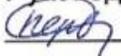


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31 г. Ишима»**

РАССМОТРЕНО  
На заседании ШМО  
Классных руководителей 5-11 классов  
Протокол №3  
От 30 августа 2023 года  
Руководитель ШМО  
 И. В. Первухина

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
 Н. А. Тяглова  
30 августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ №31 г. Ишима  
 В. Д. Олькин  
Приказ №333/4-од  
от 30 августа 2023 года



**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Волейбол»  
5-11 класс**

*Направление: внеурочная деятельность, направленная на  
удовлетворение интересов и потребностей, обучающихся в творческом и физическом развитии*  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
учитель физической культуры  
Д. П. Сапичев

2023- 2024 учебный год

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по спортивной секции «Волейбол» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе программы развития спортивно-оздоровительных способностей учащихся Г. А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова. Внеурочная деятельность учащихся «Волейбол».

Программа работы секции волейбола составлена на основе типовой программы и рекомендаций, разработанных специалистами в области физической культуры, нормативных документов Министерства образования РФ и адаптирована к конкретным условиям функционирования группы.

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года N ТВ 1290/03 "О направлении методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности";
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21;

Программа работы секции волейбола включает пояснительную записку, учебно-тематические планы работы на каждый год обучения и приложения. В пояснительной записке показано место волейбола в системе физического воспитания; определены цели и задачи работы секции; методы диагностики результатов учебно-тренировочного процесса. В приложении находятся варианты контрольных испытаний-тестов для отдельных возрастных групп, занимающихся и список рекомендуемой литературы.

Неотъемлемой частью физического развития и становления как личности в подростковом периоде является физическое воспитание школьников. Одним из средств физического воспитания являются спортивные игры. Одной из самых популярных спортивных игр, получивших широкое распространение, в том числе и в быту, является волейбол. Волейбол - один из наиболее увлекательных, массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, высоко прыгать. Мгновенно менять направление и скорость движения, обладать силою и ловкостью, и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательных 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 мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умение пользоваться приобретенными 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. Программа работы секции волейбола рассчитана на 1 год. Программа предназначена для подростков 14-18 лет, прошедших обучение в группах начальной подготовки. При наличии достаточного уровня подготовки и соответствующего возраста, подросток может подключиться к занятиям в учебно-тренировочных группах, минуя группы начальной подготовки. Секцию могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта. Количество учащихся в группах 10 – 15 человек. Продолжительность занятий – 4 часа в неделю. Форма занятий - групповая. Всего занятий в год – 68 часов.

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

### **Цель:**

Сформировать у учащихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Научить играть в волейбол на общем уровне.

### **Задачи:**

#### **образовательные**

- обучение техническим приёмам и правилам игры;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния.

#### **воспитательные**

- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

#### **развивающие**

- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;

Основными **задачами** программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу;

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности в соответствии с программой по разделам и темам.**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

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

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

### **Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. 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.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

**Наглядные методы:** применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

### **Практические методы:**

- 1 метод упражнений;
- 2 игровой;
- 3 соревновательный;
- 4 круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

1. в целом;
2. по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

### **Учебно-тематический план (34 часа).**

**Тематика занятий: Теория (1 час).** История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в мини-волейбол.

#### **Техническая подготовка (23 часа).**

*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 на сетку. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу в группе.

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

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

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

#### **Тактическая подготовка (10 часов)**

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

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

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

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

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

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

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

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

#### **Соревнования (4 часа)**

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

#### **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 (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

#### ***Контрольные испытания.***

##### ***общефизическая подготовка.***

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

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

##### ***Техническая подготовка.***

*Испытание на точность передачи.* Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

*Испытание на точность передачи через сетку.*

*Испытания на точность подач.*

*Испытания на точность нападающего удара.*

*Испытания в защитных действиях.*

##### ***Тактическая подготовка.***

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

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

### **3. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности**

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся должны знать:

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

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; и должны уметь:
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки; В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, учащиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Волейбол» учащиеся смогут узнать:
- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по волейболу;
- жесты волейбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; и смогут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по волейболу.

#### 4. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
		всего	контрольные работы	Практические/ лабораторные работы					
1	Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях.	1	0	0		Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях.	Устный опрос;	<a href="http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol">http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol</a>	Применение интерактивных форм работы с обучающимися
<b>Техническая подготовка – 23ч</b>									
2	Техника приема и передача мяча. Игра «пионербол»	1	0	1		Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT">https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3	Стойка игрока. Перемещение в сойке	1	0	1		Передача двумя руками сверх у на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

4	Верхняя передача мяча в парах с шагом.	1	0	1		Бег 30 м, многоскоки. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.o-volley.ru">http://www.o-volley.ru</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
5	Приём мяча двумя руками снизу	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.VolleyMos.ru">http://www.VolleyMos.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
6	Верхняя передача мяча в парах, тройках.	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте, в тройках. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
7	Нижняя прямая подача и нижний прием мяча.	1	0	1		Нижняя прямая подача и нижний прием мяча. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий	<a href="https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT">https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

							волейболиста		
8	Прямой нападающий удар. Учебная игра.	1	0	1		Прямой нападающий удар. Учебная игра. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT">https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
9	Позиционное нападение. Учебная игра	1	0	1		Позиционное нападение. Учебная игра Передача двумя руками сверху на месте.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.o-volley.ru">http://www.o-volley.ru</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
10	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	1	0	1		Комбинации из передвижений и остановок игрока. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
11	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	0	1		Учебная игра. Развитие координационных способностей Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и

							действий волейболис та		взаимодействию с другими обучающимися
12	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	0	1		Развитие координационных способностей Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективн ость и рациональн ость техничко- тактических действий волейболис та	<a href="http://www.VolleyMos.ru">http://www. VolleyMos.ru,</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
13	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	0	1		Учебная игра. Развитие координационных способностей Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективн ость и рациональн ость техничко- тактических действий волейболис та		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
14	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	0	1		Учебная игра. Развитие координационных способностей Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективн ость и рациональн ость техничко- тактических действий волейболис та	<a href="http://www.o-volley.ru">http://www.o-volley.ru</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
15	Учебная игра. Развитие координационных способностей	1	0	1		Учебная игра. Развитие координационных способностей. Перемещение в стойке. Передача двумя руками	Эффективн ость и рациональн ость техничко-		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и

						сверху на месте. Игра без подач.	тактических действий волейболиста		взаимодействию с другими обучающимися
16	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	1	0	1		Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
17	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.samvolley.ru">http://www.samvolley.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
18	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	1	0	1		Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
19	Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	1	0	1		Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	Эффективность и рациональность		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и

						Передача двумя руками сверху на месте.	технических действий волейболиста		взаимодействию с другими обучающимися
20	. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра.	1	0	1		Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Передача двумя руками сверху на месте.	Эффективность и рациональность технических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
21	Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	1	0	1		Передача двумя руками сверху на месте. Игра «Мяч через сетку» по основным правилам	Эффективность и рациональность технических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
22	Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству	1	0	1		Повторный инструктаж по технике безопасности Игра в волейбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра в волейбол.	Эффективность и рациональность технических действий волейболиста	<a href="http://www.samvolley.ru">http://www.samvolley.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
23	Повторный инструктаж по технике безопасности	1	0	1		Игра в волейбол по основным правилам с	Эффективность и	<a href="http://www.samvolley.ru">http://www.samvolley.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит

						привлечением учащихся к судейству	рациональность технико-тактических действий волейболиста		обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
<b>Тактическая подготовка (10 часов)</b>									
24	Двухсторонняя игра с элементами волейбола Комбинации из передвижений и остановок игрока.	1	0	1		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol">http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
25	Двухсторонняя игра с элементами волейбола Верхняя подача мяча	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
26	Двухсторонняя игра с элементами волейбола Верхняя подача мяча	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

27	Двухсторонняя игра с элементами волейбола Верхняя подача мяча	1	0	1		Нападающий удар Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
28	Нижняя подача мяча	1	0	1		Нападающий удар Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.samvolley.ru">http://www.samvolley.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
29	Нижняя подача мяча	1	0	1		Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.samvolley.ru">http://www.samvolley.ru</a> ,	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
30	Нижняя подача мяча	1	0	1		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий	<a href="http://www.fizkultura5.ru/volejbol/volejbol">http://www.fizkultura5.ru/volejbol/volejbol</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

							волейболиста		
31	Двухсторонняя игра с элементами волейбола	1	0	1		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.VolleyMos.ru">http://www. VolleyMos.ru,</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
32	Двухсторонняя игра с элементами волейбола	1	0	1		Разминка . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Игра без подач.	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста	<a href="http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol">http://www. fizkultura-na5.ru»volejbol/volejbol</a>	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
33-3	Соревнование. Итоговое занятие	2	0	2		Соревнование. Итоговое занятие	Эффективность и рациональность технико-тактических действий волейболиста		Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися