

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ № 63 «АКАДЕМИЯ УСПЕХА»
(МБОУ «Гимназия №63 «Академия успеха»)**

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УВР

С.Э. Ларина

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ "Гимназия № 63 "Академия
успеха"

И.С. Дудина

Приказ № 01-81/1 от «31» августа 2023 г.

**ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
Подвижные игры**

Учебный год	2023-2024
Класс	5-8 класс
Количество часов в год	34
Количество часов в неделю	1

Разработчик программы:
учитель физической культуры Н.Ю.Сотникова

Курск 2023

Пояснительная записка

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

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

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5–8 классах.

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.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному 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.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 5–8 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 45 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся. Подобная

реализация программы внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Содержание курса внеурочной деятельности

Волейбол - один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению периферического зрения, ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

В предложенной программе выделяются пять разделов:

1. Основы знаний по волейболу.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная подготовка.
4. Техническая подготовка.
5. Примерные показатели двигательной подготовленности.

В разделе «основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта.

В разделе «общей физической подготовки» даны упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. *Общая физическая подготовка* способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества.

В разделе «специальной подготовки» представлен материал по волейболу способствующий обучению техническим и тактическим приемам.

В разделе «технической подготовки» учащиеся обучаются техническим элементам игры «волейбол».

В разделе «примерные показатели двигательной подготовленности» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности занимающихся:

Контрольные нормативы по технической подготовке с учетом возраста. Нормативы по физической подготовке.

Практическая часть более чем на 90% представлена практическими действиями -- физическими упражнениями.

Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом правил техники безопасности на занятиях, необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых технических элементов.

Содержание программы

Основы знаний (теоретическая часть):

Основы истории развития волейбола в России

Сведения о строении и функциях организма человека;

Правила игры в волейбол (пионербол);

Места занятий, инвентарь.

Общефизическая подготовка (практическая часть):

Строевые упражнения;

- Гимнастические упражнения;
- Легкоатлетические упражнения;
- Подвижные и спортивные игры.

Специальная физическая подготовка (практическая часть):

- Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий;
- Подвижные игры;
- Упражнения для развития прыгучести;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча;
- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча;

Техника нападения (практическая часть):

- Перемещения и стойки
- Действия с мячом. Передачи мяча;

Техника защиты:

- Действия без мяча: скачек вперед, остановка прыжком. сочетание способов перемещений и остановок.

Тактическая подготовка. Тактика нападения:

- Индивидуальные действия
- Командные действия

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия
- Командные действия

Контрольные игры и соревнования:

- теоретическая часть
- правила соревнований
- практическая часть
- соревнования по подвижным играм с элементами волейбола.
- учебно-тренировочные игры.

Планируемые результаты освоения обучающимися курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» «Волейбол»

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.

Календарно-тематическое планирование
(1 час в неделю)

5 класс

№	Тема	Количество часов	Основное содержание	Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР/ЭОР	Дата	
						План	Факт
1-2	Техника безопасности при игре в волейбол. Разучивание стойки игрока (исходные положения).	2	ТБ на уроках волейбола. Стойка игрока при подаче и передаче мяча	Узнают технику безопасности на занятиях волейбола. Разучивают стойки игрока при передаче и подаче мяча.	https://resh.edu.ru/		
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Перемещение в стойке игрока. Движение правым и левым боком	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
4-5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	2	Перемещение в стойке игрока приставными шагами по площадке.	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);	https://resh.edu.ru/		

				Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).			
6	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
7-9	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3	Перемещение волейболиста, остановки, нападающие прыжки	Разучивание перемещения, поворотов прыжков вверх	https://resh.edu.ru/		
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и	https://resh.edu.ru/		

				анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.			
11-12	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2	Передачи сверху двумя руками. Стойка волейболиста. Опорное положение	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https:// resh.edu.ru/		
13	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	1	Передача мяча от стены.	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https:// resh.edu.ru/		
14	Игры, развивающие физические способности.	1	Подвижные игры с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют	https:// resh.edu.ru/		

				своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.			
15	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	1	Стойка волейболиста, передача снизу двумя руками, передача снизу двумя руками над собой.	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
16-17	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	2	Работа в парах. Передача снизу двумя руками	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по	https://resh.edu.ru/		

				правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).			
18-19	Разучивание нижней прямой подачи.	2	Нижняя прямая подача. Постановка руки Постановка ног при подаче	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
20	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
21	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	ОФП с волейбольными мячами.	Выполняют нормативы, круговую тренировку с волейбольными мячами. Повторяют стойку игрока, передачу и подачу мяча	https://resh.edu.ru/		
22-24	Разучивание приёма мяча снизу	3	Прием мяча двумя руками	Закрепляют и совершенствуют тактику	https://		

	двумя руками.			нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	resh.edu.ru/		
25	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча; Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах)..Эстафеты	https://resh.edu.ru/		
26-28	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	3	Техника приема мяча снизу двумя руками	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по	https://resh.edu.ru/		

				правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).			
29	Игры, развивающие физические способности.	1	Подвижные игры	Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
30-32	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	3	Индивидуальные тактические действия каждого игрока	Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча; Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).	https://resh.edu.ru/		
33	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий	https://resh.edu.ru/		

				и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.			
34	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча; Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах)...Эстафеты	https://resh.edu.ru/		
Итого: 34 часа							

6 класс

№	Тема	Количество часов	Основное содержание	Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР/ЭОР	Дата	
						План	Факт
1-2	Закрепление стойки игрока (исходные положения).	2	Стойка игрока повторение.	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
3	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Стойка игрока с передвижениями в стороны.	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
4	Перемещение в стойке	1	Перемещение в стойке в стороны и	Рассматривают, обсуждают и	https://		

	приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.		вперед назад.	анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	resh.edu.ru/		
5	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра.	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https:// resh.edu.ru/		
6-7	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	2	Способы перемещения игроков на площадке	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы;	https:// resh.edu.ru/		

				Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).			
8	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
9-10	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2	Передача сверху двумя руками	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения;	https://resh.edu.ru/		

				Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).			
11	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1	Передача мяча у стены. Прием мяча сверху. Передача мяча сверху. Прием мяча в движении	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).	https://resh.edu.ru/		
12	Игры, развивающие физические способности.	1	Подвижные игры	Знакомятся понятием «физическая подготовка», рассматривают его содержание, наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки;	https://resh.edu.ru/		
13	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.	1	Прием мяча двумя руками снизу с места и в движении.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и	https://resh.edu.ru/		

				передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении; Определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении; Определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах)			
14	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1	Работа в парах. Прием и передача мяча на месте и движении	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении; Определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении; Определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении	https://resh.edu.ru/		

				приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах)			
15-16	Закрепление нижней прямой подачи.	2	Приём и передача, в положении стоя на месте и в движении. Приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).	https://resh.edu.ru/		
17	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра. Совершенствование навыков игры	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
18-21	Разучивание верхней прямой	3	Верхняя прямая подача. Техника	Приём и передача волейбольного мяча	https://		

	подачи.		выполнения прямой подачи.	двумя руками сверху. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).	resh.edu.ru/		
22	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	Круговая тренировка.	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности	https://resh.edu.ru/		
23-24	Закрепление приёма мяча снизу двумя руками.	2	Прием мяча двумя руками снизу	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу. Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и	https://resh.edu.ru/		

				передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении; Определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении; Определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы; Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах); Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах)			
25-26	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	2	Прямой нападающий удар. Техника выполнения прямого нападающего удара	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
27	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику	https://resh.edu.ru/		

				стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности			
28	Закрепление приём мяча сверху двумя руками.	1	Техника приема мяча сверху двумя руками	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
29-30	Разучивание одиночного блокирования.	2	Блокирование мяча с нападения.	Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча; Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).	https://resh.edu.ru/		

31-32	Разучивание страховки при блокировании.	2	Страхование при блокировании нападающего мяча.	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
33-34	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.	2	Индивидуальные тактические действия. Учебная игра.	Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча; Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).	https://resh.edu.ru/		
Итого 34 часа							

7 класс

№	Тема	Количество часов	Основное содержание	Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР/ЭОР	Дата	
						План	Факт
1	Совершенствование стоек игрока.	1	Перемещение игрока по игровой площадке в стороны вперед, назад. Стойка игрока на месте	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
2	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Перемещение игрока по игровой площадке в стороны вперед, назад	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.	https://resh.edu.ru/		

				Соблюдают технику безопасности.		
3	Игры, развивающие физические способности.	1	Подвижные игры	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/	
4	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	Перемещение игрока по игровой площадке в стороны вперед, назад	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/	
5-6	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2	Закрепление опорного положения и техники передачи мяча сверху вперед-вверх	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и	https://resh.edu.ru/	

				особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).			
7	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1	Передача мяча у стены. Совершенствование техники передачи мяча снизу	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).	https://resh.edu.ru/		
8	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Эстафеты с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;	https://resh.edu.ru/		

				Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.			
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	Передача мяча над собой снизу двумя руками	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
10	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1	Передача мяча снизу двумя руками работа в парах	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий	https://resh.edu.ru/		

				(обучение в командах).			
11-13	Закрепление верхней прямой подачи.	3	Верхняя прямая подача. Техника правильного выполнения	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).	https://resh.edu.ru/		
14	Двусторонняя учебная игра.	1	Учебная игра. Совершенствование техники игры	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
15	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	Круговая тренировка. Упражнения на выносливость	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	https://resh.edu.ru/		

				Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.			
16-17	Закрепление прямого нападающего удара.	2	Прямой нападающий удар. Закрепление удара	Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты; Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры; Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		
18-19	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.	2	Прием мяча снизу двумя руками совершенствование техники	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации;	https://resh.edu.ru/		

				Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).			
20	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Эстафеты с элементами волейбола на закрепление материала	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
21-22	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.	2	Прием мяча снизу и сверху двумя руками, работа в парах	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы; Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах); Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).	https://resh.edu.ru/		

23	Игры, развивающие физические способности.	1	Подвижные игры с элементами волейбола	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
24-25	Закрепление одиночного блокирования.	2	Одиночное блокирование мяча. Страховка при блокировании	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).	https://resh.edu.ru/		
26-27	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	2	Групповое блокирование мяча	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы;	https://resh.edu.ru/		

				Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).			
28-29	Закрепление страховки при блокировании.	2	Страховка про блокировании нападающего мяча	Знакомство с основными правилами игры Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока; Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки; Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами; Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
30-31	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	2	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы; Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации;	https://resh.edu.ru/		

[illegible]

8 класс

№	Тема	Количество часов	Основное содержание	Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР/ЭОР	Дата	
						План	Факт
1	Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку	1	ТБ на уроках волейбола	знать и применять правила поведения на занятиях волейболом. разучивать повороты и разновидности ходьбы участвовать в подвижной игре; соблюдать правила игры .	https://resh.edu.ru/		
2	Повороты, стойка волейболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры.	1	Техника стойки и поворотов игрока в волейболе. СБУ	характеризовать показатели физического развития . разучивать основную стойку волейболиста участвовать в подвижной игре, соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
3	Волейбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая)	1	Техника и виды стойки волейболиста	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
4	Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.)	1	Перемещения впроед назад и в стороны	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику верхней передачи. моделировать комплекс упражнений на развитие координации	https://resh.edu.ru/		
5	Разновидность прыжков. эстафеты с элементами волейбола.	1	Эстафеты с элементами волейбола	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать комплекс прыжковых упражнений. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	https://resh.edu.ru/		
6	Специально прыжковые упражнения, передачи в парах	1	Передача мяча в парах. Верхний и нижний прием мяча	следовать при выполнении инструкциям учителя.	https://resh.edu.ru/		

				выявлять ошибки при метаниях соблюдать правила игры.			
7	Медленный бег, разновидность бега.Верхняя передача мяча.	1	Верхняя передача и подача мяча СБУ	следовать при выполнении инструкциям учителя. описывать технику верхней передачи мяча соблюдать правила игры и технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
8	Упражнения на осанку, передача в парах .	1	Упражнения на осанку с мячом. Передача мяча в парах	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать комплекс прыжковых упражнений. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	https://resh.edu.ru/		
9	Специально прыжковые упражнения.Пас предплечьями в движении	1	СПУ. Передача мяча в игре	следовать при выполнении инструкциям учителя. выявлять ошибки при метаниях соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
10	Медленный бег, разновидность бега.Верхняя передача мяча.	1	СБУ. Передача мяча, верхняя нижняя	следовать при выполнении инструкциям учителя. – описывать технику верхней передачи мяча соблюдать правила игры и технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
11	Упражнения на осанку, передача в парах .	1	Упражнения на осанку с мячом в парах. Передача мяча в парах	следовать при выполнении инструкциям учителя. применять навыки, полученные на уроках. соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
12	Элементы гимнастики, акробатические элементы	1	Акробатические упражнения	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. моделировать комплекс упражнений на развитие координации	https://resh.edu.ru/		
13	Упражнения с предметами; со скакалками и мячами.	1	ОРУ со скакалками и мячами. Комплекс упражнений на осанку	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. моделировать комплекс упражнений на развитие	https://resh.edu.ru/		

				координации			
14	Гимнастические упражнения, подвижные игры	1	Подвижные игры с элементами волейбола	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. соблюдать правила игры	https://resh.edu.ru/		
15	Элементы волейбола верхняя, нижняя передача, нижняя подача мяча.	1	Нижняя и верхняя передача и подача мяча	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику нижней передачи. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	https://resh.edu.ru/		
16	Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры	1	СБУ. Подвижные игры	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину с разбега. соблюдать правила игры	https://resh.edu.ru/		
17	Прыжок с двух ног с места, Элементы спортивных игр, подвижные игры	1	Нападающий прыжок. Подвижные игры с элементами волейбола	следовать при выполнении инструкциям учителя. закреплять технику прыжка в длину с разбега. соблюдать правила игры	https://resh.edu.ru/		
18	Медленный бег, разновидность бега. Эстафеты с элементами гимнастики и волейбола	1	Эстафеты с элементами волейбола и гимнастики СБУ, СПУ	следовать при выполнении инструкциям учителя. закреплять технику прыжка в длину с разбега. соблюдать правила игры	https://resh.edu.ru/		
19	Разновидность прыжков. ОРУ. Подвижные игры	1	Подвижные игры с элементами волейбола	следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику мягкого приземления. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	https://resh.edu.ru/		
20	Метания. Игра в волейбол	1	Метание мяча 200гр на дальность одной рукой СБУ, СПУ	принимать и сохранять учебную задачу. осваивать технику метания. соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	https://resh.edu.ru/		
21	Нижняя передача мяча.	1	Нижняя передача мяча в прах	следовать при выполнении инструкциям учителя.	https://resh.edu.ru/		

				выявлять ошибки в технике нижней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
22	Разновидность прыжков. Специально прыжковые упражнения, волейбол	1	Учебная игра, СПУ, СБУ	принимать и сохранять учебную задачу. осваивать эстафеты с элементами волейбола соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
23	Упражнения на осанку. Эстафеты с элементами волейбола	1	Комплекс упражнений на осанку. Эстафеты	участвовать в беседе о показателях физических качеств. осваивать умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. взаимодействия со сверстниками	https://resh.edu.ru/		
24	Повороты, тактические действия	1	Стайка игрока. Технические и тактические действия волейболиста	следовать при выполнении инструкциям учителя. уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. соблюдать правила игры и технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
25	Стойка волейболиста, Волейбол	1	Стойка игрока. Учебная игра.	участвовать в беседе о технике безопасности. излагать правила и условия проведения игры соблюдать правила игры.	https://resh.edu.ru/		
26	Верхняя передача мяча. Прием мяча от сетки	1	Прием мяча от сетки, нижняя передача мяча, связки приема мяча от сетки и передачи мяча	следовать при выполнении инструкциям учителя. уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. соблюдать правила игры и технику безопасности.	https://resh.edu.ru/		
27	Эстафеты с элементами волейбола.	1	Эстафеты. СБУ, СПУ	следовать при выполнении инструкциям учителя. моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. соблюдать правила эстафет.	https://resh.edu.ru/		
28	Специально прыжковые	1	СПУ работа в тройках передачи	принимать и сохранять учебную	https://resh.edu.ru/		

