

Частное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа «Кристалл»

Рассмотрена на заседании  
кафедры воспитания  
Протокол № 1  
от «30» августа 2023 г.

Проверена  
Заместитель директора по  
УВР \_\_\_\_\_  
Зими́на А.И.

Утверждена  
Приказом  
№ 209 от 31.08.2023 г.  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Кирюхина Н.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Спортивный клуб»**  
**для обучающихся 5, 6, 7-8, 9-11 классов**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности «Спортивный клуб» для учащихся 5, 6, 7-8, 9-11 классов разработана на основе программы «Внеурочная деятельность учащихся: волейбол» под редакцией Г.А. Колодницкого, В. С. Кузнецова. М: Просвещение, 2018 г.

**Актуальность.** Важность программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности сложно переоценить. Для подвижных игр характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля и броски мяча осуществляемые в единоборстве с соперником. Такое разнообразие движений способствует укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма. Спортивные игры как средство физического воспитания нашли широкое применение в различных звеньях физкультурного движения.

**Основными целями** изучения курса «Спортивные клуб» являются:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

**Задачи программы:**

- укрепление здоровья;
- совершенствование физического развития;
- обучение основам техники и тактики подвижных игр;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни;
- формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям подвижными играм;
- воспитание моральных и волевых качеств

**Место в плане внеурочной деятельности:** изучение курса рассчитано на 1 час в неделю (34 часа в год).

**Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей:** в результате освоения программы обучающиеся показывают уровень усвоенных навыков в рамках внутришкольных соревнований по отдельным видам спорта.

**Рабочая программа внеурочной деятельности разработана с учетом рабочей программы воспитания.**

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**  
с указанием форм проведения занятий и видов деятельности

**5 класс**

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
3	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
5	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 <sup>х</sup> сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение

		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
15	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Комбинации различных видов ведения мяча и бросков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Применения обманных движений в игре. Совер-е техники подачи мяча. Взаимодействие трёх игроков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.

	приёма мяча с подачи и в защите.	техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Проведение спортивной игры.
<b>30</b>	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>31</b>	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>32</b>	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игровые упр-я с мячом для улучшения координации движений, равновесия, ритма. Обучение защите против игрока с мячом.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>33</b>	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>34</b>	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>Итого 34ч.</b>			

## 6 КЛАСС

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
<b>1</b>	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>2</b>	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>3</b>	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>4</b>	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>5</b>	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>6</b>	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>7</b>	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>8</b>	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 <sup>х</sup> сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>9</b>	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение

		Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Комбинации различных видов ведения мяча и бросков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Применения обманных движений в игре. Совер-е техники подачи мяча. Взаимодействие трёх игроков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных	Работа в командах. Проведение спортивной игры.

		движений.	
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игровые упр-я с мячом для улучшения координации движений, равновесия, ритма. Обучение защите против игрока с мячом.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>Итого: 34ч.</b>			

## 7-8 КЛАСС

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
2	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
3	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Разучивание верхней передачи мяча над	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение

	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
5	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 <sup>x</sup> сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Прямой нападающий	Игра с применением технических и	Работа в командах.



	удар.	тактических приёмов игры.	Проведение спортивной игры.
22	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>Итого: 34ч.</b>			

## 9-11 КЛАССЫ

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	Совершенствование стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
	Разучивание прямого	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.

2	нападающего удара.	Совершенствование подачи мяча.	Проведение спортивной игры.
3	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
5	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 <sup>x</sup> сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.

19	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
<b>Итого: 34ч.</b>			

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ освоения курса**

### **5 КЛАСС**

#### **Личностные УУД:**

- положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;
- понимание роли волейбола в укреплении здоровья.

#### **Познавательные УУД:**

- Рассказывать об истории развития спортивных игр в России;
- Рассказывать о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- Технически правильно выполнять двигательные действия в спортивных играх.
- Играть в волейбол по упрощенным правилам.

#### **Регулятивные УУД:**

- Следовать при выполнении задания инструкциям учителя
- Понимать цель выполняемых действий
- Различать подвижные и спортивные игры
- Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

### **6 КЛАСС**

#### **Личностные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- проговаривать последовательность действий;

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

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

## **7-8 КЛАСС**

### ***Личностные результаты:***

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

### ***Метапредметные результаты:***

- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

## **9-11 КЛАСС**

### ***Личностные результаты***

- развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

### ***Метапредметные результаты***

- формирование универсальных учебных действий (УУД).

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
3	Стойка игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
4	Стойка игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
16	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)

21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	<b>Всего</b>	<b>34</b>	

## 6 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
2	Стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Стойки игрока (исходные положения).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
16	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)



30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	<b>Всего</b>	<b>34</b>	

## 7-8 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойка игрока	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
2	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

16	Прямой нападающий удар.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	<b>Всего</b>	<b>34</b>	

## 9-11 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойка игрока	1	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

2	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
3	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
4	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
16	Прямой нападающий удар.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ <a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> (сайтГТО)

25	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	<b>1</b>	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
<b>Всего</b>		<b>34</b>	