

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Муниципальное образование Мамонтовский район Алтайского края

МКОУ "Костинологовская СОШ "

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

Протокол №16 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Шуллер И.Н.
Приказ №106 от «31»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению волейбол
для учащихся 5 - 11 классов

Составитель: Лейтан О.А.,
учитель физической культуры

Срок реализации: 2023/24 учебный год

с. Костин Лог
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных организаций объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных организаций Российской Федерации, организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных организаций Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» разработана на основе «Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол» ФГОС. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - 2-е издание. Москва, «Просвещение», 2012 г.

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных организаций. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в школе, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей.

Цели и задачи рабочей программы

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом.
4. Обучение технике и тактике игры в волейбол.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» предназначена для обучающихся 5–9 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения занятий, а именно: занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность 45 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, соответствующих возрастным возможностям занимающихся.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПОУРОЧНЫЙ ПЛАН
5 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведени я занятий	Электрон ные (цифров ые)образ овательн ые ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Спиной к финишу»	однапра вленное	https://resh.edu.ru/
3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Спиной к финишу»	однапра вленное	https://resh.edu.ru/
4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Спиной к финишу»	однапра вленное	https://resh.edu.ru/
5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Спиной к финишу»	однапра вленное	https://resh.edu.ru/
6	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Спиной к финишу»	однапра вленное	https://resh.edu.ru/
7	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Эстафеты.	комбинир ованное	https://resh.edu.ru/
8	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинир ованное	https://resh.edu.ru/
9	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинир ованное	https://resh.edu.ru/
10	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинир ованное	https://resh.edu.ru/

11	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
12	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
13	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
14	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	контрольное	https://resh.edu.ru/
15	Нижняя прямая подача. Игра «Снайперы»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
16	Нижняя прямая подача. Игра «Снайперы»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
17	Нижняя прямая подача Игра «Снайперы»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
18	Нижняя прямая подача Игра «Снайперы»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
19	Нижняя прямая подача Игра «Снайперы»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
20	Нижняя прямая подача Игра «Снайперы»	контрольное	https://resh.edu.ru/
21	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
22	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
23	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
24	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/

		ованное	h.edu.ru/
25	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://res.h.edu.ru/
26	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	контрольное	https://res.h.edu.ru/
27	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
28	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
29	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
30	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://res.h.edu.ru/
31	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
32	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
33	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
34	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://res.h.edu.ru/
35	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://res.h.edu.ru/

6 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Бег с кувырками»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Бег с кувырками»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
6	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
7	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
8	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
9	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
10	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
11	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/

12	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	контрольное	https://resh.edu.ru/
13	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
14	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
15	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
16	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
17	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
18	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	контрольное	https://resh.edu.ru/
19	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
20	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
21	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
22	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
23	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
24	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
25	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/

		анное	du.ru/
26	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	контрольное	https://resh.edu.ru/
27	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
28	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
29	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
30	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
31	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
32	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
33	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
34	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
35	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/

7 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые)об разовательны е ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/
2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Бег с кувырками»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Игра «Бег с кувырками»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
6	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игра «Бег с кувырками»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
7	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
8	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
9	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
10	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
11	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
12	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении) Эстафеты.	контрольно	https://resh.edu.ru/

		е	u.ru/
13	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
14	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
15	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
16	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
17	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
18	Нижняя прямая подача Игра «Прими подачу»	контрольно е	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
19	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
20	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
21	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
22	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
23	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
24	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/
25	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	<a href="https://resh.ed
u.ru/">https://resh.ed u.ru/

26	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	контрольно е	https://resh.edu.ru/
27	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
28	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
29	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
30	Прием мяча сверху двумя руками. Двусторонняя учебная игра.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
31	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
32	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
33	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
34	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
35	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольно е	https://resh.edu.ru/

8 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/
2-3	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
4-5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
6-7	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправленное	https://resh.edu.ru/
8-9	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Игровое задание «Художник».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
10-11	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Игровое задание «Художник».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
12-13	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Игровое задание «Художник».	контрольное	https://resh.edu.ru/
14-15	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
16-17	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
18-19	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	контрольное	https://resh.edu.ru/
20-21	Нижняя прямая подача. Игра «Снайперы».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
22-23	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	комбинированное	https://resh.edu.ru/

		ванное	u.ru/
24-25	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	контрольно е	https://resh.edu.ru/
26-27	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
28-29	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
30-31	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
32-33	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
34-35	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	контрольно е	https://resh.edu.ru/
36-37	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
38-39	Прием мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
40-41	Прием мяча снизу двумя руками. Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
42-43	Прием мяча снизу двумя руками. Эстафеты.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
44-45	Прием мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
46-47	Прием мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
48-49	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/

50-51	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
52-53	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
54-55	Страховка при блокировании. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
56-57	Страховка при блокировании. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
58-59	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
60-61	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
62-63	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
64-65	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
66-67	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
68-70	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/

9 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые)об разовательны е ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/
2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однаправ ленное	https://resh.edu.ru/
5	Передача мяча сверху двумя руками вперёд - вверх (в опорном положении). Игра «Мяч в стену».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
6	Передача мяча сверху двумя руками вперёд - вверх (в опорном положении). Игра «Мяч в стену».	контрольн о	https://resh.edu.ru/
7	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
8	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
9	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	контрольн о	https://resh.edu.ru/
10	Передача мяча сверху двумя руками , стоя спиной в направлении передачи.	комбини рованное	https://resh.edu.ru/
11	Передача мяча сверху двумя руками , стоя спиной в направлении передачи	контрольн о	https://resh.edu.ru/
12	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	комбини рованное	https://resh.edu.ru/

		ванное	u.ru/
13	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	контрольно е	https://resh.edu.ru/
14	Верхняя прямая подача . Игра «Прими подачу».	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
15	Верхняя прямая подача . Игра «Прими подачу».	контрольно е	https://resh.edu.ru/
16	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
17	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
18	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	контрольно е	https://resh.edu.ru/
19	Приём мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
20	Приём мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	контрольно е	https://resh.edu.ru/
21	Приём мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
22	Приём мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
23	Приём мяча , отражённого сеткой. Эстафеты.	комбиниру ванное	https://resh.edu.ru/
24	Приём мяча , отражённого сеткой. Эстафеты.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
25	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/

26	Одиночное блокирование. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
27	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
28	Страховка при блокировании. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
29	Страховка при блокировании. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
30	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
31	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
32	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
33	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
34	Групповые тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
35	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/

10-11 класс

№ п/п	Содержание.	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Инструктаж по ТБ. Стойка игрока (исходные положения)	теория	https://resh.edu.ru/

2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однонаправленное	https://resh.edu.ru/
3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однонаправленное	https://resh.edu.ru/
4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков»	однонаправленное	https://resh.edu.ru/
5	Передача мяча сверху двумя руками вперёд - вверх (в опорном положении). Игра «Мяч в стену».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
6	Передача мяча сверху двумя руками вперёд - вверх (в опорном положении). Игра «Мяч в стену».	контрольное	https://resh.edu.ru/
7	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
8	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
9	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Игра «Мяч над головой».	контрольное	https://resh.edu.ru/
10	Передача мяча сверху двумя руками , стоя спиной в направлении передачи.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
11	Передача мяча сверху двумя руками , стоя спиной в направлении передачи	контрольное	https://resh.edu.ru/
12	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
13	Нижняя прямая подача. Игра «Прими подачу».	контрольное	https://resh.edu.ru/
14	Верхняя прямая подача . Игра «Прими подачу».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
15	Верхняя прямая подача . Игра «Прими подачу».	контрольное	https://resh.edu.ru/

		е	u.ru/
16	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
17	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	комбинированное	https://resh.edu.ru/
18	Прямой нападающий удар (по ходу). Игра «Бомбардиры».	контрольное	https://resh.edu.ru/
19	Приём мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	комбинированное	https://resh.edu.ru/
20	Приём мяча снизу двумя руками. Игра «Сумей принять»	контрольное	https://resh.edu.ru/
21	Приём мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
22	Приём мяча сверху двумя руками. Эстафеты.	контрольное	https://resh.edu.ru/
23	Приём мяча , отражённого сеткой. Эстафеты.	комбинированное	https://resh.edu.ru/
24	Приём мяча , отражённого сеткой. Эстафеты.	контрольное	https://resh.edu.ru/
25	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
26	Одиночное блокирование. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/
27	Одиночное блокирование. Двусторонняя учебная игра.	контрольное	https://resh.edu.ru/
28	Страховка при блокировании. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно-игровое	https://resh.edu.ru/

29	Страховка при блокировании. Двусторонняя учебная игра.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
30	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
31	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
32	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	контрольно е	https://resh.edu.ru/
33	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
34	Групповые тактические действия в нападении и защите. Судейство игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	целостно- игровое	https://resh.edu.ru/
35	Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	контрольно е	https://resh.edu.ru/

Литература

1. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - 2-е изд. -М.:Просвещение, 2012.
2. «Проектирование программ внеурочной деятельности в соответствии с вариативными моделями организации внеурочной образовательной деятельности в условиях реализации ФГОС»/авторсост. И.А. Новикова. - Барнаул: АК ИПКРО, 2012.