



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА
«ЭВРИКА - РАЗВИТИЕ» Г. ТОМСКА

(МАОУ ШКОЛА «ЭВРИКА - РАЗВИТИЕ» Г. ТОМСКА)

Утверждена на НМС
протокол №1 от 27.08.2024 г.

Рабочая программа ВУД Спортивные игры

(5-9 классы)

Томск 2024

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 «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5–9 классах.

Волейбол, Баскетбол – 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, баскетболу физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол и баскетбол 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 и баскетбол 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 играя в волейбол и баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола и баскетбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол и баскетбол, 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 «Спортивные игры» 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», «Баскетбол» 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», «Баскетбол» предназначена для обучающихся 5–9 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. 40 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровье сберегающая 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», «Баскетбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Содержание курса внеурочной деятельности

Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. 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 и баскетболу
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 и баскетболу 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, баскетболу;

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, бросков;

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
- учебно-тренировочные игры.

Планируемые результаты освоения обучающимися курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

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 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 - 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
(4 час в неделю)**

5 класс

| № | Тема | Количество часов | Основное содержание | Характеристика деятельности обучающихся | ЦОР/ЭОР |
|-----|---|------------------|--|--|---|
| 1-2 | Техника безопасности при игре в волейбол. Разучивание стойки игрока (исходные положения). | 2 | ТБ на уроках волейбола, баскетбола 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; | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-----|--|---|--|--|---|
| | | | | <p>Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | |
| 6 | Двусторонняя учебная игра. | 1 | Учебная игра | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя</p> <p>остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | 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 | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|---|---|
| | | | | <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | |
| 11-12 | Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). | 2 | Передачи сверху двумя руками. Стойка волейболиста. Опорное положение | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 13 | Разучивание верхней передачи мяча у стены. | 1 | Передача мяча от стены. | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|--|---|
| 14 | Игры, развивающие физические способности. | 1 | Подвижные игры с элементами волейбола | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя</p> <p>остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 15 | Разучивание передачи снизу двумя руками над собой. | 1 | Стойка волейболиста, передача снизу двумя руками, передача снизу двумя руками над собой. | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 16-17 | Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. | 2 | Работа в парах. Передача снизу двумя руками | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|-----------------------------------|---|---|--|---|
| | | | | 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). | |
| 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 двумя руками. | 3 | Прием мяча 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/ |
| 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 | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|---|---|
| | | | | <p>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).</p> | |
| 29 | Игры, развивающие физические способности. | 1 | Подвижные игры | <p>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.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 30-32 | Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. | 3 | Индивидуальные тактические действия каждого игрока | <p>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).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 33 | Двусторонняя учебная игра. | 1 | Учебная игра | Знакомство с основными правилами игры | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|---|---|---------------------------------|--|---|
| | | | | <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | |
| 34 | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. | 1 | Эстафеты с элементами волейбола | <p>Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;</p> <p>Разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;</p> <p>Контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах)..Эстафеты</p> | https://resh.edu.ru/ |

6 класс

| № | Тема | Количество часов | Основное содержание | Характеристика деятельности обучающихся | ЦОР/ЭОР |
|-----|---|------------------|---|--|---|
| 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); | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|
| | | | | Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах). | |
| 4 | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. | 1 | Перемещение в стойке в стороны и вперед назад. | <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы;</p> <p>Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 5 | Двусторонняя учебная игра. | 1 | Учебная игра. | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|------|--|---|---|---|---|
| 6-7 | Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). | 2 | Способы перемещения игроков на площадке | <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы;</p> <p>Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Разучивают технику перевода мяча через сетку способом передачи за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 8 | Эстафеты с различными способами перемещений. | 1 | Эстафеты с элементами волейбола | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя</p> <p>остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 9-10 | Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). | 2 | Передача сверху двумя руками | <p>Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху.</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и</p> | https://resh.edu.ru/ |

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

| | | | | | |
|-------|-----------------------------------|---|--|--|---|
| | | | | <p>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)</p> | |
| 15-16 | Закрепление нижней прямой подачи. | 2 | <p>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).</p> | <p>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).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 17 | Двусторонняя учебная игра. | 1 | <p>Учебная игра. Совершенствование навыков игры</p> | <p>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;</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|--|---|---|
| | | | | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности. | |
| 18-21 | Разучивание верхней прямой подачи. | 3 | Верхняя прямая подача. Техника выполнения прямой подачи. | 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/ |
| 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. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|---|---|
| | | | | Соблюдают технику безопасности | |
| 23-24 | Закрепление приёма мяча снизу двумя руками. | 2 | Прием мяча двумя руками снизу | <p>Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу.</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении;</p> <p>Определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении;</p> <p>Определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы;</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах)</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 25-26 | Разучивание прямого нападающего удара (по ходу). | 2 | Прямой нападающий удар. Техника выполнения прямого нападающего удара | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|---|---|---|
| 27 | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. | 1 | Эстафеты с элементами волейбола | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя</p> <p>остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности</p> | https://resh.e du.ru/ |
| 28 | Закрепление приём мяча сверху двумя руками. | 1 | Техника приема мяча сверху двумя руками | <p>Закрепляют и совершенствуют тактику нападения и защиты;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения тактики нападения и защиты во время игры;</p> <p>Контролируют тактику игровых действий нападения и защиты другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | https://resh.e du.ru/ |
| 29-30 | Разучивание одиночного блокирования. | 2 | Блокирование мяча с нападения. | <p>Закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;</p> | https://resh.e du.ru/ |

| | | | | | |
|-------|--|---|--|--|---|
| | | | | 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). | |
| 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/ |

7 класс

| № | Тема | Количество часов | Основное содержание | Характеристика деятельности обучающихся | ЦОР/ЭОР |
|---|---|------------------|---|--|---|
| 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; | 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. | |
| 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 | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-----|--|---|--|--|---|
| | | | | разученных технических действий (обучение в командах). | |
| 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 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/ |
| 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 | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|--|---|---|--|---|
| | | | | <p>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.</p> | |
| 9 | Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. | 1 | Передача мяча над собой снизу двумя руками | <p>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).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 10 | Закрепление передачи снизу двумя руками в парах. | 1 | Передача мяча снизу двумя руками работа в парах | <p>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</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|------------------------------------|---|---|---|---|
| | | | | <p>другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах, в тройках);</p> <p>Совершенствуют игровые действия в нападении и защите, играют по правилам с использованием разученных технических действий (обучение в командах).</p> | |
| 11-13 | Закрепление верхней прямой подачи. | 3 | Верхняя прямая подача. Техника правильного выполнения | <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации;</p> <p>Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 14 | Двусторонняя учебная игра. | 1 | Учебная игра. Совершенствование техники игры | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя остановку двумя шагами;</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|--|--|---|
| | | | | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов. Соблюдают технику безопасности. | |
| 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. 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/ |
| 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, | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|--|--|---|
| | | | | <p>определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, делают выводы;</p> <p>Планируют задачи для самостоятельного освоения техники верхней прямой подачи мяча, разучивают подводящие упражнения, технику броска по фазам и в полной координации;</p> <p>Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).</p> | |
| 20 | Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. | 1 | Эстафеты с элементами волейбола на закрепление материала | <p>Знакомство с основными правилами игры</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p> <p>Закрепляют и совершенствуют технику стойки игрока;</p> <p>Описывают технику игровых действий и приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки;</p> <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя</p> <p>остановку двумя шагами;</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов.</p> <p>Соблюдают технику безопасности.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 21-22 | Совершенствование приём мяча сверху двумя руками. | 2 | Прием мяча снизу и сверху двумя руками, работа в парах | <p>Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники передачи мяча через сетку за голову, определяют её основные элементы, особенности технического выполнения, делают выводы;</p> <p>Разучивают технику передачи мяча за голову стоя на месте и с поворотом на 180° (обучение в парах);</p> | 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). | |
| 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 | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|--|---|---|
| | | | | учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах). | |
| 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; 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/ |
| 28-29 | Закрепление страховки при блокировании. | 2 | Страховка при 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 | 2 | Индивидуальные тактические действия в нападении и защите | Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники верхней прямой подачи мяча, | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|-------|---|---|---|--|---|
| | тактических действия в нападении, защите. | | | 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). | |
| 32-33 | Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите. | 2 | Тактические действия команды в нападении и в 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; Контролируют технику выполнения верхней прямой подачи мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах). | https://resh.edu.ru/ |
| 34 | 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; | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | <p>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.</p> | |
|--|--|--|--|--|--|

8 класс

| № | Тема | Количество часов | Основное содержание | Характеристика деятельности обучающихся | ЦОР/ЭОР |
|---|--|------------------|--|---|---|
| 1 | Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку | 1 | ТБ на уроках волейбола | <p>знать и применять правила поведения на занятиях волейболом. разучивать повороты и разновидности ходьбы участвовать в подвижной игре; соблюдать правила игры .</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 2 | Повороты, стойка волейболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры. | 1 | Техника стойки и поворотов игрока в волейболе. СБУ | <p>характеризовать показатели физического развития . разучивать основную стойку волейболиста участвовать в подвижной игре, соблюдать правила игры.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 3 | Волейбольные стойки.(Высокая, средняя, низкая) | 1 | Техника и виды стойки волейболиста | <p>следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности соблюдать правила игры.</p> | https://resh.edu.ru/ |
| 4 | Перемещения (взад-вперед и влево-вправо.) | 1 | Перемещения впроед назад и в стороны | <p>следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику верхней передачи.</p> | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | | | | моделировать комплекс упражнений на развитие координации | |
| 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. выявлять ошибки при метаниях соблюдать правила игры. | https://resh.edu.ru/ |
| 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 координации | https://resh.edu.ru/ |
| 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. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| | | | | осваивать технику мягкого приземления. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | |
| 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. выявлять ошибки в технике нижней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
| 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 передачи мча, 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 упражнения, передачи в тройках | 1 | СПУ работа в тройках передачи мяча | принимать и сохранять учебную задачу. осваивать технику метания. соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. | https://resh.edu.ru/ |
| 29 | Нижняя передача мяча в тройках. Нападающий удар | 1 | Нападающий удар, прием мяча с нападающего удара | следовать при выполнении инструкциям учителя. выявлять ошибки в технике нижней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
| 30 | эстафеты с элементами гимнастики и волейбола | 1 | Гимнастические комбинации, эстафеты с элементами волейбола. | следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. соблюдать правила игры | https://resh.edu.ru/ |
| 31 | Нижняя прямая подача | 1 | Работа в команде, нижняя прямая подача мяча. | следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. соблюдать правила игры | https://resh.edu.ru/ |
| 32 | Техника выполнения наподдающего удара | 1 | Нападающий удар. Техника выполнения | следовать при выполнении инструкциям учителя. уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. соблюдать правила игры и технику безопасности. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|---------|--|---|---------------------|--|---|
| 33 - 34 | Развитие выносливости. Тренировочная игра | 2 | Игра. Соревнования. | следовать при выполнении инструкциям учителя. выявлять ошибки в технике нижней и верхней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
|---------|--|---|---------------------|--|---|

9 класс

| № | Тема | Количество часов | Основное содержание | Характеристика деятельности обучающихся | ЦОР/ЭОР |
|---|--|------------------|--|--|---|
| 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 впрод назад и в стороны | следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику верхней передачи. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|
| | | | | моделировать комплекс упражнений на развитие координации | |
| 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. выявлять ошибки при метаниях соблюдать правила игры. | https://resh.edu.ru/ |
| 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 координации | https://resh.edu.ru/ |
| 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. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| | | | | осваивать технику мягкого приземления. общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | |
| 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. выявлять ошибки в технике нижней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
| 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 передачи мча, 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 упражнения, передачи в тройках | 1 | СПУ работа в тройках передачи мяча | принимать и сохранять учебную задачу. осваивать технику метания. соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. | https://resh.edu.ru/ |
| 29 | Нижняя передача мяча в тройках. Нападающий удар | 1 | Нападающий удар, прием мяча с нападающего удара | следовать при выполнении инструкциям учителя. выявлять ошибки в технике нижней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
| 30 | эстафеты с элементами гимнастики и волейбола | 1 | Гимнастические комбинации, эстафеты с элементами волейбола. | следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. соблюдать правила игры | https://resh.edu.ru/ |
| 31 | Нижняя прямая подача | 1 | Работа в команде, нижняя прямая подача мяча. | следовать при выполнении инструкциям учителя. осваивать технику прыжка в длину. соблюдать правила игры | https://resh.edu.ru/ |
| 32 | Техника выполнения наподдающего удара | 1 | Нападающий удар. Техника выполнения | следовать при выполнении инструкциям учителя. уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. соблюдать правила игры и технику безопасности. | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | | |
|---------|--|---|---------------------|--|---|
| 33 - 34 | Развитие выносливости. Тренировочная игра | 2 | Игра. Соревнования. | следовать при выполнении инструкциям учителя. выявлять ошибки в технике нижней и верхней передачи общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. | https://resh.edu.ru/ |
|---------|--|---|---------------------|--|---|