

РАССМОТРЕНА

на заседании МО
учителей физической культуры и
ОБЖ

Протокол № 1 от 25.08.2020 г.

ПРИНЯТА

на заседании
Педагогического Совета
Учреждения

Протокол № 15 от 31.08.2020 г.

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Спортивные игры»

5 - 9 класс

Уровень образования: основное общее образование

Срок реализации: 5 лет

г. о. Тольятти 2020

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

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. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер.

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- активно включаться в 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;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации

Регулятивные:

- бережно обращаться с инвентарём, соблюдать требования техники безопасности к месту проведения
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы
- уметь через диалог разрешать конфликты
- самостоятельно оценивать свои физические возможности.

Познавательные:

- умение контролировать скорость, ускоряться
- осваивать двигательные действия, составляющие содержание лёгкой атлетики
- проявлять быстроту и ловкость во время спортивных и подвижных игр.

Коммуникативные:

- уметь сотрудничать при выполнении совместных упражнений.
- проявлять упорство и выносливость
- уметь контролировать эмоции во время занятий лёгкой атлетикой
- уметь оказать помощь и эмоциональную поддержку однокласснику
- характеризовать поступки, действия, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Программа «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности.

Содержание программы сгруппировано по блокам и разделам:

1) Валеологический блок:

- Техника безопасности.
- Правила ЗОЖ

2) Обучающий блок:

Теоретические сведения.

- О.Ф.П.
- С.Ф.П.
- Техническая подготовка
- Тактическая подготовка
- Интегральная подготовка

Процесс занятий можно разделить на поддержание здоровья (беседы о здоровом образе жизни, закаливание), *тренировки* (закрепление и совершенствование полученных знаний, умений и навыков по технике и тактике игры в волейбол (пионербол), развитие физических, моральных и волевых качеств) и соревнования по волейболу (пионерболу).

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий по общепринятой методике. Педагог при необходимости рекомендует выполнение технических (тактических) заданий индивидуально или группой, занимающимся даются рекомендации и задания для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Реализация основных принципов обучения и тренировки волейболистов.

- Обучение и тренировка, как специально организованный процесс, строится в соответствии с *дидактическими принципами*, т.е. принципами, отражающими общие закономерности процесса обучения.
- К основным принципам обучения и тренировки относятся принцип воспитывающего обучения, принцип сознательности и активности, принцип наглядности, принцип систематичности, принцип доступности, принцип прочности. Все эти принципы тесно взаимосвязаны.

Методы обучения и тренировки

В учебных занятиях применяются все методы в комплексе, хотя иногда в зависимости от задач и конкретных условий тем или иным методам отдается предпочтение.

- *Применяемые методы:*

Словесные методы: объяснение, указание, убеждение, замечание, беседа, поощрение и т.д.

Наглядные методы: показ упражнений, просмотр игр на дисках, слайдах и т.д.

Практические методы: метод упражнений и его варианты, метод многократного повторения упражнения, переменный, интегральный, игровой и соревновательный методы.

Прогнозируемые результаты реализации программы

Обучающиеся должны знать (иметь представления):

- О терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах закаливающих процедур, профилактики и поддержания достойного внешнего вида;
- О причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения;
- Излагать правила и условия проведения спортивной игры волейбол (пионербол);

Уметь:

- Уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий;

- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх;
- Моделировать технические действия в игровой деятельности;
- Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
- Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения спортивных игр.
- Расширить собственный опыт (участия в соревнованиях по волейболу, пионерболу).

Содержание программы

№п/п	Содержание
1	Теория
2	Специальная подготовка техническая
3	Специальная подготовка тактическая
4	ОФП
5	Соревнования

Блок «Валеологический »

Теория.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

- История возникновения волейбола (пионербола).
- Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол (пионербол).
- Личная гигиена.
- Режим питания спортсмена.
- Вред курения.
- Общий режим дня и его значение для юного спортсмена.
- Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.
- Врачебный контроль и самоконтроль за состоянием здоровья спортсмена. Причины травм при занятиях по волейболу и их предупреждение.
- Оказание первой медицинской помощи.
- Психологическая подготовка к игре.

Блок «Обучающий »

Тема «Тактическая подготовка »

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

Практика

- Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.
- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействие игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3.
- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

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

Тема «*Техника игры*» **СФП** - Специальные физические упражнения (для определённого вида спорта)

Практика:

- Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока(исходные положения).
- Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.
- Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками;
- передача мяча, подвешенного на шнуре;
- с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера;
- в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах;
- отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее;
- с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления.
- Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами).
- Передачи мяча после перемещения из зоны в зону.
- Прием мяча на задней линии.
- Передача двумя руками сверху на месте.
- Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.
- Прием мяча снизу двумя руками над собой.
- Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку.
- Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах.
- Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.
- Прием мяча снизу в группе.
- Технические действия при подаче.
- Взаимодействие игроков первой линии.
- Взаимодействие игроков второй линии.
- Тактические действия при выполнении второй передачи, после приёма мяча с подачи.
- Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая.
- Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу).
- Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача на расстоянии 3-6 м от сетки.
- Прием мяча, отраженного сеткой.

Тема «*Соревнования*»

Практика

Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Тема **ОФП** – Общая физическая подготовка (на каждом занятии) **В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей**

культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

- Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.
- Гимнастические упражнения.
- Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого .
- Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.
- Упражнения со скакалками.
- Чередование упражнений руками, ногами – различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.
- Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки : с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.

Тема **ОРУ** – Общие развивающие упражнения (на каждом занятии)

- В 5 обучение волейболу проводится на подводящей (упрощенной) к ней игре пионербол
- В 6 классе обучение проводится по упрощенным правилам мини-волейбол
- В 7-9 классе обучение проводится по упрощенным правилам волейбола

Система, формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки

- Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства.
- Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс.

№	Тема	Кол-во часов
	Блок «Валеологический»	6
1.	История возникновения пионербол. Правила игры в пионербол.	2
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	2
3.	Психологическая подготовка к игре.	2
	Блок «Обучающий». Тема «Тактическая подготовка»	14
4.	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	2
5.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	4
6.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	4
7.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	4
	Блок «Обучающий». Тема «Техника игры»	40
8.	Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходные положения)	4
9.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	4
10.	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками.	4
11.	Овладение техникой передачи мяча, подвешенного на шнуре.	2
12.	Овладение техникой передачи мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера	4
13.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	2
14.	Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее	4
15.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	2
16.	Передача двумя руками сверху на месте	2
17.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	2
18.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	2
19.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	2
20.	Технические действия при подаче	2
21.	Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача на расстоянии 3-6 м от сетки	2
22.	Прием мяча, отраженного сеткой	2
	Блок «Обучающий». Тема «Соревнования»	8
23.	Организация и проведение соревнований	6
24.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		68

6 класс

№	Тема	Кол-во часов
	Блок «Валеологический».	6
1.	История возникновения волейбола. Правила игры в мини-волейбол.	2
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	2
3.	Психологическая подготовка к игре.	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Тактическая подготовка»	18
4.	Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	2
5.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	4
6.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	6
7.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	6
	Блок «Обучающий ». Тема «Техника игры»	40
8.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	4
9.	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками.	2
10.	Овладение техникой передачи мяча, подвешенного на шнуре.	2
11.	Овладение техникой передачи мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера	2
12.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	2
13.	Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее	2
14.	Отбивание мяча кулаком через сетку с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления	2
15.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	2
16.	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону	2
17.	Прием мяча на задней линии	2
18.	Передача двумя руками сверху на месте	2
19.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	2
20.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	2
21.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	2
22.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	2
23.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках	2
24.	Технические действия при подаче	2
25.	Овладение техникой подачи. Нижняя прямая подача на расстоянии 3-6 м от сетки	2
26.	Прием мяча, отраженного сеткой	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Соревнования»	4
27.	Организация и проведение соревнований	2
28.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		68

7 класс

№	Тема	Кол-во часов
	Блок «Валеологический».	4
1.	История возникновения волейбола. Правила игры в волейбол.	2
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Тактическая подготовка»	14
3.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	2
4.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	6
5.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	6
	Блок «Обучающий ». Тема «Техника игры»	46
6.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	2
7.	Овладение техникой приема и передач мяча сверху двумя руками.	2
8.	Овладение техникой передачи мяча с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера	2
9.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	2
10.	Отбивание мяча ладонью через сетку с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления	4
11.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	2
12.	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону	2
13.	Прием мяча на задней линии	2
14.	Передача двумя руками сверху на месте	2
15.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	2
16.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	2
17.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	2
18.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	2
19.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках	2
20.	Прием мяча снизу в группе	2
21.	Технические действия при подаче	2
22.	Взаимодействие игроков первой линии	2
23.	Взаимодействие игроков второй линии	2
24.	Тактические действия при выполнении второй передачи, после приема мяча с подачи	2
25.	Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; через сетку; подача в стенку, через сетку с расстояния 9 м	2
26.	Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места)	2
27.	Прием мяча, отраженного сеткой	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Соревнования»	4
28.	Организация и проведение соревнований	2
29.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		68

8 класс

№	Тема	Кол-во часов
	Блок «Валеологический».	4
1.	Развитие волейбола. Правила игры в волейбол.	2
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Тактическая подготовка»	14
3.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	2
4.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	6
5.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	6
	Блок «Обучающий ». Тема «Техника игры»	48
6.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	2
7.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	2
8.	Отбивание мяча ладонью через сетку с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления	4
9.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	2
10.	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону	2
11.	Прием мяча на задней линии	2
12.	Передача двумя руками сверху на месте	2
13.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	2
14.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	2
15.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	2
16.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	2
17.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках	2
18.	Прием мяча снизу в группе	2
19.	Технические действия при подаче	2
20.	Взаимодействие игроков первой линии	2
21.	Взаимодействие игроков второй линии	4
22.	Тактические действия при выполнении второй передачи, после приема мяча с подачи	2
23.	Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая	4
24.	Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу)	2
25.	Прием мяча, отраженного сеткой	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Соревнования»	4
26.	Организация и проведение соревнований	2
27.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		68

9 класс

	Содержание курса (тема урока)	Кол- во часов
	Блок «Валеологический».	4
1.	Развитие волейбола. Правила игры в волейбол.	2
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Тактическая подготовка»	4
3.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	2
4.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	6
5.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	6
	Блок «Обучающий ». Тема «Техника игры»	44
6.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	2
7.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	2
8.	Отбивание мяча ладонью через сетку с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления	2
9.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	2
10.	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону	2
11.	Прием мяча на задней линии	2
12.	Передача двумя руками сверху на месте	2
13.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	2
14.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	2
15.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	2
16.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	2
17.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках	2
18.	Прием мяча снизу в группе	2
19.	Технические действия при подаче	2
20.	Взаимодействие игроков первой линии	2
21.	Взаимодействие игроков второй линии	2
22.	Тактические действия при выполнении второй передачи, после приема мяча с подачи	2
23.	Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая	4
24.	Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу)	4
25.	Прием мяча, отраженного сеткой	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Соревнования»	6
26.	Организация и проведение соревнований	4
27.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		68

9 класс

	Содержание курса (тема урока)	Кол- во часов
	Блок «Валеологический».	2
1.	Развитие волейбола. Правила игры в волейбол.	1
2.	Техника Безопасности. Правила ЗОЖ	1
	Блок «Обучающий ». Тема «Тактическая подготовка»	6
3.	Групповые действия. Взаимодействие игроков передней и задней линий	2
4.	Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.	2
5.	Тактика защиты. Выбор места при приеме нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.	2
	Блок «Обучающий ». Тема «Техника игры»	20
6.	Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Перемещения переставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Сочетание способов перемещений.	1
7.	Овладение техникой приема и передачи мяча в различных направлениях на месте после перемещения; передачи в парах	1
8.	Отбивание мяча ладонью через сетку с собственного подбрасывания; подброшенного партнером – с места и после приземления	1
9.	Прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча двумя руками сверху (на месте и в движении приставными шагами)	1
10.	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону	1
11.	Прием мяча на задней линии	1
12.	Передача двумя руками сверху на месте	1
13.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед	1
14.	Прием мяча снизу двумя руками над собой	1
15.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и через сетку	1
16.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	1
17.	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках	1
18.	Прием мяча снизу в группе	1
19.	Технические действия при подаче	1
20.	Взаимодействие игроков первой линии	1
21.	Взаимодействие игроков второй линии	1
22.	Тактические действия при выполнении второй передачи, после приема мяча с подачи	1
23.	Овладение техникой подачи: нижняя прямая подача; подача через сетку из-за лицевой линии; подача нижняя боковая	1
24.	Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу)	1
25.	Прием мяча, отраженного сеткой	1
	Блок «Обучающий ». Тема «Соревнования»	6
26.	Организация и проведение соревнований	4
27.	Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.	2
ИТОГО		34