

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 1 имени Героя Советского Союза
Григория Васильевича Баламуткина»

ПРИНЯТА

на педагогическом совете
Протокол №1 от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБОУ «СОШ №1
имени Героя Советского Союза
Г.В. Баламуткина»
от 30.08.2023г. №309

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО НАПРАВЛЕНИЮ:

внеурочная деятельность по учебным предметам образовательной программы

« Волейбол »

5, 7 классы

Составитель:

Давыденко Юлия Михайловна
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории
Моргунова Юлия Валерьевна,
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

Содержание курса внеурочной деятельности

5 класс

Разучивание стойки игрока (исходные положения).Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.Двусторонняя учебная игра.Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).Эстафеты с различными способами перемещений.

Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).Разучивание верхней передачи мяча у стены.Игры, развивающие физические способности.Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.Разучивание нижней прямой подачи.Двусторонняя учебная игра.Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Разучивание приём мяча сверху двумя руками.Игры, развивающие физические способности.

Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.Двусторонняя учебная игра.

Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

7 класс

Совершенствование стоек игрока.Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.Игры, развивающие физические способности.Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).Закрепление верхней передачи мяча у стены.Эстафеты с различными способами перемещений.Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.

Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.Закрепление верхней прямой подачи.

Двусторонняя учебная игра.Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.Закрепление прямого нападающего удара.Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.Игры, развивающие физические способности.Закрепление одиночного блокирования.Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).Закрепление страховки при блокировании.Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите.Двусторонняя учебная игра. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «» достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения, и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты освоения программы отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
активное участие в жизни семьи, школы, округа, родного края, страны;
неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;
понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;
представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;
представление о способах противодействия коррупции;
готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;
готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

Патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Эстетического воспитания:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;
осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;
понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества;
стремление к самовыражению в разных видах искусства.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;
ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
умение принимать себя и других, не осуждая;
умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;
сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
готовность адаптироваться в профессиональной среде;
уважение к труду и результатам трудовой деятельности;
осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологического воспитания:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;
повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;
готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды, включают:

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;
способность обучающихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других;
способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие;
умение распознавать конкретные примеры понятия по характерным признакам, выполнять операции в соответствии с определением и простейшими свойствами понятия, конкретизировать понятие примерами, использовать понятие и его свойства при решении задач, а также оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;
умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;
воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;
оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;
формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

Метапредметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности, в том числе адаптированной, отражают:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

признавать свое право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость себе и другим;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество академических часов	Использование электронных (цифровых)	Форма проведения занятий
-------	-----------------------------	--------------------------------	--------------------------------------	--------------------------

			образовательных ресурсов	
1	Перемещения	9	https://resh.edu.ru/subject/9/	игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
2	Верхняя передача	6		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
3	Нижняя передача	6		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
4	Приём мяча	4		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
5	Подвижные игры и эстафеты	9		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
6	Физическая подготовка в процессе занятия			
	итого	34		

**Тематическое планирование
7 класс**

№	Тема	Количество академических часов	Использование электронных (цифровых) образовательных ресурсов	Форма проведения занятий
1	Индивидуальные тактические действия в нападении	7	https://resh.edu.ru/subject/9/	игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
2	Закрепление техники верхней передачи	6		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
3	Закрепление техники нижней передачи	6		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
4	Верхняя прямая подача	4		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
5	Закрепление техники приёма мяча с подачи	3		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	8		игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.
7	Физическая подготовка в процессе занятия			игра, учебно-тренировочные занятия, беседы, эстафеты, соревнования.

Итого	34		
--------------	-----------	--	--

**Календарно-тематическое планирование
5 класс**

№ п/п	Тема занятия	Дата			
		5 а	5 б	5 в	5 г
1.	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	6.09.23	7.09.23	1.09.23	1.09.23
2.	Разучивание стойки игрока (исходные положения). Закрепление	13.09.23	14.09.23	8.09.23	8.09.23
3.	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	20.09.23	21.09.23	15.09.23	15.09.23
4.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	27.09.23	28.09.23	22.09.23	22.09.23
5.	Перемещение в стойке приставными шагами: лицом вперёд.	4.10.23	5.10.23	29.09.23	29.09.23
6.	Двусторонняя учебная игра.	11.10.23	12.10.23	6.10.23	6.10.23
7.	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки).	18.10.23	19.10.23	13.10.23	13.10.23
8.	Разучивание сочетания способов перемещений (повороты).	25.10.23	26.10.23	20.10.23	20.10.23
9.	Разучивание сочетания способов перемещений (прыжки вверх).	8.11.23	9.11.23	27.10.23	27.10.23
10.	Эстафеты с различными способами перемещений.	15.11.23	16.11.23	10.11.23	10.11.23
11.	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	22.11.23	23.11.23	17.11.23	17.11.23
12.	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление	29.11.23	30.11.23	24.11.23	24.11.23
13.	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	6.12.23	7.12.23	1.12.23	1.12.23
14.	Игры, развивающие физические способности.	13.12.23	14.12.23	8.12.23	8.12.23
15.	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	20.12.23	21.12.23	15.12.23	15.12.23
16.	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	27.12.23	28.12.23	22.12.23	22.12.23
17.	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Закрепление	10.01.24	11.01.23	29.12.23	29.12.23
18.	Разучивание нижней прямой подачи.	17.01.24	18.01.24	12.01.24	12.01.24
19.	Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление	24.01.24	25.01.24	19.01.24	19.01.24
20.	Двусторонняя учебная игра.	31.01.24	1.02.24	26.01.24	26.01.24
21.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	7.02.24	8.02.24	2.02.24	2.02.24
22.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	14.02.24	15.02.24	9.02.24	9.02.24
23.	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	21.02.24	22.02.24	16.02.24	16.02.24
24.	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками. Закрепление	28.02.24	29.02.24	23.02.24	23.02.24
25.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	6.03.24	7.03.24	1.03.24	1.03.24
26.	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	13.03.24	14.03.24	15.03.24	15.03.24
27.	Разучивание приём мяча сверху двумя руками. Закрепление	20.03.24	21.03.24	22.03.24	22.03.24
28.	Игры, развивающие физические способности: Пионербол	20.03.24	28.03.24	29.03.24	29.03.24
29.	Игры, развивающие физические способности: веселая эстафета	27.03.24	11.04.24	12.04.24	12.04.24
30.	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении.	10.04.24	18.04.24	19.04.24	19.04.24
31.	Разучивание индивидуальных тактических действия в защите.	17.04.24	25.04.24	26.04.24	26.04.24
32.	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.Закрепление	24.04.24	2.05.24	10.05.24	10.05.24
33.	Двусторонняя учебная игра.	15.05.24	16.05.24	17.05.24	17.05.24
34.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	22.05.24	23.05.24	24.05.24	24.05.24

Календарно-тематическое планирование

7 класс

№	Тема занятия	Дата				
		7А	7Б	7В	7Г	7Д
1.	Совершенствование стоек игрока.	02.09	02.09	02.09	02.09	02.09
2.	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	09.09	09.09	09.09	09.09	09.09
3.	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: лицом вперёд.	16.09	16.09	16.09	16.09	16.09
4.	Игры, развивающие физические способности.	23.09	23.09	23.09	23.09	23.09
5.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	30.09	30.09	30.09	30.09	30.09
6.	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	07.10	07.10	07.10	07.10	07.10
7.	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	14.10	14.10	14.10	14.10	14.10
8.	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	21.10	21.10	21.10	21.10	21.10
9.	Эстафеты с различными способами перемещений.	28.10	28.10	28.10	28.10	28.10
10.	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	11.11	11.11	11.11	11.11	11.11
11.	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	18.11	18.11	18.11	18.11	18.11
12.	Верхняя прямая подача.	25.11	25.11	25.11	25.11	25.11
13.	Закрепление верхней прямой подачи.	02.12	02.12	02.12	02.12	02.12
14.	Двусторонняя учебная игра.	09.12	09.12	09.12	09.12	09.12
15.	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости.	16.12	16.12	16.12	16.12	16.12
16.	Развитие координационных способностей, выносливости, гибкости.	23.12	23.12	23.12	23.12	23.12
17.	Прямой нападающий удар	13.01	13.01	13.01	13.01	13.01
18.	Закрепление прямого нападающего удара	20.01	20.01	20.01	20.01	20.01
19.	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.	27.01	27.01	27.01	27.01	27.01
20.	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.	03.02	03.02	03.02	03.02	03.02
21.	Эстафеты на совершенствование технических приёмов и тактических действий.	10.02	10.02	10.02	10.02	10.02
22.	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.	17.02	17.02	17.02	17.02	17.02
23.	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол	24.02	24.02	24.02	24.02	24.02
24.	Игры, развивающие физические способности. Баскетбол	01.03	01.03	01.03	01.03	01.03
25.	Закрепление одиночного блокирования.	09.03	09.03	09.03	09.03	09.03
26.	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	16.03	16.03	16.03	16.03	16.03
27.	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	23.03	23.03	23.03	23.03	23.03
28.	Страховка при блокировании.	13.04	13.04	13.04	13.04	13.04
29.	Закрепление страховки при блокировании.	20.04	20.04	20.04	20.04	20.04
30.	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	27.04	27.04	27.04	27.04	27.04

31.	Разучивание групповых тактических действий в нападении.	04.05	04.05	04.05	04.05	04.05
32.	Разучивание групповых тактических действий в защите.	11.05	11.05	11.05	11.05	11.05
33.	Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.	18.05	18.05	18.05	18.05	18.05
34.	Двусторонняя учебная игра волейбол.	25.05	25.05	25.05	25.05	25.05