

Муниципальное образование город Краснодар
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия № 92 имени
Героя Российской Федерации Александра Аверкиева

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета

МАОУ гимназии № 92 города Краснодара

От 30.08.2024 года протокол № 1

Председатель _____ Мозляева В.Б.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

Физкультурно-спортивной направленности детей секция **«Волейбол»**

Уровень образования: **начальное общее образование 4 класс**

Учитель **Селиванова Наталья Эдуардовна**

Количество часов: **204**

Учитель или группа учителей, разработчиков рабочей программы:

Селиванова Наталья Эдуардовна, учитель физической культуры, МАОУ гимназии №92

Программа разработана в соответствии с **федеральным государственным стандартом начального общего образования** с учётом примерной основной образовательной программы Волейбол: пособие для учителей и методистов» /Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М.: Просвещение, 2011год.

1. Результаты освоения курса дополнительного образования детей секция «Волейбол».

Освоение курса «Волейбол» создает условия для достижения **личностных результатов** формирования здорового образа жизни, а именно:

- 1. Гражданско-патриотическое воспитание:** — представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения. Ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.
- 2. Духовно-нравственное воспитание:** — создание условий, обеспечивающих духовно-нравственное развитие личности школьника на основе развития его индивидуальности. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества на основе доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается; уважение к окружающим - умение слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение, принимать решение с учетом позиций всех участников. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма. Принятие и уважение ценностей семьи и общества, школы, коллектива и стремление следовать им. Ориентации в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих, развитие этических чувств как регуляторов морального поведения.
- 3. Эстетическое воспитание:** — призвано формировать у детей предельно широкие эстетические способности наслаждаться, понимать красоту в ее многообразных проявлениях, но и главным образом воспитать способность воплотить ее в реальных действиях и поступках. Занятия физической культурой и спортом представляют исключительно широкие возможности для этого. Речь идет о развитии эстетической активности личности, прежде всего в практической деятельности, жизни.
- 4. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:** — осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.
- 5. Трудовое воспитание:** — формирование у обучающихся положительного отношения к труду как высшей ценности в жизни человека и общества, высоких социальных мотивов

трудовой деятельности. Развитие познавательного интереса к знаниям, потребности в творческом труде, стремления применять знания на практике. Воспитание высоких моральных качеств, трудолюбия, долга и ответственности, целеустремленности и предприимчивости, деловитости и честности. Вооружение обучающихся разнообразными трудовыми умениями и навыками, формирование основ культуры умственного и физического труда.

6. Экологическое воспитание: — экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

— экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

7. Ценности научного познания: — знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурнопедагогической традиции; — познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования; — познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий; — интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Освоение программы внеурочной деятельности по формированию здорового образа жизни «Волейбол» создает условия для достижения следующих **метапредметных результатов:**

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметными результатами освоения программы внеурочной деятельности по формированию здорового образа жизни «Волейбол» является формирование следующих умений:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых

и досуг с использованием средств физической культуры;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№	Тема	Кол-во часов
1	Стойка. Перемещения в стойке	4
2	Способы перемещения	8
3	Передача мяча сверху двумя руками	13
4	Прием мяча снизу двумя руками	17

5	Нижняя прямая подача с середины площадки	6
6	Приём и подача мяча	5
7	Общая и специальная физическая подготовка	В течение занятия
8	Игровые занятия	15
9	Итого	68

Содержание программы и методические рекомендации

Стойки и перемещения

Стойка волейболиста – поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приёма.

Техника выполнения: ноги расставлены на ширине плеч и согнуты в коленях. Одна нога может быть немного впереди другой, ступни расположены параллельно. Туловище наклонено вперёд. Чем ниже стойка, тем больше наклон туловища. Руки согнуты в локтях, кисти на уровне пояса.

Применение: при подготовке к приёму подачи, при приёме и передачах мяча, перед блокированием, при приёме нападающих ударов и страховке.

Перемещения – это действия игрока при выборе места на площадке.

В зависимости от характера технического приёма и игровой ситуации в волейболе используются различные способы перемещения: приставной шаг, двойной шаг, бег (рывок к мячу), прыжки.

Обучение

1. В стойке волейболиста: выпад вправо, влево, шаг вперёд, назад; приставные шаги

вправо, влево от одной боковой линии площадки до другой; двойной шаг вперёд-назад.

Методическое указание: руки перед грудью согнуты в локтях и готовы выполнять действия с мячом.

2. Скачок вперёд одним шагом в стойку.

3. Подпрыгнуть, вернуться в стойку волейболиста и выполнить шаг или выпад: а) вперёд; б) в сторону.

4. По сигналу (в беге) остановка в стойку и прыжок вверх толчком двух ног.

4. Перемещения в стойке по сигналу – в стороны, вперёд, назад.

5. Эстафеты с перемещениями различными способами, с выполнением различных заданий.



Рис.1

Передача мяча сверху двумя руками

Техника выполнения: в исходном положении туловище вертикально, ноги согнуты в коленях (степень сгибания ног зависит от высоты траектории полёта мяча), стопы параллельны или одна (разноимённая сильнейшей руке) несколько впереди. Руки согнуты в локтях, локти слегка разведены. Кисти вынесены перед лицом так, чтобы большие пальцы находились на уровне бровей и были направлены друг к другу. Указательные и большие пальцы обеих рук образуют треугольник (рис. 1,2). Пальцы напряжены и слегка согнуты. Встреча рук с мячом осуществляется вверху над лицом. При передаче руки и ноги выпрямляются и мячу (мягким ударом кистями) придаётся нужное направление. Руки сопровождают полёт мяча и после передачи почти полностью выпрямляются (рис. 3,4).



Рис. 2



Рис.3

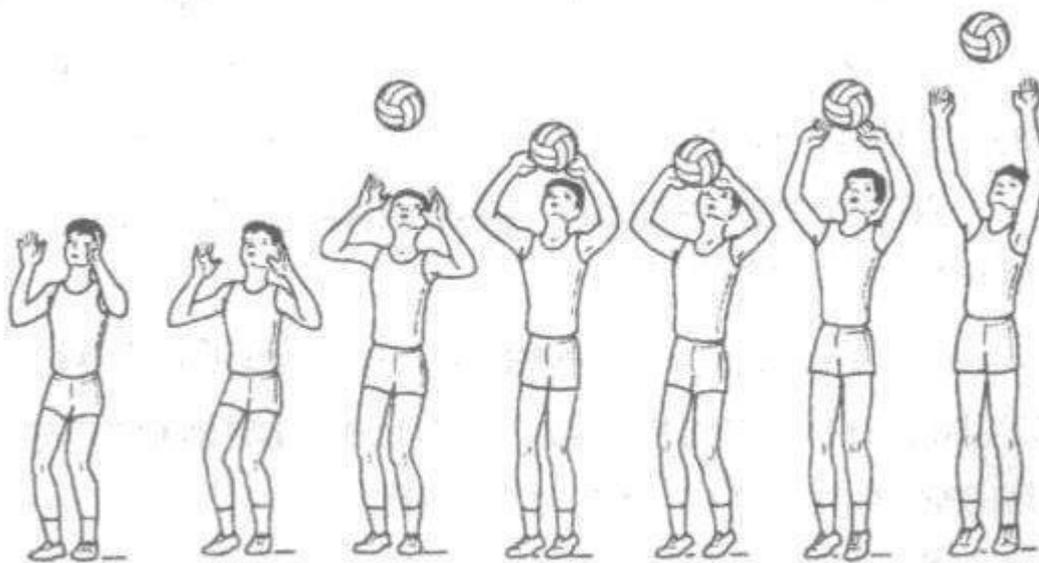


Рис. 4

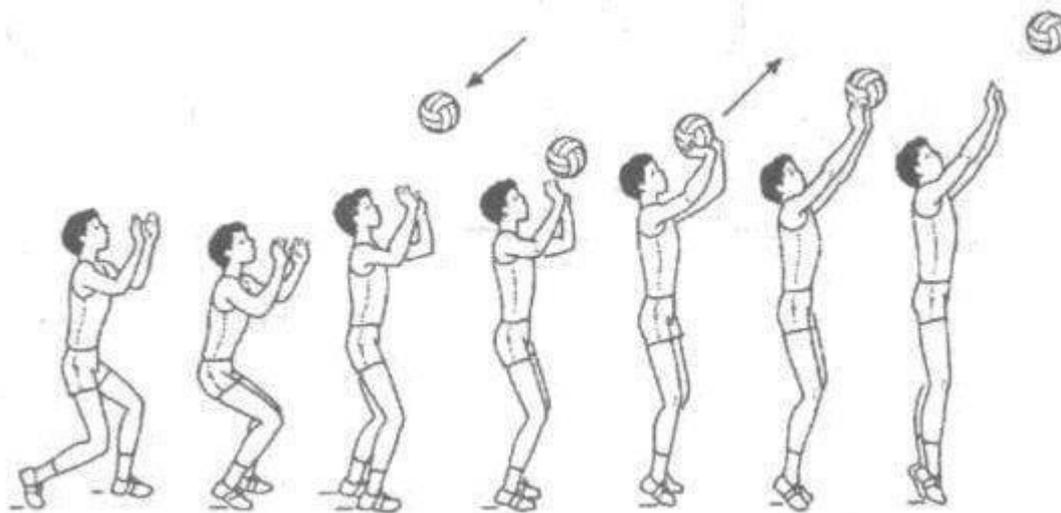


Рис.5

Применение: при приёме подач, передачах для нападающего удара и перебивании мяча через сетку.

Обучение

1. Имитация перехода из стойки волейболиста в исходное положение для приёма и передачи мяча.
2. Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения.
3. Освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче, мяч на полу. Кисти рук располагаются таким образом, чтобы большие пальцы были направлены друг к другу, указательные – под углом друг к другу, а все остальные обхватывали мяч сбоку сверху. Мяч поднимается с пола в исходное положение над лицом.
4. В стойке волейболиста подбросить мяч одной рукой над собой, поймать обеими руками и одновременно начать разгибание рук и ног, имитируя передачу.
5. В парах: один из партнёров набрасывает мяч в удобное для выполнения передачи положение, второй ловит мяч в стойке и имитирует передачу, разгибая ноги и руки.
6. В парах: один из партнёров набрасывает мяч другому, который передаёт мяч сверху двумя руками.

Методическое указание: после 5–7 передач занимающиеся меняются ролями.

7. Передачи мяча над собой на месте, в движении (приставными шагами, лицом вперёд, спиной вперёд), с изменением высоты полёта мяча.

8. Две-три передачи мяча над собой и передача партнёру.
9. Передачи мяча в парах с варьированием расстояния и траектории.
10. В тройках: игроки второй позиции выполняют верхнюю передачу мяча над собой, затем делают шаг в сторону и заходят за спину игроков третьей позиции. Игроки третьей позиции выполняют передачи мяча игрокам первой позиции. Игроки первой позиции верхней передачей возвращают мяч игрокам, находящимся на противоположной боковой линии.

Методическое указание: упражнения 10–11 можно проводить в форме соревнования: какая из троек выполнит больше передач, не допустив при этом потери мяча.

11. Передачи мяча в тройках. Расположение игроков в треугольнике: зоны 6–3–4, 6–2–3, 6–2–4; 5–3–4, 5–2–3, 5–2–4; 1–3–2, 1–4–3, 1–4–2.
12. Передачи в парах с передвижением приставными шагами по длине игровой площадки.
13. В парах: передачи мяча через сетку.
14. Передачи мяча на точность: в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке (гимнастические обручи и др.).
15. Подвижные игры с верхней передачей мяча: «Эстафета у стены», «Мяч в воздухе», «Мяч над сеткой», «Вызов номеров» и др.

Ошибки: большие пальцы направлены вперёд; локти слишком широко разведены или наоборот; кисти рук встречают мяч при почти выпрямленных в локтевых суставах руках.

Приём мяча снизу двумя руками

Техника выполнения: в исходном положении ноги согнуты в коленных суставах, туловище незначительно наклонено вперёд, руки в локтевых и лучезапястных суставах выпрямлены, кисти соединены «в замок» и располагаются перпендикулярно траектории полёта мяча.

Приём мяча перпендикулярно траектории полёта мяча: приём мяча осуществляется на нижнюю часть предплечий или кисти с одновременным разгибанием ног и туловища вперёд-вверх. Прямые руки поднимаются до уровня груди

(рис. 5).

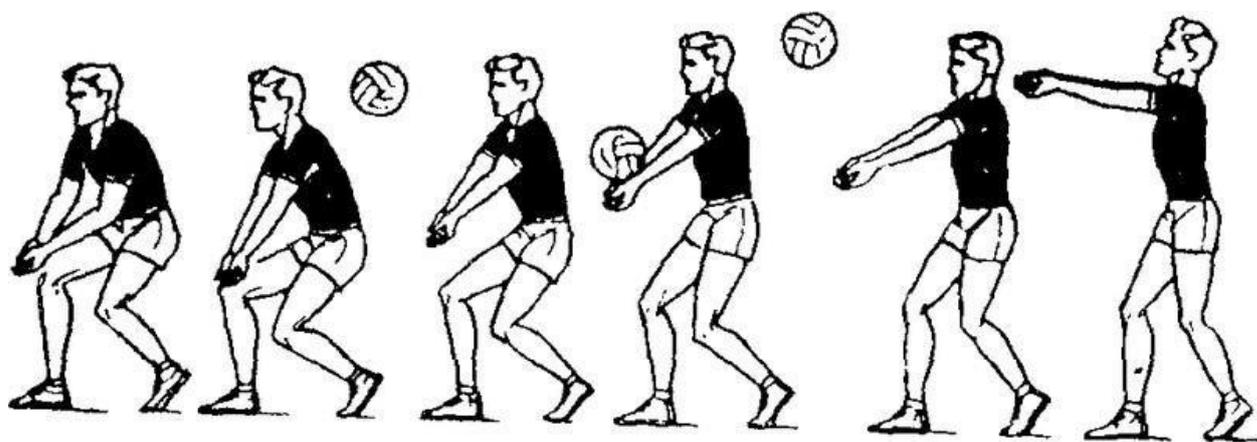


Рис.6

1. Неправильное исходное положение (туловище выпрямлено, ноги прямые).
2. Мяч подброшен слишком близко к туловищу, слишком далеко или слишком высоко от него.
3. Удар по мячу выполнен рукой, согнутой в локтевом суставе.
4. Кисть бьющей руки слишком расслаблена.

Подводящие упражнения: 1. Положение подбрасывающей руки без

мяча и с мячом.

2. Положение бьющей руки для замаха и с имитацией замаха.
3. Имитация подбрасывания мяча (без удара).
4. Удар бьющей рукой по ладони подбрасывающей руки.
5. Удар бьющей рукой по мячу, находящемуся неподвижно в другой руке.
6. Имитация подбрасывания и подача в целом.
7. Нижняя подача с близкого расстояния в стену.
8. Нижняя подача с близкого расстояния партнеру.
9. Нижняя подача через сетку с близкого расстояния. 10. Нижняя подача через сетку с места подачи.

Подача Подача - это средство введения мяча в игру. Важно подать мяч в площадку соперника без ошибки. На начальном этапе обучают детей нижней подаче. Самое главное объяснить технику нижней подачи и показать, объясняя при этом возможные ошибки. Подводящие упражнения в основном проводятся с утяжелёнными мячами:

1. броски в стену или партнёру утяжелённого мяча (баскетбольного) двумя и одной рукой многократно различными способами (из-за головы, от груди, спиной вперёд, с низу и т.д.)

2. многократное повторение подачи через сетку. Обучение прямой верхней подачи должно проходить одновременно с обучением нижней подачи.

Обучение

1. Имитация, на счёт раз - из стойки вскинуть руки в положении замаха, на счёт два - подброс мяча, на счёт три - ударное движение.

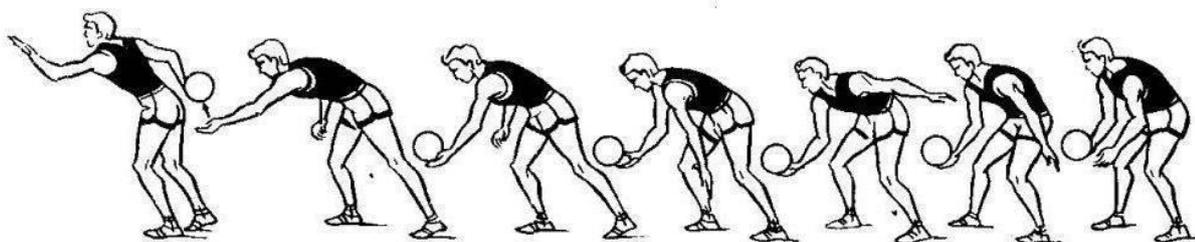
2. Из положения руки с мячом внизу вскинуть вверх и бросок мяча вперёд. Это упражнение можно делать и одному и с партнёром различными по тяжести мячами, многократно повторяя.

3. Подброс мяча перед собой на высоту чуть выше вытянутой руки.

4. В стойке - удар по подвешенному мячу.

5. Подача в стену, в партнёра, через сетку с 3 м.

Требование к технике нижней подачи: 1. перед нижней прямой подачей ступни направлены к сетке, разноименная с бьющей рукой ступня впереди другой на 0.5-1.5 ступни стоит, а при боковой располагаются параллельно сетке



на ширине плеч,

2. ноги при подаче слегка согнуты в коленях,

3. рука с мячом перед подбрасыванием находится на уровне пояса,

4. положение бьющей руки в замахе, подбрасывание выполняется на высоту

5. обеспечивающую точность попадания по мячу. Игроки со слабой координацией движений могут подавать без подбрасывания,

6. туловище слегка наклонено вперёд и удар наносится напряжённой ладонью или кулаком,

7. после подачи масса тела переносится на ближайшую к сетке ногу, а рука показывает направление вылета мяча.

Рис.7

3. Тематическое планирование

Раздел	Темы	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности
1.	<p>Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр.</p> <p>Краткий исторический очерк развития волейбола.</p> <p>Разучивание стойки игрока (исходные положения)</p>	1	<p>Знать об истории возникновения и развития волейбола. Правила безопасности на занятиях волейболом.</p> <p>Формировать и проявлять положительные качества личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.</p>	1,4,5
2.	<p>Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.</p> <p>Стойка игрока (исходные положения).</p> <p>Игра «Пионербол».</p>	1	<p>Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>	2,4,5
3	<p>Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Общая физическая подготовка. Игра «Перестрелка».</p>	2	<p>Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p>	2,3,7

4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Общая физическая подготовка.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	2,4,6
5	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Общая физическая подготовка. Подвижные игры и эстафеты.	1	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	1,2,4

6	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Общая физическая подготовка.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	1,4,5
7	Правила игры. Игровое занятие.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,4,5
8	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2,3,7
9	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Игры «Перестрелка», «Пионербол».	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	2,4,6

10	Общая физическая подготовка. Эстафеты с различными способам и перемещений.	1	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	1,2,4
11	Общая физическая подготовка. Упражнения «Школы мяча». Игра: «Пионербол»	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,4,5
12	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей, Игра в «Пионербол».	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,4,5
13	Общая физическая подготовка. Упражнения «Школы мяча». Игра: «Пионербол»	2	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	2,3,4

14	Общая физическая подготовка. Техника верхней передачи мяча. Игра в «Пионербол».	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2,4,6
15	Общая физическая подготовка. Техника верхнего приёма мяча. Игра в пионербол.	2	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	1,2,4
16	Общая физическая подготовка. Разучивание верхней передачи мяча над собой. Игры «Перестрелка», «Пионербол».	2	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,4,7

17	Общая и специальная физическая подготовка. Верхняя передача мяча над собой.	2	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,4,5
18	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Верхняя передача мяча над собой. Подвижные игры и эстафеты.	2	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	2,3,4
19	Общая физическая подготовка. Игровое занятие.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,4,6
20	Разучивание верхней передачи мяча у стены. Подвижные игры и эстафеты.	1	Формировать и проявлять положительные качества личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	1,2,4

			достижении поставленной цели.	
21	Верхняя передача мяча в парах. Подвижные игры и эстафеты.	2	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	1,4,5

22	Общая физическая подготовка. Верхняя передача мяча в парах, через сетку. Подвижные игры.	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2,4,5
23	Общая и специальная физическая подготовка. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. Подвижные игры.	2	Закрепляют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,3,4
24	Общая физическая подготовка. Верхняя передача мяча над собой, во встречных колоннах.	2	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	2,4,6
25	Общая и специальная физическая подготовка Верхний прием. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	1,2,4
26	Общая и специальная физическая подготовка Верхний прием. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	1,4,5
27	Правила игры. Общая физическая подготовка. Игровое занятие.	2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и	2,4,7

			условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
--	--	--	---	--

28	Общая физическая подготовка. Техника нижней подачи мяча. Игра в пионербол.	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2,3,4
29	Игровые упражнения. Разучивание нижней прямой подачи с середины площадки.	2	Закрепляют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,4,6
30	Общая физическая подготовка. Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	1,2,4
31	Нижняя прямая подача мяча через сетку (3-6 м от сетки).	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,4,5
32	Общая физическая подготовка. Нижняя прямая подача с середины площадки.	2	Закрепляют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,4,5
33	Общая физическая подготовка. Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2,3,4
34	Общая физическая подготовка. Прием мяча после подачи.	1	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники подачи и приема мяча мяча.	2,4,6
35	Общая физическая подготовка. Прием мяча после подачи.	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,2,4

36	Общая физическая подготовка Игровое занятие.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	1,4,7
37	Общая физическая подготовка. Техника нижнего приема мяча.	2	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,4,5
38	Общая физическая подготовка. Техника нижней передачи мяча. Игра в пионербол.	2	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,3,4
39	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача над собой.	1	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	2,4,6
40	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача над собой.	1	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	1,2,4
41	Игровые упражнения. Нижняя передача над собой.	1	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	1,4,7

42	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игровое занятие	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных	2,4,5
----	---	---	--	-------

			игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	
43	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача мяча у стены, в парах.	1	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,3,4
44	Нижняя передача мяча у стены, в парах. Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	2,4,6
45	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача мяча у стены, в парах. Эстафеты с элементами волейбола.	2	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	1,2,4
46	Нижняя передача мяча в парах через сетку. Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	1,4,7

47	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача мяча , в парах через сетку.. Эстафеты с элементами волейбола.	2	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	2,4,5
48	Игровые упражнения. Нижняя передача над собой.	1	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в	2,3,4

			процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
49	Общая физическая подготовка. Нижний прием. Передача мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед.	1	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	2,4,6
50	Общая физическая подготовка Нижний прием. Передачи мяча над собой.	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,2,7
51	Общая физическая подготовка Передачи мяча через сетку.	1	Формировать способы позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	1,4,5
52	Общая физическая подготовка Техника нижнего приема мяча, отраженного сеткой. Игра в пионербол.	2	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	2.4,5
53	Общая и специальная физическая подготовка. Нижний прием мяча, отраженного сеткой.	2	Формировать и проявлять положительных качеств личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.	2,3,4

54	Общая физическая подготовка. Чередование верхней и нижней передача мяча над собой.	2	Совершенствуют технику изучаемых игровых приёмов и действий, развивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	2,4,6
55	Общая физическая подготовка. Чередование верхнего и нижнего приема, с последующей передачей во встречных колоннах.	1	Осознавать важность освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта	1,2,4
56	Общая и специальная физическая подготовка Комбинации из освоенных элементов перемещений и	1	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	1,4,5

	владения мячом.			
--	-----------------	--	--	--

57	Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игровое занятие	2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,4,5
58	Общая и специальная физическая подготовка. Игровое занятие.	2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,3,4

59	Приём мяча с подачи у стены. Игры и эстафеты с элементами волейбола.	2	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	2,4,6
60	Подача и приём мяча в парах. Игры и эстафеты с элементами волейбола.	2	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	1,2,7
61	Подача и приём мяча через сетку в парах с середины площадки. Игры и эстафеты с элементами волейбола.	2	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	1,4,5
62	Общая и специальная физическая подготовка. Игровое занятие.	2	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	2,4,5

63	Общая и специальная физическая подготовка. Игровое занятие.	2	Выполнять разученные технические приемы игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять интерес и желание перемещений и продемонстрировать свои владения мячом. физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.	2,3,7
64	Подвижные игры и эстафеты с универсальными умениями элементами связанных с выполнением волейбола. Игровое упражнение. Осмысление, занятие объяснение своего двигательного опыта.	2	Осознавать важность освоения элементов связанных с выполнением волейбола. Игровое упражнение. Осмысление, занятие объяснение своего двигательного опыта.	2,4,6
65	Общая и специальная физическая подготовка. Игровое занятие. Методика задачами урока, владеть судейства. специальной терминологией. Терминология и судейские жесты.	2	Уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владеть судейства. специальной терминологией. Терминология и судейские жесты.	1,2,4
66	Общая физическая подготовка. Игровое занятие.	1	Осознавать важность освоения элементов связанных с выполнением волейбола. Игровое упражнение. Осмысление, занятие объяснение своего двигательного опыта.	1,4,5

	универсальных умений	подготовка.	Игра по	
	упрощенным упражнениям	Осмысление, правилам	связанных с выполнением	
	объяснение своего		волейбола.	
67	Итоговое занятие. 1	двигательного опыта.	2.4,7	
	Игра по упрощенным освоенным игровым действиям и правилам волейбола. приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	Моделируют технику		
68	Итоговый урок. 2	Выполнять разученные	2,3,4	
	игры в волейбол в стандартных и игровых условиях; проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе игры.	технические приемы		
Итого		68 часов		
СОГЛАСОВАН				

О

Протокол заседания
 методического
 объединения кафедры
 эстетического цикла
 МАОУ гимназии № 92
 города Краснодара от
 26.08.2024 года № 1
 СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

Скоробогатова Н.В.

27.08.2024 года

_____Посудкина

М.С.