p> <p>принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;</p> <p>играть в товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.</p>	<p>контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических качеств;</p> <p>определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><u>Познавательные:</u></p> <p>владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p> <p>осмысливать правила игры;</p> <p>выполнять моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации;</p> <p>анализировать игровые ситуации.</p> <p><u>Коммуникативные:</u></p> <p>участвовать в диалоге на занятии;</p> <p>уметь слушать и понимать других;</p> <p>уметь организовывать и проводить игру; последовательно, точно и полно передавать партнёру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий;</p> <p>уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять</p>
---------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		игровых видах спортивной деятельности		хладнокровие, сдержанность, рассудительность
10	Овладение организаторскими умениями	<ul style="list-style-type: none"> <li>• овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;</li> <li>• толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;</li> <li>• осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегаю</li> </ul>	<p><u>Ученик научится:</u>  соблюдать правила безопасности в подвижных и спортивных играх; организовывать и судить учебно-тренировочные игры, соревнований между классами, комплектование команды, подготовка места проведения игры проводить разминку тренировочных занятий.  организовывать и проводить спортивные игры с элементами соревновательной деятельности;  Играть по упрощенным правилам волейбола</p> <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u>  осуществлять судейство по волейболу принимать адекватные решения в судействе.  организовывать судейство соревнований между классами, комплектовать команды, подготавливать места проведения игры, разрабатывать положение о соревнованиях, составлять расписание игр, оформлять ход и результат соревнований</p>	<p><u>Регулятивные:</u>  формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических качеств;  определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><u>Познавательные:</u>  владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.  осмысливать правила игры; выполнять моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации;  анализировать игровые ситуации.</p> <p><u>Коммуникативные:</u>  участвовать в диалоге на уроке; уметь слушать и понимать других; уметь организовывать и проводить игру;</p>

	<p>щего поведения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности</li> </ul>		<p>последовательно, точно и полно передавать партнёру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий;</p> <p>уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Содержание учебного предмета/курса

#### 8 класс

№	Название раздела	Содержание учебного предмета, курса	Формы организации занятий	Виды деятельности	Кол-во часов
	Основы знаний	Терминология избранной спортивной игры; техника, передачи, подачи, нападающего удара; тактика нападений и защиты. Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.	Беседа	Познавательная -знакомятся с техникой безопасности на занятиях по волейболу	1
	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения)	Самостоятельно-тренировочные занятия Спортивно-тренировочные занятия	Соблюдают правила техники безопасности при выполнении упражнений ознакомятся с техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	1
	Освоение	Передача мяча сверху двумя руками на месте и	Спортивно-	Осваивают технику	6

техники приема и передач мяча	после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	тренировочные занятия Собственно-спортивные формы соревновательные формы	приема и передачи мяча	
Освоение техники подачи мяча и приема подач.	Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Верхняя прямая подача. Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку, указанным зонам. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием подачи в зону 3.	Спортивно-тренировочные занятия	знакомятся с техникой подачи мяча и приема подач.	6
Освоение техники прямого нападающего удара	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3. Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.	Спортивно-тренировочные занятия	знакомятся с техникой прямого нападающего удара	5
Овладение техникой защитных действий	Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.	Спортивно-тренировочные занятия Соревновательные формы	Знакомятся с техникой защитных действий через игру в волейбол	3
Овладение тактикой игры в нападении	Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с	Спортивно-тренировочные занятия	Знакомятся с тактикой игры в нападении через игру в волейбол	4

		игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Игра в нападении в зоне 3	Соревновательные формы		
	Овладение тактикой игры в защите	Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».	Спортивно-тренировочные занятия Соревновательные формы	Знакомятся и совершенствуют тактику игры в защите с через игру в волейбол	4
	Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Учебная игра в волейбол с заданиями. Учебно-тренировочная игра. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.	Спортивно-тренировочные занятия Соревновательные формы	Совершенствуют тактику игры в волейбол	2
.	Овладение организаторскими умениями	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами, комплектование команды, подготовка места проведения игры Проведение разминки тренировочных занятий.	Спортивно-тренировочные занятия Соревновательные формы	Демонстрируют судейство игр в волейбол	2
	<b>Итого: 10</b>				34

**Тематическое планирование**  
**8 класс**

№	Название темы	Рабочая программа воспитания	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Кол-во часов
1.	Основы знаний	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне; к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/start/43532/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/start/43532/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/</a>	1
2.	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимноподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/start/262455/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/start/262455/</a>	1
3.	Освоение техники приема и передач мяча	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4966/start/170149/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4966/start/170149</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/start/197163/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/start/197163/</a>	6
4.	Освоение	Создание благоприятных условий для развития социально значимых	<a href="https://resh.edu.ru/su">https://resh.edu.ru/su</a>	6

	техники подачи мяча и приема подач.	<b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/start/197163/">bject/lesson/5580/start/197163/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3779/start/169241/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3779/start/169241/</a>	
5.	Освоение техники прямого нападающего удара	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимно поддерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3755/start/43584/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3755/start/43584/</a>	5
6.	Овладение техникой защитных действий	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3735/start/197217/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3735/start/197217/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3764/start/43699/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3764/start/43699/</a>	3
7.	Овладение тактикой игры в нападении	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4965/start/90962/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4965/start/90962/</a>	4
8.	Овладение тактикой игры в защите	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6060/start/197243/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6060/start/197243/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6102/start/78666/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6102/start/78666/</a>	4

		доброжелательные и взаимно поддерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества		
9.	Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4965/start/90962/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4965/start/90962/</a>	2
10.	Овладение организаторскими умениями	Создание благоприятных условий для развития социально значимых <b>отношений</b> обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимно поддерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4968/start/61611/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4968/start/61611/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6103/start/169361/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6103/start/169361/</a>	4
	<b>Итого:10</b>			34

## **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.**

### **Список литературы**

#### **Учебно-методический комплекс**

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/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
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. 2005-112с.
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.
5. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 61с.
6. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
7. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983. 8. 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.: Академия, 2001

#### **Интернет-ресурсы:**

- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/start/43532/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/start/197163/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3779/start/169241/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4968/start/61611/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6103/start/169361/>
- <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4965/start/90962/>

## Календарно-тематическое планирование Волейбол 7 класс 34 ч

№ п/п	Тема	Кол-во часов		Дата изучения	Электронные (цифровые) образов. ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	<b><i>Раздел 1. «Основы знаний» « Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек» 4 ч</i></b>	<b>4</b>			
1	Ознакомление с содержанием учебной темы. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Организационные вопросы.	1			
2	Ознакомление с правилами, расстановка игроков на площадке. Контрольные тесты	1			
3	Стойка игрока. Перемещение в стойке игрока приставными шагами.	1			
4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1			
	<b><i>Раздел 2. «Освоение техники приема и передач мяча» 12 ч</i></b>	<b>12</b>			
5	Передача мяча сверху двумя руками на месте 1 ч	1			
6	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед 1	1			
7	Передачи мяча над собой.	1			
8	Передачи мяча над собой. То же через сетку	1			
9	Передача мяч над собой, во встречных колоннах	1			
10	Многократный прием мяча снизу над собой.	1			
11	Прием мяча снизу над собой. То же через сетку	1			
12	Отбивание мяча кулаком через сетку	1			

13	Прием мяча с отскоком от сетки	1			
14	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	1			
15	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1			
16	Прием мяча снизу над собой, передача сверху	1			
	<b>Раздел 3. «Подача мяча и прием подачи» 12 ч</b>	<b>12</b>			
17	Нижняя прямая подача мяча	1			
18	Прием подачи.	1			
19	Прием мяча, отраженного сеткой	1			
20	Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки.	1			
21	Верхняя прямая подача	1			
22	Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии.	1			
23	Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку.	1			
24	Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку, указанным зонам.	1			
25	Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку, указанным зонам	1			
26	Верхняя прямая подача в прыжке.	1			
27	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием подачи в зону 3	1			
28	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием подачи в зону 3	1			
	<b>Раздел 4. «Прямой нападающий удар» 3 ч</b>	<b>3</b>			
29	Передача мяча сверху в прыжке	1			
30	Прямой нападающий удар после собственного подбрасывания мяча	1			
31	Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.	1			
	<b>Раздел 5. «Тактика игры в нападении и защите» 3 ч</b>	<b>3</b>			

32	Групповые действия – взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4	1			
33	Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4	1			
34	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	1			

### Календарно-тематическое планирование Волейбол 8 класс 34 ч

№ п/п	Тема	Количество часов		Дата изучения	Электронные (цифровые) образов. ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	<b>Раздел 1. «Основы знаний» « Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек» 3 ч</b>	<b>3</b>			
1	Ознакомление с содержанием учебной темы. Правила техники безопасности при занятиях волейболом. Организационные вопросы	1			
2	Ознакомление с правилами, расстановка игроков на площадке. Контрольные тесты	1			
3	Стойка игрока. Перемещение в стойке игрока приставными шагами. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1			
	<b>Раздел 2. «Освоение техники приема и передач мяча» 9 ч</b>	<b>9</b>			
4	Передача мяча сверху двумя руками на месте				
5	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед	1			
6	Передачи мяча над собой. То же через сетку	1			
7	Передача мяч над собой, во встречных колоннах	1			
8	Многokrатный прием мяча снизу над собой	1			

9	Прием мяча снизу над собой. То же через сетку	1			
10	. Отбивание мяча кулаком через сетку. Прием мяча с отскоком от сетки	1			
11	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку	1			
12	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1			
	<b>Раздел 3. «Подача мяча и прием подачи» 7 ч</b>	7			
13	Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.	1			
14	Прием мяча, отраженного сеткой	1			
15	Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки.	1			
16	Верхняя прямая подача.	1			
17	Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии.	1			
18	Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. 1	1			
19	Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку, указанным зонам.	1			
	<b>Раздел 4. «Прямой нападающий удар» 6 ч</b>	6			
20	Передача мяча сверху в прыжке	1			
21	Прямой нападающий удар после собственного подбрасывания мяча	1			
22	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером	1			
23	Прямой нападающий удар при встречных передачах.	1			
24	Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.	1			
25	Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.	1			
	<b>Раздел 5. «Блокирование» 3 ч</b>	3			

26	Имитация блокирования нападающего удара	1			
27	Блокирование нападающего удара	1			
28	Индивидуальное и групповое блокирование нападающего удара Страховка.	1			
	<b>Раздел 6. «Тактика игры в нападении и защите» 6 ч</b>	<b>6</b>			
29	Выполнение подач в определенные зоны. 1 ч	1			
30	Групповые действия – взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4	1			
31	Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4	1			
32	Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.	1			
33	Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии	1			
34	Система игры в защите «углом вперед».	1			