
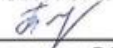


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31 г. Ишима»**

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 силой 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.

Общефизическая 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;	http://www.fizkultura-na5.ru/volejbol/volejbol	Применение интерактивных форм работы с обучающимися
Техническая подготовка – 23ч									
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	https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT	Применение групповой работы, которая учит обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3	Стойка игрока. Перемещение в стойке	1	0	1		Передача двумя руками сверху 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	http://www.o-volley.ru	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	http://www.VolleyMos.ru ,	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	https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT	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	https://youtu.be/Ne-H2_U3gm4?si=PomCmkqiWLI9cMGT	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	http://www.o-volley.ru	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 технических действий волейболис та	http://www. VolleyMos.ru,	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 технических 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 технических действий волейболис та	http://www.o-volley.ru »	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 технических		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	http://www.samvolley.ru ,	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	http://www.samvolley.ru ,	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	http://www.samvolley.ru ,	Применение групповой работы, которая учит

						привлечением учащихся к судейству	рациональность технико-тактических действий волейболиста		обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
Тактическая подготовка (10 часов)									
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	http://www. fizkul- tura- na5.ru»volejbol/volejbol	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	http://www.samvolley.ru ,	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	http://www.samvolley.ru ,	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	http://www.fizkultura5.ru/volejbol/volejbol	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	http://www. VolleyMos.ru,	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	http://www. fizkultura-na5.ru»volejbol/volejbol	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