

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
Управление образования администрации города Ульяновска
МБОУ "Средняя школа № 57"

**Николенко Наталья
Алексеевна**

Подписан: Николенко Наталья Алексеевна
DN: C=RU, S=Ульяновская область, Т=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА
УЛЬЯНОВСКА "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 57"", CN=Николенко Наталья Алексеевна,
ИИН=732502949958, E=57mbo57@gmail.com, G=Наталья Алексеевна,
SN=Николенко, CN=Николенко Наталья Алексеевна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей
подписью
Дата: 2023-10-19 15:30:20

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
развивающего цикла

Тв

Руководитель ШМО Парагузова Т.В.
Протокол №1
от «29» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "Средняя школа №57"
Николенко Н. А.

Приказ № 430/Д
от «30» 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Волейбол»
(спортивно-оздоровительное направление)
для 7-9 класса
на 2023-2024 учебный год

г. Ульяновск, 2023

1. Аннотация к рабочей программе

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Волейбол» составляют следующие документы:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования. (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06.10. 2009 г.) с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г., 11 декабря 2020 г.);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 №372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»
- Образовательной программой начального общего образования МБОУ «Средняя школа №57»;
- Рабочей Программой воспитания МБОУ «Средняя школа №57»
- Пособия для учителей и методистов Волейбол, внеурочная деятельность / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77 с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).

1.1. Цели и задачи курса внеурочной деятельности

Цель обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности направлению «Волейбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного 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.

Цель конкретизирована следующими задачами:

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

- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

1.2. Место курса «Волейбол» в плане внеурочной деятельности

Программа реализуется в работе с обучающимися 7-9 классов. В 2023–2024 учебном году запланировано проведение 136 внеурочных занятий. Занятия проводятся 4 раза в неделю.

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, матчевые встречи и т.п.).

Раздел 1. Планируемые образовательные результаты изучения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей 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 учреждения 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 спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» 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.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения *в 7 классе* обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения *в 8 классе* обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока, наблюдать их выполнение другими обучающимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с места, наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения *в 9 классе* обучающийся научится:

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура»;

её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;

измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

Раздел 2. Содержание программы внеурочной деятельности

7 класс

Совершенствование стоек игрока. Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены. Эстафеты с различными способами перемещений. Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.

Закрепление передачи снизу двумя руками в парах. Закрепление верхней прямой подачи.

Двусторонняя учебная игра. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Закрепление прямого нападающего удара. Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Совершенствование приём мяча сверху двумя руками. Игры, развивающие физические способности. Закрепление одиночного блокирования. Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём). Закрепление страховки при блокировании. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

8 класс

Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх. Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Двусторонняя учебная игра. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Приём мяча снизу двумя руками. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча сверху двумя руками. Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём). Совершенствование страховки при блокировании. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.

Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов. Стойки игрока.

9 класс

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.

Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.

Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над собой.

Передача снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Разучивание подачи в прыжке. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево). Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча снизу, сверху двумя руками. Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).

Совершенствование страховки при блокировании. Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите. Закрепление командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

Раздел 3.

3.1. Учебно-тематическое планирование

Тематическое планирование, 7 класс

№	Тема	Кол-во часов	Воспитательный компонент согласно РПВ
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	7	- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и
2	Закрепление техники верхней передачи	6	

3	Закрепление техники нижней передачи	6	событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам; - побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы
4	Верхняя прямая подача	4	
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3	
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	8	
7	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	34	

Тематическое планирование, 8 класс

№	Тема	Кол-во часов	Воспитательный компонент согласно РПВ
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4	- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам; - побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы
2	Прямой нападающий удар	8	
3	Совершенствование верхней прямой подачи	5	
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4	
5	Двусторонняя учебная игра	5	
6	Одиночное блокирование	4	
7	Страховка при блокировании	4	
8	Физическая подготовка в процессе занятия		

	Итого	34	
--	-------	----	--

Тематическое планирование, 9 класс

№	Тема	Кол-во часов	Воспитательный компонент согласно РПВ
1	Индивидуальные тактические действия в защите	7	<p>- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;</p> <p>- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы</p>
2	Закрепление техники верхней передачи	6	
3	Закрепление техники нижней передачи	6	
4	Верхняя прямая подача	4	
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3	
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	8	
7	Верхняя передача двумя руками в прыжке	10	
8	Прямой нападающий удар	5	
9	Верхняя, нижняя передача двумя руками назад	6	
10	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4	
11	Двусторонняя учебная игра	7	
12	Одиночное блокирование и страховка	4	
13	Командные тактические действия в нападении и защите	3	
14	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	68	

3.2. Учебно-методическое обеспечение

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://resh.edu.ru/subject/9/>

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Дата	
		План	Факт
1.	Совершенствование стоек игрока.		
2.	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком.		
3.	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: лицом вперёд.		
4.	Игры, развивающие физические способности.		
5.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).		
6.	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).		
7.	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).		
8.	Закрепление верхней передачи мяча у стены.		
9.	Эстафеты с различными способами перемещений.		
10.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.		
11.	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.		
12.	Верхняя прямая подача.		
13.	Закрепление верхней прямой подачи.		
14.	Двусторонняя учебная игра.		
15.	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости.		
16.	Развитие координационных способностей, выносливости, гибкости.		
17.	Прямой нападающий удар		
18.	Закрепление прямого нападающего удара		
19.	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.		
20.	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.		
21.	Эстафеты на совершенствование технических приёмов и тактических действий.		
22.	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.		
23.	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол		

24.	Игры, развивающие физические способности. Баскетбол		
25.	Закрепление одиночного блокирования.		
26.	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).		
27.	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).		
28.	Страховка при блокировании.		
29.	Закрепление страховки при блокировании.		
30.	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.		
31.	Разучивание групповых тактических действий в нападении.		
32.	Разучивание групповых тактических действий в защите.		
33.	Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.		
34.	Двусторонняя учебная игра.		

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Дата	
		План	Факт
1.	Стойки игрока.		
2.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		
3.	Игры, развивающие физические способности.		
4.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).		
5.	Сочетания способов перемещений (повороты, прыжки вверх).		
6.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.		
7.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).		
8.	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).		
9.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.		
10.	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.		
11.	Совершенствование верхней прямой подачи.		
12.	Двусторонняя учебная игра.		
13.	Развитие физических качеств.		
14.	Закрепление прямого нападающего удара.		
15.	Приём мяча снизу двумя руками.		

16.	Закрепление приём мяча снизу двумя руками.		
17.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		
18.	Приём мяча сверху двумя руками.		
19.	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.		
20.	Совершенствование приёма мяча, отражённого сеткой.		
21.	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»		
22.	Игры, развивающие физические способности. «Пионербол»		
23.	Совершенствование одиночного блокирования.		
24.	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).		
25.	Совершенствование страховки при блокировании.		
26.	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении.		
27.	Закрепление индивидуальных тактических действия в защите		
28.	Закрепление групповых тактических действий в нападении.		
29.	Закрепление групповых тактических действий в защите.		
30.	Разучивание командных тактических действий в нападении.		
31.	Разучивание командных тактических действий в защите.		
32.	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите		
33.	Судейство учебной игры в волейбол.		
34.	Двусторонняя учебная игра.		

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Тема занятия	Дата	
		План	Факт
1.	Закрепление стойки игрока (исходные положения).		
2.	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком.		
3.	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		
4.	Перемещение в стойке приставными шагами: лицом вперёд.		
5.	Двусторонняя учебная игра.		
6.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).		

7.	Сочетания способов перемещений (повороты).		
8.	Сочетания способов перемещений (прыжки вверх).		
9.	Эстафеты с различными способами перемещений.		
10.	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).		
11.	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).		
12.	Закрепление верхней передачи мяча у стены.		
13.	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол		
14.	Игры, развивающие физические способности. Пионербол		
15.	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.		
16.	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.		
17.	Нижняя прямая подача.		
18.	Закрепление нижней прямой подачи.		
19.	Двусторонняя учебная игра.		
20.	Разучивание верхней прямой подачи.		
21.	Закрепление верхней прямой подачи.		
22.	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей,		
23.	Развитие координационных способностей		
24.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.		
25.	Приём мяча снизу двумя руками.		
26.	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).		
27.	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.		
28.	Приём мяча сверху двумя руками.		
29.	Закрепление приёма мяча сверху двумя руками.		
30.	Разучивание одиночного блокирования.		
31.	Разучивание страховки при блокировании.		
32.	Закрепление страховки при блокировании		
33.	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.		
34.	Двусторонняя учебная игра.		
35.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		
36.	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»		
37.	Игры, развивающие физические способности. «Вызов»		
38.	Игры, развивающие физические способности.		

	«Стрелки»		
39.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).		
40.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.		
41.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).		
42.	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).		
43.	Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.		
44.	Совершенствование передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.		
45.	Передача снизу двумя руками над собой.		
46.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.		
47.	Передача снизу двумя руками в парах.		
48.	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.		
49.	Совершенствование верхней прямой подачи.		
50.	Разучивание подачи в прыжке.		
51.	Совершенствование подачи в прыжке.		
52.	Развитие физических качеств: игра «Пионербол»		
53.	Закрепление прямого нападающего удара.		
54.	Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево).		
55.	Совершенствование нападающего удара с переводом вправо (влево).		
56.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.		
57.	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.		
58.	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.		
59.	Игры, развивающие физические способности: «Мини волейбол»		
60.	Совершенствование одиночного блокирования.		
61.	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).		
62.	Совершенствование страховки при блокировании.		
63.	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.		
64.	Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.		
65.	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.		

66.	Судейство учебной игры в волейбол.		
67.	Двусторонняя учебная игра.		
68.	Двусторонняя учебная игра.		