

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа №6
города Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области

«Принято»
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 6

Протокол № 1
от «29» августа 2019 г.

«Проверено»
Заместитель директора
по УВР

 А.С. Коровников
«26» августа 2019 г.

«Утверждено»
Директор ГБОУ СОШ № 6

 Н.В. Самойлов
Приказ № 202-од
от «29» августа 2019 г.



Рабочая программа по внеурочной деятельности

Направление: спортивно – оздоровительное

Название: Волейбол

Класс: 5– 9 классы

на 2019 – 2024 гг.

Учитель: Александров Валерий Сергеевич, Наумова Елена Сергеевна

Петасов Алексей Олегович.

Количество часов в год – 34 часа

В неделю – 1 ч

Программа составлена на основе:

Примерных программ внеурочной деятельности. Авторской программы Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова «Внеурочная деятельность учащихся «Волейбол»», методической и учебной литературы и соответствует требованиям ФГОС.

г. Жигулевск

2019г

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

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

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях,
- стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия волейболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

Содержание программы «Волейбол»

Основы знаний (теоретическая часть) 5-9 класс:

- Основы истории развития волейбола в России;
- Сведения о строении и функциях организма человека;
- Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль;
- Правила игры в волейбол (пионербол);
- Места занятий, инвентарь.

5 класс

Раздел 1. Перемещения. Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и

через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача в прыжке

Раздел 5. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками.

Раздел 7. Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

6 класс

Раздел 1. Перемещения. Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой. Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Подача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу).

Раздел 5. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. Одиночное блокирование.

Раздел 7. Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

7 класс

Раздел 1. Перемещения, стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой.

Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача.

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой.

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. Одиночное блокирование. Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

8 класс

Раздел 1. Перемещения. Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой.

Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Поддача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. Одиночное блокирование. Групповое блокирование (двоем, троим). Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и

совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Раздел 10. Судейская практика. Судейство учебной игры в волейбол.

9 класс

Раздел 1. Перемещения. Стойка игрока (исходные положения). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Раздел 2. Передачи мяча. Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача мяча снизу двумя руками над собой.

Передача мяча снизу двумя руками в парах

Раздел 3. Подачи мяча. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача.

Подача в прыжке

Раздел 4. Атакующие удары (нападающий удар). Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево)

Раздел 5. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. Прием мяча, отраженного сеткой

Раздел 6. Блокирование атакующих ударов. Одиночное блокирование. Групповое блокирование (вдвоем, втроем). Страховка при блокировании

Раздел 7. Тактические игры. Индивидуальные тактические действия в нападении, защите. Групповые тактические действия в нападении, защите. Командные тактические действия в нападении, защите. Двухсторонняя учебная игра.

Раздел 8. Подвижные игры и эстафеты. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности

Раздел 9. Физическая подготовка. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Раздел 10. Судейская практика. Судейство учебной игры в волейбол.

Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с

	соблюдением основных правил
Контрольные занятия	Приём нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал, волейбольная сетка, стойки для волейбольных сеток, волейбольные мячи.

Тематическое планирование. 5 класс

№п/п	Название разделов и тем уроков, количество часов	Элементы содержания	Предметные планируемые результаты обучения
Перемещения – 3ч.			
1	Игры, эстафеты. Инструктаж ТБ во время занятий волейболом.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	-знать стойку волейболиста -уметь перемещаться различными способами перемещения
2	Перемещения. Стойка игрока		
3	Остановка шагом, скачок вперед		
Передача мяча – 15 ч.			
4-6	Передача сверху над собой	Передачи мяча над собой на месте, в движении (приставными шагами, лицом вперед, спиной вперед), с изменением высоты полёта мяча. Две-три передачи мяча над собой и передача партнёру.	-уметь выполнять передачу мяча сверху двумя руками. -знать технику выполнения передач
7-9	Передача сверху двумя руками вперед-вверх		
10-12	Передачи сверху в парах		
13-15	Передача снизу двумя руками над собой		
16-18	Передача снизу двумя руками в парах		
Подача мяча - 7 ч.			
19-22	Нижняя прямая подача мяча	-подводящие и спец. упражнения для обучения нижней прямой подаче;	- уметь подавать нижнюю подачу;
23-25	Нижняя боковая		

	подача мяча	-подводящие и спец. упражнения для обучения нижней боковой подаче.	- знать технику выполнения подачи
Прием мяча - 4 ч.			
26-27	Приём мяча снизу двумя руками	В парах: приём мяча снизу и передача партнёру сверху двумя руками. Приём мяча после отскока от пола (в парах или у стены). Приём мяча в зоне 6; мяч через сетку набрасывает партнёр.	-уметь принимать мяч снизу; - знать технику приема мяча снизу и сверху.
28-29	Приём мяча сверху двумя руками		
Тактика игры – 5 ч.			
30-31	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите	Функции игроков. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями. Определение эффективности игры в нападении игроков и команды в целом.	-уметь играть в команде. -знать тактику игры в защите и внападении.
32-34	Подвижные игры и эстафеты	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий	
	Физическая подготовка (В процессе занятий)	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	
	Двусторонняя игра (в процессе занятий)		

Тематическое планирование. 6 класс.

№ п/п	Название разделов и тем уроков, количество часов	Элементы содержания	Предметные планируемые результаты обучения
Перемещения – 2 ч.			
1	Стойка игрока. Перемещения. Инструктаж ТБ вовремя	Перемещение в стойке приставными шагами, правым, левым боком	-знать стойку волейболиста -уметь

	занятий волейболом	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	перемещаться различными способами перемещения
2	Развитие прыгучести. Правила игры	Прыжки в длину с места, с высоты, в высоту.	
Передачи – 19 ч.			
3-5	Передача сверху двумя руками в движении	Передачи мяча после подбрасывания.	-уметь выполнять передачу мяча сверху двумя руками; -уметь выполнять передачу снизу; -знать технику выполнения передач сверху и снизу - знать правила игры в волейбол
6-8	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	Передачи мяча в парах после набрасывания партнером. В парах, в тройках, верхняя, нижняя передача.	
9-10	Передачи мяча сверху над собой	Передача мяча из зоны 3 за голову в зону 4.	
11	Игровое занятие. Эстафеты.	Передача мяча из зоны 3 за голову в зону 2.	
12-14	Передача мяча снизу двумя руками над собой.	Передачи мяча на точность в мишени, расположенные на стене, на игровой площадке.	
15-16	Передача мяча сверху двумя руками в парах.		
17-19	Передача мяча снизу двумя руками в парах.		
20	Двусторонняя игра мини волейбол		
21	Развитие ловкости и координации		
Подачи - 9 ч.			
22-23	Нижняя прямая подача мяча.	Подачи в парах (партнёры стоят на боковых линиях площадки). Подачи через сетку с расстояния 6 и 9 м от сетки. Подача через сетку из-за лицевой линии. Подачи в правую и левую половины площадки. Подачи в ближнюю и дальнюю части площадки.	- уметь подавать нижнюю прямую и боковую подачи; - знать технику выполнения подачи
24-26	Нижняя боковая подача мяча		
27-29	Верхняя прямая подача мяча.		
30	Двусторонняя игра.		
Техники игры – 4 ч.			
31	Индивидуальные тактические	Приём мяча, переброшенного через	- уметь играть в команде.

	действия в нападении.	сетку из зоны 6 в различные зоны и на разной высоте. Приём подач, выполненных из зоны 6 и из-за лицевой линии в различные зоны и с различной траекторией полёта мяча.	- знать тактику игры в защите и в нападении
32	Индивидуальные тактические действия в защите.		
33-34	Подвижные игры	Подвижные игры с техническими элементами волейбола. «Вызов номеров».	- знать игры на развитие физических качеств

Тематическое планирование. 7 класс.

№ п/п	Название разделов и тем уроков, количество часов	Элементы содержания	Предметные планируемые результаты обучения
Перемещение – 2 ч.			
1	Правила и организация игры волейбол. Стойки и держание мяча. Перемещения.	Перемещения в стойке. Бег из различных и.п., с ускорением,	-знать стойку волейболиста -уметь перемещаться
2	Перемещения с набивными мячами. Развитие силы.	остановками, изменением направления. Ловля и передача набивного мяча двумя руками в парах и тройках. Комбинации из освоенных элементов. Правила техники безопасности. Основные правила игры	различными способами перемещения
Передачи мяча – 9 ч.			
3	Передача мяча сверху двумя руками над собой	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками	-уметь выполнять передачу мяча
4	Передача мяча снизу	на месте и после	сверху двумя

	двумя руками над собой	перемещений.	руками;	
5	Передачи мяча двумя руками сверху, через сетку.	Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах	-уметь выполнять передачу снизу;	
6	Передачи мяча во встречных колоннах.	через сетку с переходом в конец	-знать технику выполнения	
7-8	Передача мяча в движении в парах.	противоположной колонны.	передач сверху и снизу	
9-10	Передача двумя руками сверху в прыжке.	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении.	- знать правила игры волейбол	
11	Учебная игра «Волейбол» по упрощенным правилам.	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.		
Подача мяча – 9 ч.				
12	Нижняя прямая подача мяча.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6м от сетки. Выполнение подач в определенные зоны. Подачи в парах (партнёры стоят на боковых линиях площадки). Подачи через сетку с расстояния 6 и 9 м от сетки. подача через сетку из- за лицевой линии. Подачи в правую и левую половины площадки. Подачи в ближнюю и дальнюю части площадки	-уметь подавать нижнюю прямую и боковую подачу;	
13-14	Нижняя боковая подача мяча.			-знать технику выполнения
15-17	Верхняя подача мяча.			подачи
18	Развитие координационных способностей.			
19-20	Учебная игра «Волейбол»			
Прием мяча – 6 ч.				
21-22	Отбивание мяча через сетку.	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.	-уметь принимать мяч снизу;	
23-24	Прием мяча снизу над		-знать технику	

	собой с подачи.	В парах: приём мяча снизу и передача партнёру сверху двумя руками. Приём мяча в зоне 6.	приема мяча снизу и сверху.
25-26	Прием мяча сверху над собой с подачи.		
Тактика игры - 8 ч.			
27-28	Нападающий удар.	Н/ удар после подбрасывания мяча партнером. Н/ удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3. Блокирование (индивидуальное и групповое). Страховка. Н/ удар после подбрасывания мяча партнером. Взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игроков зоны 2,4,3 без изменения позиций игроков, с изменением позиций игроков. Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии.	-уметь играть в команде; -уметь выполнять нападающий удар с собственного подкидывания; -знать тактику игры в защите и в нападении; -знать правила игры в волейбол; -взаимодей-ть со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий; -управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умений убеждать).
29	Тактика свободного нападения.		
30	Позиционное нападение с изменением позиций.		
31	Подвижные игры и игровые задания.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий («Спиной к финишу», «Челночный бег с переносом кубиков», «Эстафета у стены»),	-уметь выполнять игровые упражнения для развития физических способностей. -знать игры на развитие физических качеств

		«Мяч над головой») и др.	
32	Развитие физических качеств	Совершенствования психомоторных способностей. Упражнения на быстроту и точность реакций. Упражнения и подвижные игры на развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	-уметь выполнять упражнения для развития физических способностей.
33-34	Учебная игра «Волейбол» по правилам с самостоятельным судейством.	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ	-знать жесты судей; -уметь вести протокол соревнований; уметь организовывать и осуществлять совместную деятельность.

Тематическое планирование. 8 класс.

№ п/п	Название разделов и тем уроков, количество часов	Элементы содержания	Предметные планируем ые результаты обучения
Перемещения - 2 ч.			
1	Основы знаний. Т Б на занятиях волейболом.	Инструктаж по охране труда при проведении занятий по подвижным играм. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. История	-уметь описывать технику изучаемых игровых приёмов -знать правила безопасности во время занятий
2	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.		

		возникновения игр. Комбинации из освоенных элементов техники.	
Передачи – 7 ч.			
3	Передачи мяча в парах, тройках с перемещениями.	Передача мяча сверху двумя руками назад, в парах, в тройках, в четвёрках; передачи через сетку назад, передачи на точность в мишени, расположенные на стене, передачи мяча из зон 3 за голову в зону 2, передачи мяча из зоны 3 за голову в зону 4. Передачи мяча над собой на месте, в движении, после перемещения.	-уметь описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий. -уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техники игровых приёмов и действий; -знать технику игровых приемов
4	Упражнения с набивным мячом. Передачи мяча в парах, тройках на месте.		
5	Передачи мяча во встречных колоннах.		
6-7	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.		
8-9	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.		
Подачи - 7 ч.			
10	Нижняя прямая, боковая подача.	Нижняя прямая подача мяча, верхняя подача в заданную часть площадки. Подачи в стену, в парах, через сетку, в правую и левую половину площадки, на точность. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	- осуществлять действия по образцу и заданному правилу, -находить необходимую информацию; - самостоятельно формулировать познавательные цели.
11-13	Верхняя прямая подача		
14-16	Силовая подача мяча Контроль подачи мяча.		
Прием мяча – 8 ч.			
17-19	Прием мяча после подачи. Игра в три касания	Учебно-тренировочная игра в волейбол. Подбивание мяча с продвижением, приём мяча наброшенного партнёром в парах, приём мяча после набрасывания через сетку. Приём мячей, отскочивших от сетки	– определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблему; -моделировать технику игровых
20	Правила волейбола. Игра с заданиями.		
21-22	Отбивание мяча кулаком через сетку.		
23-24	Прием мяча, отраженного сеткой.		

		с собственного набрасывания, приём мячей после набрасывания в сетку другим игроком, приём мячей после удара в сетку другим игроком	действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий возникающих в процессе игровой деятельности.
Тактика игры – 10 ч.			
25	Тактика свободного нападения.	Игра в волейбол с заданиями, Прямой нападающий удар при встречных передачах. Н/дар через сетку после подбрасывания мяча, через сетку с разных зон подбрасывания мяча, после встречной передачи, со второй передачи Блокирование. Передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой, в парах через сетку. Позиционное нападение со сменой мест. Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии	- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий; - управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умений убеждать). - освоить технические действия игрока на площадке; - осуществлять судейство игры;
26-28	Прямой нападающий удар		
29	Игра в нападении в зоне 3.		
30	Игра в защите. Блокирование		
31-33	Учебно-тренировочные игры		
34	Развитие физических качеств	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей	-уметь организовывать и осуществлять совместную деятельность;

		и выносливости.	-уметь контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.
--	--	-----------------	--

Тематическое планирование. 9 класс.

№п/п	Название разделов и тем уроков, количество часов	Элементы содержания	Предметные планируемые результаты обучения
Перемещения - 2 ч.			
1	Основы знаний. ТБ на занятиях волейболом.	Инструктаж по охране труда при проведении занятий по подвижным играм. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. История возникновения игр.	-уметь описывать технику изучаемых игровых приёмов
2	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.		-знать правила безопасности во время занятий
Передачи – 6 ч.			
3	Передача мяча в движении	Передача мяча сверху двумя руками назад, в парах, в тройках, в четвёрках; передачи через сетку назад, передачи на точность в мишени, расположенные на стене, передачи мяча из зон 3 за голову в зону 2, передачи мяча из зоны 3 за голову в зону 4. Передачи	-уметь описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий.
4-5	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)		-уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий;
6-7	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи		-знать технику игровых приемов
8	Передача мяча снизу двумя руками		

		мяча над собой на месте, в движении, после перемещения. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	
Подача мяча -11 ч.			
9-11	Верхняя прямая подача мяча	Подачи в стену, подачи в парах, подачи через сетку подачу в правую и левую половину площадки, подачи на точность. Соревнования на большое количество подач в заданный участок. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар.	- осуществлять действия по образцу и заданному правилу -находить необходимую информацию; - самостоятельно формулировать познавательные цели.
12-13	Силовая подача		
14-15	Верхняя подача с прыжка		
16-17	Учебно-тренировочная игра.		
18-19	Развитие физических качеств волейболиста		
Тактика игры-8ч			
20-22	Прямой нападающий удар:	Прыжок вверх толчком двух ног с места, с разбега в один, два и три шага. Имитация н/удара в прыжке с места, в прыжке с разбега. нападающий удар через сетку. Н/дар через сетку после подбрасывания мяч, через сетку с разных зон подбрасывания мяча, после встречной передачи, со второй передачи	-взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий; -управлять поведением партнёра(контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умений убеждать). - освоить технические действия игрока на площадке; осуществлять судейство игры;
23-24	Одиночное блокирование		
25	Страховка блокирующих.		
26	Индивидуальные тактические действия в нападении, защите		
27	Групповые тактические действия в нападении, защите		

		Имитация блокирования. Передвижение вдоль сетки, с остановкой, прыжком и выносом рук над сеткой, в парах через сетку, касаясь ладонями друг друга над сеткой. Позиционное нападение со сменой мест.	
Прием мяча-7ч.			
28	Приёму мяча снизу двумя руками	Подбивание мяча с продвижением, приём мяча наброшенного партнёром в парах, приём мяча после отскока от пола, приём мяча после набрасывания через сетку. Приём мячей, отскочивших от сетки с собственного набрасывания, приём мячей после набрасывания в сетку другим игроком, приём мячей	- осуществлять действия по образцу и заданному правилу, - находить необходимую информацию; - самостоятельно формулировать познавательные цели.
29	Прием мяча сверху двумя руками.		
30- 31	Приём мяча, отражённого сеткой		
32-34	Учебно-тренировочные игры	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение	-уметь организовывать и осуществлять совместную деятельность; -уметь контролировать физическую нагрузку по частоте

		разминки тренировочных занятий. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ	сердечных сокращений.
--	--	---	--------------------------