МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Средняя школа №158 «Грани»
(МАОУ СШ №158 «Грани»)
Юридический адрес: Россия, 660012, г. Красноярск, улица Складская зд. 32
Фактический адрес: Россия, 660012, г. Красноярск, улица Складская зд. 32
тел./факс: +7(391) 217-87-97, E-mail: sch158@mailkrsk.ru, официальный сайт: http://school158.best
ОКПО 47698628, ОГРН 1202400026234, ИНН/КПП 2464153963/246401001

Принято на заседании экспертно-методического совета
протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СШ №158«Грани»
_____А.А. Лазутин
30.08.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Волейбол

Тематическая направленность	Физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся	9-10 лет
Срок реализации	1 год

Автор-составитель:
Ярыгина Татьяна Ивановна,
педагог дополнительного образования

г. Красноярск, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Волейбол» спортивно-оздоровительной направленности составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования ФГОС НОО (приказ МОиН РФ от 06.10.2009 № 373 (с изменениями и дополнениями - приказ МОиН РФ от 29.12.2014 № 1644, приказ МОиН РФ от 31.12.2015 №1576);
- Примерной ООП НОО (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15, в редакции протокола № 3/15 от 28.10.15));
- Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, образования, утвержденный приказом министерства образования и науки российской федерации от 31 марта 2014 г. № 253 (в редакции приказа Минобрнауки РФ от 05.07. 2017 г. № 629);
- авторской программы дополнительного образования «Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации. Программа по волейболу» А.И. Каинова, Волгоград, Учитель., **авторской** программы «Физическая культура. Рабочие программы. предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И Ляха 1-4 классы» В. И. Ляха, М.: Просвещение.

Рабочая программа дополнительного образования «Волейбол" составлена в соответствии с Положением о рабочей программе МАОУ СШ № 158 «Грани»

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры волейбол.

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 обучающихся к соревнованиям по волейболу;

В соответствии с производственным календарём, календарным учебным графиком и расписанием МАОУ СШ № 158 «Грани» на 2023-2024 учебный год рабочая программа составлена на 153 часа.

Особенностями рабочей программы дополнительного образования являются: изучение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Занятия по ней позволяют объединять мальчиков и девочек в одну группу. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях

сориентирует обучающихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

При организации образовательной, воспитательной и оздоровительной деятельности в рамках данной рабочей программы предполагается использование следующих методов, педагогических технологий: словесные методы, наглядные методы, практические методы (метод упражнений, игровой, соревновательный, круговая тренировка), здоровьесберегающая и игровая технологии.

Рабочей программой предусмотрено проведение занятий по сдаче контрольных нормативов ОФП и технико-тактической подготовке два раза в год (декабрь, июнь). (Приложение1)

Диагностика по общефизической, технической и тактической подготовке обучающихся ведётся лично педагогом, с помощью таблиц: «Показатели общефизической подготовленности» и «Оценка технической и тактической подготовленности». (Приложение 2).

Направленность (профиль) программы

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных волейболистов. При разработке программы были использованы опыт обучения и тренировки юных волейболистов, результаты научных исследований по вопросам медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики и физиологии, гигиены и психологии.

Актуальность программы

Игра в волейбол является одним из самых демократичных и массовых видов спорта. В волейбол могут играть как дети младших возрастов, так и люди довольно зрелого возраста. Как мужчины, так и женщины. Для этой игры не требуется дорогостоящего инвентаря, достаточно иметь мяч, сетку и небольшую площадку. Играть можно на небольшой площадке, так и вне. Например, в кругу, на отдыхе. Как вшестером, командой, так и в паре, тройке и т.д. Из-за зрелищности спортивных соревнований, эмоциональности и доступности практически людям всех возрастов, игра привлекает всё больше и больше поклонников. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта. Это же и подчёркивает оздоровительный характер. Эту игру любят и играют в неё миллионы людей.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности волейболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий.

Программа организована согласно содержанию и соответствует «ознакомительному», уровню сложности.

Адресат программы

Данная программа предназначена для обучающихся возраста 9-10 лет. Зачисление в группы программы «Волейбол» реализуется через автоматизированную интеграционную систему Навигатор дополнительного образования.

Объем программы

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию программы «Волейбол» составляет:

- Количество часов в неделю – 2 раза в неделю по 2 и 2,5 часа.
- Общее количество часов за год – 153

Форма обучения: очная

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

Обязательна справка от врача с допуском к занятиям физкультурно-спортивной направленности.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

-умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

-умение оказывать помощь своим сверстникам;

-способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

Метапредметные результаты:

-определять наиболее эффективные способы достижения результата;

-умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

-умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные результаты:

-формирование знаний о спортивной игре -волейболе и его роли в укреплении здоровья;

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать, как можно более высокие результаты на соревнованиях;

- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;

- способность осуществлять судейство соревнований по волейболу (пионерболу), владеть информационными жестами судьи;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований;

- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и физическими упражнениями.

Содержание программы

Теория. История возникновения волейбола. Развитие волейбола. Правила игры в волейбол. Жесты судей.

Техническая подготовка. Овладение техникой передвижений и стоек. Овладение техникой приема и передачи мяча сверху двумя руками. Овладение техникой подачи. Нападающие удары.

Тактическая подготовка. Индивидуальные действия игрока. Групповые действия игроков. Командные действия. Тактика защиты.

Общефизическая подготовка. Упражнения для развития физических способностей: силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости. Гимнастические упражнения. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры.

Соревнования. Принять участие в одних соревнованиях. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Календарно-тематический план

№	Тема урока/ Тип урока/	Элементы содержания	Планируемые результаты обучения	Виды деятельности обучающихся/ Вид контроля.
1	**2**	**4**	**5**	**6**
			Теория 1 час	
1	Инструктаж по технике безопасности. Изучение нового материала	Техника безопасности. Понятие об обучении и тренировке в волейболе.	*Предметные*: знать об истории возникновения и развития волейбола. Правила безопасности на занятиях волейболом. *Метапредметные:* участвовать в диалоге; слушать и понимать других (К), владеть специальной терминологией (П), формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения (Р). *Личностные:* формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	Работа с инструкциями по технике безопасности Текущий
			Техническая подготовка 51 час	
2-5	Стойка игрока. Перемещение в стойке Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* уметь выполнять стойки игрока; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.), выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
6-9	Передача двумя руками сверху на месте Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления (Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

10-13	Передача двумя руками сверху на месте Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления (Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
14-17	Передача двумя руками сверху после передачи вперед. Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления (Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
18-22	Передача двумя руками сверху после передачи вперед. Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

23-26	Прием мяча снизу двумя руками над собой Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
27-30	Прием мяча снизу двумя руками над собой Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку Подвижные игры с элементами волейбола.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
31-35	Прием мяча снизу двумя руками на сетку. Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
36-40	Прием мяча снизу двумя руками на сетку Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Верхняя прямая подача. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

41-44	Верхняя прямая подача Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку Нижняя прямая подача с 3-6 метров. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
45-48	Нижняя прямая подача с 3-6 метров Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку Нижняя прямая подача с 3-6 метров. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
49-52	Нижняя прямая подача с 3-6 метров Совершенствования	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку Нижняя прямая подача с 3-6 метров. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт в игровой и соревновательной деятельности. (П), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
Теория 1 час				

53	Правила игры в волейбол Повторение изученного материала	Правил игры в волейбол	*Предметные*: знать правила игры в волейбол и пионербол, знать информационные жесты судьи. *Метапредметные:* уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами занятия, владеть специальной терминологией. (К) *Личностные:* формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	Беседа, рассказ Текущий
ОФП 5 часов				
54	Развитие двигательных качеств Изучение нового материала	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий
55	Развитие двигательных качеств Совершенствования	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий
56	Развитие двигательных качеств Совершенствования	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий

57-58	Развитие двигательных качеств Совершенствования	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий
Техническая подготовка 20 часов				
59-62	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах Изучение нового материала	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
62-65	Нападающий удар при встречных передачах Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.(Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

66-69	Нижняя прямая подача Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.(Р) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
70-74	Прием мяча после подачи. Изучение нового материала	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
75-78	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках Совершенствования	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* использовать двигательный опыт использовать в игровой и соревновательной деятельности.(П) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
Соревнования 4 часа				

79-80	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Текущий
81-82	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Текущий
ОФП 6 часов				
83-84	Развитие двигательных качеств Изучение нового материала	Многоскоки, прыжки. ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами	*Предметные:* уметь выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения по общефизической подготовке, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. (Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической упражнения Текущий
85-86	ОРУ с набивными мячами Изучение нового материала	Многоскоки, прыжки. ОРУ без предметов. ОРУ с набивными мячами	*Предметные:* уметь выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения по общефизической подготовке, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. (Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической упражнения Текущий

87-88	ОРУ с набивными мячами Совершенствования	Многоскоки, прыжки. ОРУ без предметов. ОРУ со скакалками и резиновыми эспандерами.	*Предметные:* уметь выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения по общефизической подготовке, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.(Р) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической упражнения Текущий
Тактическая подготовка 10 часов				
89-90	Действия в защите и в нападении. Изучение нового материала	Действия в защите и в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
91-92	Тактика свободного нападения Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

93-94	Игра в нападении через зону 3. Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
95-96	Выбор места для выполнения подачи Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
97-98	Выбор места для второй передачи и в зоне 3. Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
ОФП 4 часа				

99-102	Контрольные испытания по физической подготовке Учетный	Контрольные испытания по физической подготовке Челночный бег 6х5 м., прыжок в длину с места, метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками	*Предметные:* уметь выполнять контрольные испытания по общефизической подготовке. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.(Р) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Выполнение контрольных нормативов
Техническая подготовка 5 часов				
103-107	Контрольные испытания по технико-тактической подготовке Учетный	Контрольные испытания по технико-тактической подготовке. Испытание на точность передачи. Испытание на точность передачи через сетку. Испытание на точность подач. Испытание на точность нападающего удара. Действия при приеме мяча в поле	*Предметные:* уметь выполнять контрольные испытания по технической подготовке подготовке. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.(Р) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Выполнение контрольных нормативов
Соревнования 10 часов				
108--113	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий

114-117	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий
Техническая подготовка 7 часов				
118	Подача нижняя боковая Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
119	Подача нижняя боковая Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

120-122	Передачи мяча над собой Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Подача нижняя боковая. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
123-124	Передачи мяча над собой Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Подача нижняя боковая. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
Тактическая подготовка 5 часов				
125	Действия в защите и нападении. Изучение нового материала	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Взаимодействие игроков зон 6 с игроком зоны 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

126	Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3. Совершенствования	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
127	Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3. Совершенствования	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата (Р) использовать двигательный опыт в игровой деятельности. (П). *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
128	Тактика свободного нападения. Изучение нового материала	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Взаимодействие игроков зоны 5 с игроком зоны 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
129	Взаимодействие игроков зоны 5 с игроком зоны 3. Совершенствования	Действия в защите и нападении. Тактика свободного нападения. Игра в нападении через зону 3. Взаимодействие игроков зоны 5 с игроком зоны 3.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

Соревнования 2 часа				
130	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий
131	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий
Теория 1 час				
132	Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Изучение нового материала	Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований.	*Предметные*: знать правила игры в волейбол и пионербол, основные ошибки, знать информационные жесты судьи. *Метапредметные:* уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами занятия, (К), владеть специальной терминологией, отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы (П) *Личностные:* формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	Беседа, рассказ Текущий
Техническая подготовка 5 часов				

133	Передача мяча сверху двумя руками Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревноваательной деятельности. (Р) *Личностные:* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
134	Прием и передача снизу двумя руками. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Прием и передача снизу двумя руками. Верхняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
135	Прием и передача снизу двумя руками. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Прием и передача снизу двумя руками. Верхняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.(К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

136	Верхняя прямая подача Совершенствования	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача, прием мяча отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* технически правильно выполнять двигательные упражнения, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.(Р), совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им (К) *Личностные:* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
137	Прием мяча после подачи Совершенствования	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача. Прием мяча после подачи. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления (Р) совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им (К) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
ОФП 2 часа				
138	Развитие двигательных качеств Совершенствования	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* уметь выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения по общефизической подготовке, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. (Р), совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им (К) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий

139	Развитие двигательных качеств Совершенствования	Многоскоки, прыжки, челночный бег, бег 30 метров. Подвижные игры	*Предметные:* уметь выполнять общеразвивающие упражнения и упражнения по общефизической подготовке, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. (Р), совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им (К) *Личностные:* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Упражнения по общефизической подготовке, прыжковые упражнения Работа в группах. Текущий
Тактическая подготовка 6 часов				
140	Действия в защите и в нападении Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
141	Действия в защите и в нападении Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

142	Взаимодействие игроков передней линии Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р) , давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
143	Взаимодействие игроков передней линии Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р) , давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
144	Взаимодействие игроков передней линии Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р) , давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий

145	Взаимодействие игроков передней линии Совершенствования	Действия в защите и в нападении. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передачи).	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в подвижной игре. *Метапредметные:* характеризовать явления (действия и поступки) (Р) , давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. (К) *Личностные:* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Текущий
Соревнования 2 часа				
146	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий
147	Матчевые встречи Совершенствования	Выполнять технико-тактические действия в игре	*Предметные:* уметь использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях *Метапредметные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата, уметь находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять.(Р), выполнять различные роли в группе (К) *Личностные:* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе тренировочных занятий, игровой и соревновательной деятельности.	Учебно-тренировочные игры. Соревнования. Организация судейства Текущий
Теория 1 час				

148	Понятие о методике судейства. Изучение нового материала	Понятие о методике судейства.	*Предметные*: знать историю возникновения волейбола. Развитие волейбола. *Метапредметные:* уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами занятия (К) отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы (П) *Личностные:* формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	Беседа. рассказ. Текущий
Техническая подготовка 5 часов				
149	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно (Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
150	Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно (Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

151	Нападающий удар при встречных передачах. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
152	Нападающий удар при встречных передачах. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий
153	Нападающий удар при встречных передачах. Совершенствования	Стойки и перемещения игрока. Передачи мяча после перемещения из зоны в зону. Передачи над собой. Нападающий удар при встречных передачах. Подача нижняя боковая. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра.	*Предметные:* выполнять технические приемы в волейболе, характеризовать признаки технического исполнения, выполнять правила при участии в учебной игре пионербол. *Метапредметные:* определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно(Р), осмысление, объяснение своего двигательного опыта.(К) *Личностные:* развивать самостоятельность и личную ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра Текущий

Общефизическая подготовка:

Челночный бег 6х5 метров. На расстоянии 5 м. чертятся две линии - стартовая и контрольная. По сигналу обучающийся бежит, преодолевая 5 метров шесть раз. При изменении движения направления обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

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

Метание наивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Нормативы к оценке показателей уровня физической подготовки

Контрольные упражнения	Уровень развития	Возрастные группы (лет)			
		Мальчики		*Девочки*	
		7	*8*	*7*	*8*
Челночный бег 6х5 метров (сек).	*Высокий уровень*	11.5 и мен.	11.0 и мен	11.7 и мен.	11.6 и мен.
	Средний уровень	12.1-12.5	11.6-12.0	12.3-12.7	12.2 -12.6
	Низкий уровень	13.1 и бол.	12.6 и бол.	13.3 и бол.	13.2 и бол.
Прыжок в длину с места (см).	*Высокий уровень*	170 и бол	185 и бол.	160 и бол.	165 и бол.
	Средний уровень	140-159	155-169	135-144	140-149
	Низкий уровень	125-139	140-154	120-134	130-139
Метание наивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.	*Высокий уровень*	5.0 и бол.	5.8 и бол.	4.0 и бол.	4.5 и бол.
	Средний уровень	4.0-4.4	4.5-4.9	3.0-3.4	3.5-3.9
	Низкий уровень	3.4 и мен.	3.9 и мен.	2.0 и мен.	2.9 и мен.

Техническая подготовка:

Испытание на точность передачи. Выполняется передача из зоны 3 в зоны 2 и 4, расстояние передачи 3-3,5м, высота ограничивается 3 м, расстояние от сетки – не более 1,5 м. Каждый обучающийся выполняет 5 попыток. Учитывается количество передач, отвечающих требованиям в испытании, а так же качество исполнения передачи (передачи с нарушением правил не засчитываются).

Испытание на точность передачи через сетку. На противоположной стороне площадки очерчивается зона, куда над послать мяч: в зоне 4 – размером 2х1, в зоне 1 и в зоне 6 – размером 3х3. Каждый обучающийся выполняет 5 попыток в каждую зону. Учитывается качественная и количественная сторона исполнения.

Испытания на точность подачи. Основные требования: при технически качественном исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенный участок площадки. Правая (левая) половина площадки, зоны 4-5 (1-2), площадь у

боковых линий в зонах 4-5 и 1-2 (размером 6х2 м), в зоне 6 лицевой линии размером 3х3 м. каждый обучающийся исполняет 3 попытки.

Испытания на точность нападающего удара. Требования к этим испытаниям состоят в том, чтобы испытуемые качественно, в техническом отношении, смогли выполнить тот или иной способ нападающего удара в три зоны: 1, 6, 5 из зон 4, 2.

Показатели технической и тактической подготовленности

Контрольные упражнения	*Уровень развития*		
	Высокий уровень	*Средний уровень*	*Низкий уровень*
Испытание на точность передачи (кол-во попыток)	*5-4*	*3-2*	*1-0*
Испытание на точность передачи через сетку (кол-во попыток)	*5-4*	*3-2*	*1-0*
Испытания на точность подачи (кол-во попыток)	*3*	*2*	*1-0*
Испытания на точность нападающего удара (кол-во попыток)	*5-4*	*3-2*	*1-0*

Приложение 2

Показатели общефизической подготовленности

№ п\п	Фамилия Имя	Челночный бег 6х5 м.	Прыжок в длину с места	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками	Уровень развития

Оценка технической и тактической подготовленности

№ п/п	Ф.И	Техническая подготовка				Тактическая подготовка	Итоговый результат
		Испытание на точность передачи	Испытание на точность передачи через сетку	Испытание на точность подач	Испытание на точность нападающего удара	Действия при приеме мяча в поле	