



**Уральский
федеральный
университет**

имени первого Президента
России Б.Н.Ельцина

Специализированный
учебно-научный центр

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Уральский федеральный университет
имени первого Президента России Б.Н. Ельцина» (УрФУ)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ УЧЕБНО-НАУЧНЫЙ ЦЕНТР

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по
образовательной деятельности по
организации приема и довузовскому
образованию



Е. С. Авраменко
2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Волейбол»

8–9 класс

базовый уровень

срок реализации 2 года

Рассмотрено на заседании кафедры
Протокол № 5 от 5 июня 2025 г.

Рекомендовано Ученым советом
СУНЦ УрФУ
Протокол № 6 от 19 июня 2025 г.

Согласовано:

Директор СУНЦ УрФУ

Л. Е. Манылова

Академический директор СУНЦ УрФУ

М. С. Рябцев

Екатеринбург, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» (далее по тексту – курс) составлена на основе:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
3. Учебное пособие А.Г. Фурманов Волейбол. Организация и методика обучения. Издательство Современная школа, 2009 год.

В системе физического воспитания обучающихся СУНЦ УрФУ одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции.

Волейбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Кроме того, спортивные игры, в том числе волейбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия волейболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В волейболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Специфика программы: Обучение сложной технике игры основывается на приобретении умения обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

На протяжении года удельный вес физической и технической подготовки меняется. Если в начале учебного года основное внимание уделяется физической подготовке, которая занимает до 60—70% времени, то в конце учебного года рекомендуется увеличение количества часов, отводимых на техническую подготовку. Следует заметить, что во второй половине года физическая подготовка осуществляется также и в упражнениях технической направленности.

Основной принцип тренировочной работы в группах—всесторонняя подготовка учащихся, а также знакомство с элементами игровой специализации.

Необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, прыжки, входят составной частью в игровые действия.

Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных. Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейбола и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий. Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания. Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: – метод упражнений; – игровой; – соревновательный, – круговой тренировки. Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: – в целом; – по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся. Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Цели изучения курса

1. Обеспечить учащихся знаниями о специальных приемах и действиях волейбола.
2. Содействовать укреплению здоровья подростков 14 – 16 лет.
3. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся.

Задачи работы курса:

1. расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «волейбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
2. совершенствование функциональных возможностей организма;
3. формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
4. обучить основным элементам игры в волейбол.

Место курса в образовательной программе

Волейбол доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в СУНЦ УрФУ. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами волейбола, их использования в прикладных целях для увеличения объема двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Курс реализуется в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися СУНЦ УрФУ в рамках внеурочной деятельности.

Количество часов в учебном плане на изучение курса:

| Класс | Количество часов в неделю | Количество учебных недель | Количество часов в год |
|-------|---------------------------|---------------------------|------------------------|
| 8 | 6 | 34 | 204 |
| 9 | 6 | 34 | 204 |
| Всего | | | 408 |

Формы проведения занятий курса

Содержание курса рассчитано на систему трехразовых занятий в неделю продолжительностью 90 минут. Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния волейбола, правил соревнований по волейболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 10-ти минутных бесед в процессе практических занятий.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки волейболиста и тактико-техническим действиям волейболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, подача. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока.

Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени.

Содержание курса

8 класс

| № | Наименование модуля/курса | Содержание раздела |
|---|----------------------------------|--|
| 1 | <i>Теоретическая подготовка.</i> | Развитие волейбола в России и за рубежом. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка волейболиста. Техническая подготовка волейболиста. Тактическая подготовка волейболиста. Психологическая подготовка волейболиста. Соревновательная деятельность волейболиста. Организация и проведение соревнований по волейболу Правила судейства соревнований по волейболу. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий волейболом. |
| 2 | <i>Физическая подготовка</i> | Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками). Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Специальная физическая подготовка Упражнения для развития быстроты движений волейболиста. Упражнения для развития специальной выносливости волейболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста. |

| | | |
|---|-------------------------------|---|
| | | Упражнения для развития ловкости волейболиста. |
| 3 | <i>Техническая подготовка</i> | <p>Упражнения без мяча.</p> <p>Стойка игрока (исходные положения).</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом/спиной вперёд.</p> <p>Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:</p> <p>с разной скоростью;</p> <p>в одном и в разных направлениях.</p> <p>Упражнения с мячом</p> <p>Верхняя передача мяча у стены.</p> <p>Верхняя передача мяча в парах.</p> <p>Верхняя передача мяча в парах через сетку.</p> <p>Верхняя передача мяча над собой.</p> <p>Нижняя передача над собой.</p> <p>Нижняя передача в парах.</p> <p>Нижняя передача мяча в парах через сетку</p> <p>Подачи.</p> <p>Нижняя прямая подача.</p> <p>Верхняя прямая подача.</p> <p>Нападающие (атакующие) удары.</p> <p>Прямой нападающий удар</p> <p>Прием мяча.</p> <p>Приём мяча снизу двумя руками.</p> <p>Прием мяча сверху двумя руками.</p> <p>Блокирование атакующих ударов.</p> <p>Одиночное блокирование.</p> <p>Групповое блокирование.</p> |
| 4 | <i>Тактическая подготовка</i> | <p>Индивидуальные и тактические действия в нападении.</p> <p>Индивидуальные и тактические действия в защите.</p> <p>Групповые тактические действия в нападении.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| | | <p>Групповые тактические действия в защите.</p> <p>Командные тактические действия в нападении.</p> <p>Командные тактические действия в защите.</p> <p>Игра в волейбол с заданными тактическими действиями.</p> |
| 5 | <i>Контрольные игры и соревнования</i> | <p>Игры внутри группы.</p> <p>Игры с сильным и слабым противником.</p> <p>Товарищеские игры с командой другой школы.</p> <p>Участие в соревнованиях.</p> <p>Разбор проведённых игр.</p> |

Содержание курса

9 класс

| № | Наименование модуля/курса | Содержание раздела |
|---|----------------------------------|---|
| 1 | <i>Теоретическая подготовка.</i> | <p>Развитие волейбола в России и за рубежом.</p> <p>Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.</p> <p>Физическая подготовка волейболиста.</p> <p>Техническая подготовка волейболиста.</p> <p>Тактическая подготовка волейболиста.</p> <p>Психологическая подготовка волейболиста.</p> <p>Соревновательная деятельность волейболиста.</p> <p>Организация и проведение соревнований по волейболу</p> <p>Правила судейства соревнований по волейболу.</p> <p>Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий волейболом.</p> |
| 2 | <i>Физическая подготовка</i> | <p>Общая физическая подготовка.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками).</p> |

| | | |
|---|-------------------------------|--|
| | | <p>Подвижные игры.</p> <p>Эстафеты.</p> <p>Полосы препятствий.</p> <p>Специальная физическая подготовка</p> <p>Упражнения для развития быстроты движений волейболиста.</p> <p>Упражнения для развития специальной выносливости волейболиста.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств волейболиста.</p> <p>Упражнения для развития ловкости волейболиста.</p> |
| 3 | <i>Техническая подготовка</i> | <p>Упражнения без мяча.</p> <p>Стойка игрока (исходные положения).</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом/спиной вперед.</p> <p>Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:</p> <p>с разной скоростью;</p> <p>в одном и в разных направлениях.</p> <p>Упражнения с мячом</p> <p>Верхняя передача мяча у стены.</p> <p>Верхняя передача мяча в парах.</p> <p>Верхняя передача мяча в парах через сетку.</p> <p>Верхняя передача мяча над собой.</p> <p>Нижняя передача над собой.</p> <p>Нижняя передача в парах.</p> <p>Нижняя передача мяча в парах через сетку</p> <p>Подачи.</p> <p>Нижняя прямая подача.</p> <p>Верхняя прямая подача.</p> <p>Нападающие (атакующие) удары.</p> <p>Прямой нападающий удар</p> <p>Прием мяча.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| | | <p>Приём мяча снизу двумя руками.</p> <p>Прием мяча сверху двумя руками.</p> <p>Блокирование атакующих ударов.</p> <p>Одиночное блокирование.</p> <p>Групповое блокирование.</p> |
| 4 | <i>Тактическая подготовка</i> | <p>Индивидуальные и тактические действия в нападении.</p> <p>Индивидуальные и тактические действия в защите.</p> <p>Групповые тактические действия в нападении.</p> <p>Групповые тактические действия в защите.</p> <p>Командные тактические действия в нападении.</p> <p>Командные тактические действия в защите.</p> <p>Игра в волейбол с заданными тактическими действиями.</p> |
| 5 | <i>Контрольные игры и соревнования</i> | <p>Игры внутри группы.</p> <p>Игры с сильным и слабым противником.</p> <p>Товарищеские игры с командой другой школы.</p> <p>Участие в соревнованиях.</p> <p>Разбор проведённых игр.</p> |

Тематическое планирование курса

8 класс

| № | Наименование тем/модулей | Всего часов | В том числе: | | Форма контроля | ЭОР (электронные образовательные ресурсы) |
|-----|--|-------------|--------------|--|--|---|
| | | | Лекции | Практические занятия (тренировки, товарищеские игры, соревнования) | | |
| 1 | Основы знаний о физической культуре и спорте. | 2 | 2 | | Беседа, лекция | |
| 1.1 | Краткий обзор развития волейбола | 1 | 1 | | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/109/ |
| 1.2 | Дозирование физических нагрузок. | 0,5 | 0,5 | | | |
| 1.3 | Способы восстановления после физической нагрузки. | 0,5 | 0,5 | | | |
| 2 | Общая физическая подготовка. | 12 | | 12 | Контрольные упражнения, выполнение контрольных точек в начале и конце учебного года. | |
| 2.1 | Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, с мячами различного | 3 | | 3 | | |

| | | | | | | |
|-----|--|-----------|----------|-----------|--|---|
| | диаметра, скакалками) | | | | | |
| 2.2 | Подвижные игры | 8 | | 8 | | |
| 2.3 | Броски набивного мяча стоя, сидя | 1 | | 1 | | |
| 3 | Основы техники игры в волейбол. | 73 | 4 | 69 | Контрольные упражнения и систематические визуальные наблюдения за качеством выполнения упражнений. | https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/ |
| 3.1 | Верхняя передача мяча над собой, Верхняя передача мяча в парах, через сетку | 18 | | 18 | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/ |
| 3.2 | Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. | 14 | 1 | 13 | | |
| 3.3 | Подачи. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. | 23 | 1 | 22 | | |
| 3.4 | Нападающие (атакующие) удары. Прямой нападающий удар. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. | 15 | 1 | 14 | | |
| 3.5 | Блокирование атакующих ударов. Одиночное | 3 | 1 | 2 | | |

| | | | | | | |
|-----|--|-----------|----------|-----------|---|--|
| | блокирование. Групповое блокирование | | | | | |
| 4 | Тактика игры в волейбол | 51 | 8 | 43 | Степень эффективности выполнения игровых действий в защите и нападении. | |
| 4.1 | Индивидуальные и тактические действия в нападении. | 12 | 2 | 10 | | |
| 4.2 | Индивидуальные и тактические действия в защите. | 12 | 2 | 10 | | |
| 4.3 | Групповые тактические действия в нападении. | 6 | 0,5 | 5,5 | | |
| 4.4 | Групповые тактические действия в защите. | 5 | 1 | 4 | | |
| 4.5 | Командные тактические действия в нападении. | 4 | 0,5 | 3,5 | | |
| 4.6 | Командные тактические действия в защите. | 6 | 1 | 5 | | |
| 4.7 | Игра в волейбол с заданными тактическими действиями. | 6 | 1 | 5 | | |
| 5 | Специальная физическая подготовка. | 15 | | 15 | Выполнение контрольных упражнений. | |
| 5.1 | Ускорение с изменением скорости и | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | |
|-----|---|-----------|----------|-----------|--|--|
| | направления движения. | | | | | |
| 5.2 | Блокировка атакующих ударов. | 2 | | 2 | | |
| 5.3 | Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. | 3 | | 3 | | |
| 5.4 | Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения подачи. | 2 | | 2 | | |
| 5.5 | Упражнения для развития игровой ловкости. | 4 | | 4 | | |
| 6 | Правила игры и судейства. | 5 | 2 | 3 | Беседа, применение правил в ходе тренировочных занятий, знание жестов судьи. | |
| 6.1 | Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания. | 5 | 2 | 3 | | |
| 7 | Игровые взаимодействия , применение полученных навыков в игре. | 32 | 2 | 30 | Отношение участников к соревнованиям, выполнение отдельными игроками и командой тактического плана игры и эффективность их действий; технические показатели игроков и команды; переносимос | |

| | | | | | | |
|-----|---|-----------|----------|-----------|---|--|
| | | | | | ть игроками соревновате льных нагрузок. | |
| 7.1 | Игровые тренировки. | 20 | | 20 | | |
| 7.2 | Товарищеские игры. | 10 | | 10 | | |
| 7.3 | Разбор взаимодействий. | | 2 | | | |
| 8 | Контрольные игры и соревнования. | 14 | 2 | 12 | Отношение участников к соревновани ям, выполнение отдельными игроками и командой тактическог о плана игры и эффективнос ть их действий; технические показатели игроков и команды; переносимос ть игроками соревновате льных нагрузок. | |
| 8.1 | Участие в соревнованиях. | 12 | | 12 | | |
| 8.2 | Разбор проведённых игр. | | 2 | | | |
| | Всего: | 204 | 22 | 182 | | |

Тематическое планирование курса

9 класс

| № | Наименование тем/модулей | Всего часов | В том числе: | | Форма контроля | ЭОР (электронные образовательные ресурсы) |
|-----|--|-------------|--------------|--|--|---|
| | | | Лекции | Практические занятия (тренировки, товарищеские игры, соревнования) | | |
| 1 | Основы знаний о физической культуре и спорте. | 2 | 2 | | Беседа, лекция | |
| 1.1 | Краткий обзор развития волейбола | 1 | 1 | | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/109/ |
| 1.2 | Дозирование физических нагрузок. | 0,5 | 0,5 | | | |
| 1.3 | Способы восстановления после физической нагрузки. | 0,5 | 0,5 | | | |
| 2 | Общая физическая подготовка. | 12 | | 12 | Контрольные упражнения, выполнение контрольных точек в начале и конце учебного года. | |
| 2.1 | Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, с мячами различного | 3 | | 3 | | |

| | | | | | | |
|-----|--|-----------|----------|-----------|--|---|
| | диаметра, скакалками) | | | | | |
| 2.2 | Подвижные игры | 8 | | 8 | | |
| 2.3 | Броски набивного мяча стоя, сидя | 1 | | 1 | | |
| 3 | Основы техники игры в волейбол. | 73 | 4 | 69 | Контрольные упражнения и систематические визуальные наблюдения за качеством выполнения упражнений. | https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/ |
| 3.1 | Верхняя передача мяча над собой, Верхняя передача мяча в парах, через сетку | 18 | | 18 | | https://resh.edu.ru/subject/lesson/5580/ |
| 3.2 | Нижняя передача над собой, в парах, через сетку. | 14 | 1 | 13 | | |
| 3.3 | Подачи. Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. | 23 | 1 | 22 | | |
| 3.4 | Нападающие (атакующие) удары. Прямой нападающий удар. Прием мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Прием мяча сверху двумя руками. | 15 | 1 | 14 | | |
| 3.5 | Блокирование атакующих ударов. Одиночное | 3 | 1 | 2 | | |

| | | | | | | |
|-----|--|-----------|----------|-----------|---|--|
| | блокирование. Групповое блокирование | | | | | |
| 4 | Тактика игры в волейбол | 51 | 8 | 43 | Степень эффективности выполнения игровых действий в защите и нападении. | |
| 4.1 | Индивидуальные и тактические действия в нападении. | 12 | 2 | 10 | | |
| 4.2 | Индивидуальные и тактические действия в защите. | 12 | 2 | 10 | | |
| 4.3 | Групповые тактические действия в нападении. | 6 | 0,5 | 5,5 | | |
| 4.4 | Групповые тактические действия в защите. | 5 | 1 | 4 | | |
| 4.5 | Командные тактические действия в нападении. | 4 | 0,5 | 3,5 | | |
| 4.6 | Командные тактические действия в защите. | 6 | 1 | 5 | | |
| 4.7 | Игра в волейбол с заданными тактическими действиями. | 6 | 1 | 5 | | |
| 5 | Специальная физическая подготовка. | 15 | | 15 | Выполнение контрольных упражнений. | |
| 5.1 | Ускорение с изменением скорости и | 4 | | 4 | | |

| | | | | | | |
|-----|---|-----------|----------|-----------|--|--|
| | направления движения. | | | | | |
| 5.2 | Блокировка атакующих ударов. | 2 | | 2 | | |
| 5.3 | Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. | 3 | | 3 | | |
| 5.4 | Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения подачи. | 2 | | 2 | | |
| 5.5 | Упражнения для развития игровой ловкости. | 4 | | 4 | | |
| 6 | Правила игры и судейства. | 3 | 1 | 2 | Беседа, применение правил в ходе тренировочных занятий, знание жестов судьи. | |
| 6.1 | Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания. | 5 | 2 | 3 | | |
| 7 | Игровые взаимодействия , применение полученных навыков в игре. | 34 | 2 | 32 | Отношение участников к соревнованиям, выполнение отдельными игроками и командой тактического плана игры и эффективность их действий; технические показатели игроков и команды; переносимос | |

| | | | | | | |
|-----|---|-----------|----------|-----------|---|--|
| | | | | | ть игроками соревновате льных нагрузок. | |
| 7.1 | Игровые тренировки. | 20 | | 20 | | |
| 7.2 | Товарищеские игры. | 10 | | 10 | | |
| 7.3 | Разбор взаимодействий. | | 2 | | | |
| 8 | Контрольные игры и соревнования. | 14 | 2 | 12 | Отношение участников к соревновани ям, выполнение отдельными игроками и командой тактическог о плана игры и эффективнос ть их действий; технические показатели игроков и команды; переносимос ть игроками соревновате льных нагрузок. | |
| 8.1 | Участие в соревнованиях. | 10 | | 12 | | |
| 8.2 | Разбор проведённых игр. | | 2 | | | |
| 8.3 | Итоговое игровое занятие. | 2 | | | | |
| | Всего: | 204 | 22 | 182 | | |

Планируемые образовательные результаты

8 класс

Предметные результаты:

- анализировать выполнение технических приемов в волейболе и находить способы устранения ошибок;
- выполнять игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах и тактические действия с учетом игровых амплуа и ситуаций, в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;
- умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий волейбола;
- соблюдение требований к местам проведения занятий волейбола, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки;
- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке волейболистов, а также знание методов тестирования физических качеств и умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования;
- участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском;
- взаимодействие со сверстниками при выполнении групповых упражнений тактического характера, умение проявлять толерантность во время учебной и соревновательной деятельности.

Планируемые образовательные результаты

9 класс

Предметные результаты:

- анализировать выполнение технических приемов в волейболе и находить способы устранения ошибок;

- выполнять игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах и тактические действия с учетом игровых амплуа и ситуаций, в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;
- умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий волейбола;
- соблюдение требований к местам проведения занятий волейбола, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки;
- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке волейболистов, а также знание методов тестирования физических качеств и умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования;
- участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском;
- взаимодействие со сверстниками при выполнении групповых упражнений тактического характера, умение проявлять толерантность во время учебной и соревновательной деятельности.