

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Благоварский район

Республики Башкортостан

МОБУ СОШ с.Удрякбаш

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета

[Протокол № 1] от «29»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании
Управляющего совета
школы

[Протокол №1] от «28»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор



Ф.Т.Рахматуллина
[Приказ № 74-ОД] от «29»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Общая физическая подготовка»

для обучающихся 5,8,9 классов

с.Удрякбаш 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» (далее — курс) для 5,8,9 классов составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к результатам освоения основной программы основного общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»), с учётом программы воспитания (протокол Федерального учебно-методического объединения по общему образованию № 3/22 от 23.06.2022) и основной образовательной программы основного общего образования (протокол Федерального учебно-методического объединения по общему образованию № 1/22 от 18.03.2022).

Актуальность реализации программы. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол и баскетбол, развитию физических способностей. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе и баскетболе.

Спортивные игры - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Спортивные игры — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная их особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

ЦЕЛИ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛЕЙБОЛ»

Программа внеурочной деятельности «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности;
- воспитание личностных качеств;
- освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

задачи:

- Пропаганда здорового образа жизни, укреплять здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию занимающихся.
- Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.
- Формировать у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
- Обучать технике и тактике игры в волейбол.
- Развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, а также выносливость, гибкость).
- Формировать у обучающихся необходимых теоретических знаний.
- Воспитывать моральные и волевые качества.

Формы организации занятий:

Однонаправленные занятия - посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: технической, тактической или физической.

Комбинированные занятия включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, тактическая и физическая подготовка.

Целостно-игровые занятия построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия в спортивной секции волейбола общеобразовательного учреждения посвящены приёму нормативов у учащихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

ТЕСТОВЫЙ КОНТРОЛЬ:

Общefизическая и специальная физическая подготовка.

№ п/п	Виды испытаний	мальчики	девочки
1	Бег 30 м	с 6,1 - 5,5	6,3 – 5,7
2	Челночный бег 3х10 м	9,3 – 8,8	9,7 – 9,3
3	Прыжки в длину с места, см	160 - 180	150 - 175
4	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5	Наклон вперёд из положения сидя, см	6 - 8	8 - 10
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки)	4 - 5	10 - 14
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин)	100-110	110-120
8	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40

Технико-тактическая подготовка.

№ п/п	Виды испытаний	мальчики	девочки
1	Нижняя прямая подача с расстояния 6 м от сетки (кол-во удачных попыток из 10)	7-9	6-8
2	Жонглирование мячом на собой верхней передачей (кол-во раз)	8-10	5-7
3	Жонглирование мячом на собой нижней передачей (кол-во раз)	5-7	4-6
4	Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)	3	2

Виды деятельности

- Анализ упражнений, применяемые в учебно-тренировочном процессе по волейболу.
- Индивидуальные, групповые и командные действия при игре в волейбол.
- Развитие физических качеств.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛЕЙБОЛ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для обучающихся 5,8,9 классов по 34 часа в год, по 1 часу 1 раз в неделю.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

В основе программы курса внеурочной деятельности «Волейбол» лежат спортивно-оздоровительные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами на уровне основного общего образования:

- Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения.
- Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).
- Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.
- Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.
- Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **личностными, метапредметными и предметными результатами.**

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;
- устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

- вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

- активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;
- разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;
- организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

Предметные результаты

5 класс

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

- выполнять требования безопасности на занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;
- осуществлять профилактику утомления, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;
- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
- волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

8 класс

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

- анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;
- составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;
- демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр;
- волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

9 класс

К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:

- отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек; обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;
 - совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;
 - тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.
- По окончании курса учащийся получит возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом, сформировать первичные навыки судейства. Основной формой подведения итогов является соревнование.

Содержание курса внеурочной деятельности на 5,8,9 классы

5 класс.

Разучивание стойки игрока (исходные положения). Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Двусторонняя учебная игра. Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Эстафеты с различными способами перемещений.

Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Разучивание верхней передачи мяча у стены. Игры, развивающие физические способности. Разучивание передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи. Двусторонняя учебная игра. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Разучивание приёма мяча снизу двумя руками. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Разучивание приём мяча сверху двумя руками. Игры, развивающие физические способности.

Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.

Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

8 класс

Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх. Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Двусторонняя учебная игра. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Приём мяча снизу двумя руками. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча сверху двумя руками. Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём). Совершенствование страховки при блокировании. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.

Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов. Стойки игрока.

9 класс

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.

Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.

Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над собой.

Передача снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Разучивание подачи в прыжке. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево). Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча снизу, сверху двумя руками. Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).

Совершенствование страховки при блокировании. Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите. Закрепление командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

Тематическое планирование 5 класс

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Перемещения	9	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Верхняя передача	6	
3	Нижняя передача	6	
4	Приём мяча	4	
5	Подвижные игры и эстафеты	9	
6	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	34	

Тематическое планирование 8 класс

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
---	------	--------------	-----

1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Прямой нападающий удар	8	
3	Совершенствование верхней прямой подачи	5	
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4	
5	Двусторонняя учебная игра	5	
6	Одиночное блокирование	4	
7	Страховка при блокировании	4	
8	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	34	

Тематическое планирование, 9 класс

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	5	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Прямой нападающий удар	5	
3	Верхняя, нижняя передача двумя руками назад	6	
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4	
5	Двусторонняя учебная игра	7	
6	Одиночное блокирование и страховка	4	
7	Командные тактические действия в нападении и защите	3	
	Физическая подготовка в процессе занятия		
	Итого	34	

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	1	03.09.2024г	

2.	Разучивание стойки игрока (исходные положения). Закрепление	1	10.09.24г	
3.	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	17.09.24г	
4.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1	24.09.24г	
5.	Перемещение в стойке приставными шагами: лицом вперёд.	1	01.10.24г	
6.	Двусторонняя учебная игра.	1	08.10.24г	
7.	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	15.10.24г	
8.	Разучивание сочетания способов перемещений (повороты).	1	22.10.24г	
9.	Разучивание сочетания способов перемещений (прыжки вверх).	1	05.11.24г	
10.	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	12.11.24г	
11.	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1	19.11.24г	
12.	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление	1	26.11.24г	
13.	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	1	03.12.24г	
14.	Игры, развивающие физические способности.	1	10.12.24г	
15.	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	1	17.12.24г	
16.	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	1	24.12.24г	
17.	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Закрепление	1	14.01.2025г	
18.	Разучивание нижней прямой подачи.	1	21.01.25г	
19.	Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление	1	28.01.25г	
20.	Двусторонняя учебная игра.	1	04.02.25г	
21.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	1	11.02.25г	
22.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	18.02.25г	
23.	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	1	25.02.25г	
24.	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками. Закрепление	1	04.03.25г	
25.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	11.03.25г	
26.	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	1	18.03.25г	
27.	Разучивание приём мяча сверху двумя руками. Закрепление	1	25.03.25г	
28.	Игры, развивающие физические способности: Пионербол	1	04.04.25г	
29.	Игры, развивающие физические способности: веселая эстафета	1	15.04.25г	
30.	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении.	1	22.04.25г	
31.	Разучивание индивидуальных тактических действия в защите.	1	29.04.25г	
32.	Разучивание индивидуальных тактических действия в	1	06.05.25г	

	нападении, защите.Закрепление			
33.	Двусторонняя учебная игра.	1	13.05.25г	
34.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	20.05.25г	

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Стойки игрока.	1	05.09.2024г	
2.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	12.09.24.г	
3.	Игры, развивающие физические способности.	1	19.09.24г	
4.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	26.09.24г	
5.	Сочетания способов перемещений (повороты, прыжки вверх).	1	03.10.24г	
6.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	10.10.24г	
7.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	17.10.24г	
8.	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	24.10.24г	
9.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	07.11.24г	
10.	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1	14.11.24г	
11.	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	21.11.24г	
12.	Двусторонняя учебная игра.	1	28.11.24г	
13.	Развитие физических качеств.	1	05.12.24г	
14.	Закрепление прямого нападающего удара.	1	12.12.24г	
15.	Приём мяча снизу двумя руками.	1	19.12.24г	
16.	Закрепление приём мяча снизу двумя руками.	1	26.12.24г	
17.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	16.01.2025г	
18.	Приём мяча сверху двумя руками.	1	23.01.25г	
19.	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.	1	30.01.25г	
20.	Совершенствование приёма мяча, отражённого сеткой.	1	06.02.25г	
21.	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»	1	13.02.25г	
22.	Игры, развивающие физические способности. «Пионербол»	1	20.02.25г	
23.	Совершенствование одиночного блокирования.	1	27.02.25г	
24.	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	06.03.25г	
25.	Совершенствование страховки при блокировании.	1	13.03.25г	
26.	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении.	1	20.03.25г	
27.	Закрепление индивидуальных тактических действия в	1	27.03.25г	

	защите			
28.	Закрепление групповых тактических действий в нападении.	1	10.04.25г	
29.	Закрепление групповых тактических действий в защите.	1	17.04.25г	
30.	Разучивание командных тактических действий в нападении.	1	24.04.25г	
31.	Разучивание командных тактических действий в защите.	1	24.04.25г	
32.	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите	1	08.05.25г	
33.	Судейство учебной игры в волейбол.	1	15.05.25г	
34.	Двусторонняя учебная игра.	1	22.05.25г	

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Стойки игрока.	1	06.09.2024г	
2.	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	13.09.24г	
3.	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»	1	20.09.24г	
4.	Игры, развивающие физические способности. «Вызов»	1	27.09.24г	
5.	Игры, развивающие физические способности. «Стрелки»	1	04.10.24г	
6.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	18.10.24г	
7.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	25.10.24г	
8.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	08.11.24г	
9.	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	15.11.24г	
10.	Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1	22.11.24г	
11.	Совершенствование передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1	29.11.24г	
12.	Передача снизу двумя руками над собой.	1	06.12.24г	
13.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	13.12.24г	
14.	Передача снизу двумя руками в парах.	1	20.12.24г	
15.	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1	27.12.24г	
16.	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	17.01.2025г	
17.	Разучивание подачи в прыжке.	1	24.01.25г	
18.	Совершенствование подачи в прыжке.	1	31.01.25г	
19.	Развитие физических качеств: игра «Пионербол»	1	07.02.25г	
20.	Закрепление прямого нападающего удара.	1	14.02.25г	

21.	Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево).	1	21.02.25г	
22.	Совершенствование нападающего удара с переводом вправо (влево).	1	28.02.25г	
23.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	07.03.25г	
24.	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	1	14.03.25г	
25.	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.	1	21.03.25г	
26.	Игры, развивающие физические способности: «Мини волейбол»	1	28.03.25г	
27.	Совершенствование одиночного блокирования.	1	11.04.25г	
28.	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	18.04.25г	
29.	Совершенствование страховки при блокировании.	1	25.04.25г	
30.	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	25.04.25г	
31.	Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.	1	02.05.25г	
32.	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.	1	16.05.25г	
33.	Судейство учебной игры в волейбол.	1	16.05.25г	
34.	Двусторонняя учебная игра.	1	23.05.25г	

7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А. Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя. М., «Просвещение», авт.: В.А. Голомазов, В.Д. Ковалев, А.Г. Мельников. 2007.
3. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) - М.: Советский спорт. 2005.
4. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2005. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.
5. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011
6. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол.- М.: Физическая культура и спорт, 2009.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2007.

8. <https://resh.edu.ru/subject/9/>