

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2
г.ЧЕРЕПАНОВА
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

 Ефимова Г.П.
27.08.2026г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по

УВР

 Голубева Е.М.
27.08.2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

 Канина Т.А.

27.08.2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«ВОЛЕЙБОЛ»

для обучающихся

4-9 классов

срок реализации 1 год

Составитель: Васильева М.Н.

г.Черепаново 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Волейбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту в 5-6, 7-10 классах.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- О недопустимости перегрузок обучающихся в школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009г.).

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

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия. Практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района).

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 сердечнососудистой 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.

Цель обучения: мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья, как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
- обучение технике и тактике игры в волейбол;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- 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 5-6, 7-10 классов.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 40 минут. 5-6 класс - 80 минут (2 часа в неделю), 7-10 классы 160 минут (4 часа в неделю).

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке.

Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

1. Результаты освоения внеурочного курса

Стандарт устанавливает требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу начального общего образования:

- личностным, включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;
- метапредметным, включающим освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться;
- предметным, включающим освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной карты мира.

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличии мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

- формирование умения понимать причину успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- обнаружение ошибок при участии в подвижных играх;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время подвижных игр;
- занятия подвижными играми с учетом требований безопасности.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования с учётом специфики содержания предметных областей, включающих в себя конкретные учебные предметы, должны отражать:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

Учащиеся научатся:

- составлять и выполнять комплексы утренней зарядки, упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий;
- играть в волейбол по упрощённым правилам,

- иметь представление о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности, - о способах изменения направления и скорости движения;
- иметь представление о подводящих к волейболу играх, правилах их проведения;

Учащиеся получают возможность научиться:

- знаниям о зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр, истории развития волейбола;
- терминологиям разучиваемых движений и действий в волейболе;
- основам личной гигиены, правилам использования закаливания, профилактики осанки и укрепления стопы;
- предупреждать случаи травматизма на занятиях по волейболу.

2. Наряду с общими задачами перед учащимися ставятся и воспитательные задачи:

1. установить доверительные отношения с учениками, использовать различные способы привлечения их внимания к обсуждаемой на уроке информации, способы активизации их познавательной деятельности;
2. побуждать школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
3. привлекать внимание школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организовать их работу с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, выработки своего к ней отношения;
4. использовать воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
5. применять на уроке интерактивные формы работы учащихся: интеллектуальные игры; дидактический театр дискуссии; групповую работу или работу в парах;

6. включить в урок игровые процедуры, поддерживающие мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе;
7. организовать шефство мотивированных и эрудированных учащихся над неуспевающими одноклассниками;
8. инициировать исследовательскую деятельность школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов с приобретения школьниками навыков самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных идей, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Календарно-тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания

для учащихся 5-6 классов

№ урока	Тема урока	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Техника безопасности во время подвижных игр. Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Простые салки»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
2	Техника безопасности во время подвижных игр. Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Простые салки»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
3	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота», «Бегуны»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
4	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота», «Бегуны»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
5	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота»,	1	1	Российская

	«Бегуны»			электронная школа resh.edu.ru
6	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота», «Бегуны»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
7	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота», «Бегуны»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
8	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Круговая охота», «Бегуны»	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
9	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Рывок за мячом», «День и ночь».	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
10	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Рывок за мячом», «День и ночь».	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
11	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Рывок за мячом», «День и ночь».	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
12	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Рывок за мячом», «День и ночь».	1	1	Российская электронная школа resh.edu.ru
13	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Четыре мяча», «Перетягивание в парах».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
14	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Четыре мяча», «Перетягивание в парах».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
15	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Четыре мяча», «Перетягивание в парах».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
16	Перемещения в волейболе. Подвижная игра «Четыре мяча», «Перетягивание в парах».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru

17	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Подвижный ринг», «Борьба всадников».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
18	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Подвижный ринг», «Борьба всадников».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
19	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Подвижный ринг», «Борьба всадников».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
20	Перемещения в волейболе. Подвижная игра: «Подвижный ринг», «Борьба всадников».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
21	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Борьба всадников», «Передал-садись».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
22	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Борьба всадников», «Передал-садись».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
23	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Борьба всадников», «Передал-садись».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
24	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Борьба всадников», «Передал-садись».	1	2	Российская электронная школа resh.edu.ru
25	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Передал-садись», «Мяч среднему»	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
26	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Передал-садись», «Мяч среднему»	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
27	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Передал-садись», «Мяч среднему»	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
28	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Передал-садись», «Мяч среднему»	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru

29	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Мяч среднему», «25 передач».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
30	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Мяч среднему», «25 передач».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
31	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Мяч среднему», «25 передач».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
32	Верхняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижные игры: «Мяч среднему», «25 передач».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
33	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «25 передач», «Бросай-беги».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
34	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «25 передач», «Бросай-беги».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
35	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «25 передач», «Бросай-беги».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
36	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «25 передач», «Бросай-беги».	1	3	Российская электронная школа resh.edu.ru
37	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Бросай-беги», «Гонка игроков, ведущих мяч».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
38	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Бросай-беги», «Гонка игроков, ведущих мяч».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
39	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Бросай-беги», «Гонка игроков, ведущих мяч».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
40	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра: «Бросай-беги», «Гонка игроков, ведущих мяч».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru

41	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра :«Гонка игроков, ведущих мяч», «Навстречу через сетку».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
42	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра :«Гонка игроков, ведущих мяч», «Навстречу через сетку».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
43	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра :«Гонка игроков, ведущих мяч», «Навстречу через сетку».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
44	Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. Подвижная игра :«Гонка игроков, ведущих мяч», «Навстречу через сетку».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
45	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра: «Навстречу через сетку», «Передачи по вызову».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
46	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра: «Навстречу через сетку», «Передачи по вызову».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
47	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра: «Навстречу через сетку», «Передачи по вызову».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
48	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра: «Навстречу через сетку», «Передачи по вызову».	1	4	Российская электронная школа resh.edu.ru
49	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра «Передачи по вызову», «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
50	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра «Передачи по вызову», «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
51	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра «Передачи по вызову», «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
52	Приём мяча в парах, у сетки. Подвижная игра «Передачи по вызову», «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru

53	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
54	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
55	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
56	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Назад по колонне и по кругу».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
57	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Эстафета парами».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
58	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Эстафета парами».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
59	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Эстафета парами».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
60	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Эстафета парами».	1	5	Российская электронная школа resh.edu.ru
61	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Лapта волейболистов».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
62	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Лapта волейболистов».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
63	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Лapта волейболистов».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
64	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра: «Лapта волейболистов».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru

65	Пионербол и эстафеты. Подвижная Игра: «Поймай лягушку», «Сумей догнать».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
66	Пионербол и эстафеты. Подвижная Игра: «Поймай лягушку», «Сумей догнать».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
67	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра «Гонка с выбыванием».	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
68	Пионербол и эстафеты. Подвижная игра «Гонка с выбыванием». Итоги за учебный год.	1	6	Российская электронная школа resh.edu.ru
	Итого	68		

3. Календарно-тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания для учащихся 7-10 классов

№ урока	Тема урока	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
1	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основы знаний о физической деятельности. История зарождения игры «Волейбол». Содержание и этапы развития игры. Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах.	2	1
2	Содержание и этапы развития игры. Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах.	2	1
3	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойки игрока. Передвижения, остановка шагом, прыжком. Подвижная игра: «Брось — поймай». Контроль физической подготовленности.	2	1
4	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойки игрока. Передвижения,	2	1

	остановка шагом, прыжком. Подвижная игра: «Брось — поймай». Контроль физической подготовленности.		
5	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Техническая подготовка волейболиста	2	1
6	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Техническая подготовка волейболиста	2	1
7	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Рывок за мячом», Инвентарь для игры в волейбол	2	2
8	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Рывок за мячом», Инвентарь для игры в волейбол	2	2
9	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Волейбол с надувным мячом».	2	2
10	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Волейбол с надувным мячом».	2	2
11	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Мяч капитану»	2	2
12	Верхняя передача двумя руками над собой, в парах, через сетку в парах. Подвижная игра «Мяч капитану»	2	2
13	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Эстафеты. СФП	2	3
14	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Эстафеты. СФП	2	3
15	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Пионербол.	2	3

16	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Пионербол.	2	3
17	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Пионербол.	2	3
18	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Пионербол.	2	3
19	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Подвижная игра «Салки с мячом».	2	5
20	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Подвижная игра «Салки с мячом».	2	5
21	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Тактическая подготовка волейболиста.	2	5
22	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Тактическая подготовка волейболиста.	2	5
23	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Учебная игра. Правила судейства соревнований по волейболу.	2	5
24	Верхняя, нижняя передача двумя руками вперёд, в парах, через сетку, назад. Учебная игра. Правила судейства соревнований по волейболу.	2	5
25	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите Индивидуальная техника защиты. Учебная игра.	2	6
26	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите Индивидуальная техника защиты. Учебная игра.	2	6
27	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Перехват мяча. Подвижная игра «Бег пингвинов». Учебная игра.	2	6

28	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Перехват мяча. Подвижная игра «Бег пингвинов». Учебная игра.	2	6
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Индивидуальная техника защиты. Учебная игра.	2	6
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Индивидуальная техника защиты. Учебная игра.	2	6
31	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Учебная игра.	2	2
32	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Учебная игра.	2	2
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Учебная игра.	2	2
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Учебная игра.	2	2
35	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Двусторонняя игра. Правила игры.	2	2
36	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите. Двусторонняя игра. Правила игры.	2	2
37	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4
38	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4
39	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4

40	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4
41	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4
42	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра.	2	4
43	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра	2	5
44	Одиночное блокирование и страховка. Двусторонняя учебная игра	2	5
45	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
46	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
47	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
48	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
49	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6
50	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6
51	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6

52	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6
53	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6
54	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	6
55	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
56	Прямой нападающий удар с места, в прыжке, через сетку. Двусторонняя учебная игра.	2	5
57	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	5
58	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	5
59	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	5
60	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	5
61	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
62	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
63	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3

64	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
65	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
66	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
67	Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
68	Контроль за уровнем общей физической подготовкой. Двусторонняя учебная игра.	2	2,3
	Итого:	136	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- А.П. Матвеев. Физическая культура .5 класс: учебник; 13-е издание, переработанное .=Москва: «Просвещение, 2023.
- Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/ под ред. М.Я. Виленского.- 3-е изд.- М: Просвещение , 2014.
- Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/ под ред.В.И.Лях.-10-е изд. – М,,: Просвещение , 2021 г.
- Физическая культура. 8-9 классы: учебник А.П. Матвеев.- 14-е изд.,- Москва: Просвещение.
- Физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразоват. Организаций: базовый уровень/ В.И.Лях.- М,,: Просвещение , 2012.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Информационно-методическое письмо об особенностях преподавания учебного предмета «Физическая культура» в 2026/2027 учебном году
[15_inf_metod-pismo-fizkultura.pdf](#)
- Физическая культура. Методические рекомендации. 809 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций /В.И.Лях.- М., Просвещение, 2014.
- Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11 кл,: Метод. Пособие.-2-е изд.,стереотип.-М.: Дрофа, 2004.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И

РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>

<https://www.gto.ru/norms>

<https://uchi.ru/?->

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. 1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И.Ляха/авт.-сост. Р.Р. Хайрутдинов. - Волгоград : Учитель, 2021

Методические рекомендации к УМК по предмету.

Поурочное планирование.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>

<https://www.gto.ru/norms>

<https://uchi.ru/?->

