

Государственное казенное  
общеобразовательное учреждение  
Удмуртской Республики  
«Коррекционная школа № 7  
города Можги»



«Можгакаръсь 7-тй номеро  
шонертйсь школа»  
Удмурт Элькуньсь  
огъядышетонья  
кун казна ужъюрт

427790, Удмуртская Республика, г. Можга, ул. Первомайская, 78  
Тел./факс 8(34139) 3-91-93, e-mail: mozkou7@mail.ru, [http://ciur.ru/mzh/mzh\\_mks7](http://ciur.ru/mzh/mzh_mks7)  
ОГРН 1021801126093, ИНН 1830011628, КПП 183901001

РАССМОТРЕНО  
Протокол заседания ШМО  
учителей старших классов  
от 26.08.2024 г. №1

ПРИНЯТО  
протокол заседания  
педагогического совета  
от 27.08.2024г. №1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГКОУ УР  
«КШ №7 г. Можги»  
О.М.Яппарова  
Приказ № 88-од от 30.08.2024г.

**Рабочая адаптированная основная  
общеобразовательная программа обучающихся  
с умственной отсталостью  
Вариант 1**

*Физкультурно-оздоровительные занятия «Волейбол»*

5-9 классы

2024 -2025 учебный год

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Программа разработана на основании

- Конвенции о правах ребенка;
- Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 24.11.1995 г. №181-ФЗ (ред. от 28.12.2013г.);
- Конституции Российской Федерации;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Федеральная адаптированная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1023 Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 января 2014г. № 32 «Об утверждении порядка приема граждан на обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Распоряжения Минпросвещения России от 09.09.2019 N P-93 "Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации";
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 года №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373.
- «Санитарные правила и нормы. (СанПиН 2.42. – 2821 10) заменить на «СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (от 28.09.2020 №28)»

- Приказа Министерства Просвещения РФ от 17 июля 2024г. №495;
- Положения о рабочих программах учителя ГКОУ УР «Школа № 7 г. Можги».
- Устава ГКОУ УР «КШ №7 г. Можги»

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы. Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма. Актуальность программы для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

**Направленность Программы:** физкультурно-спортивная.

**Целью** данной программы является организация спортивной подготовки детей по волейболу, а также массовое общефизическое оздоровление детей школьного возраста с различными физическими способностями.

**Основными задачами программы являются следующие:**

1. Содействие всестороннему физическому развитию организма ребенка, укреплению здоровья, воспитанию навыков и привычек соблюдения правил личной гигиены.
2. Формирование интереса, потребности к систематическим занятиям волейболом.
3. Формирование навыков и привычек к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
4. Развитие специальных физических качеств и способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры волейбол.

Возраст обучающихся: от 12 до 18 лет. Сроки реализации 1 год.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

## **В ходе освоения спортивно — оздоровительной программы занимающиеся должны знать:**

- значение двигательной активности в укреплении здоровья
- спортивные звания и разряды
- развитие волейбола в России и за рубежом
- правила личной гигиены
- основы техники и тактики волейбола
- правила организации и проведения соревнований
- технику перестроений при выполнении строевых упражнений
- упрощенные правила игр: волейбол, правильную технику выполнения упражнений на развитие прыгучести
- правильную технику выполнения упражнений на развитие быстроты ответных действий
- правильную технику выполнения блокирования, нападающего удара, приема и передачи мяча, подачи
- правильную технику выполнения упражнений для всех групп мышц, применяемых на тренировочных занятиях
- основные технические приемы волейбола
- расстановку игроков на площадке
- страховку системой «углом вперед»
- страховку системой «углом назад»
- способы приема и обработки мяча
- позиции игроков при разных игровых ситуациях.

## **В ходе освоения спортивно — оздоровительной программы занимающиеся должны уметь:**

- применять на практике основы массажа
- грамотно планировать режим дня
- планировать питание, подбирать витамины согласно своему возрасту и состоянию здоровья
- применять правила личной гигиены на практике
- пропагандировать здоровый образ жизни личным примером
- коммуникательно вести себя в коллективе
- применять в игре правила волейбола
- правильно выполнять общеразвивающие упражнения
- правильно выполнять упражнения на развитие физических качеств: силы, быстроты, ловкости, координации.
- правильно выполнять перестроения при выполнении строевых упражнений.
- правильно выполнять упражнения, развивающие быстроту ответных действий
- правильно выполнять упражнения для развития прыгучести
- правильно выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при приеме и передаче мяча
- правильно выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающего удара
- правильно выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании
- правильно и своевременно использовать технические приемы, необходимые в различных ситуациях
- анализировать и оценивать игровую ситуацию
- применять на практике различные варианты страховки
- взаимодействовать с игроками своей команды для достижения оптимального командного результата

## **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу

Класс	Количество часов в	Количество учебных	Количество учебных
-------	--------------------	--------------------	--------------------

	неделю	недель	часов за год
5	1	34	34
6	1	34	34
7	1	34	34
8	1	34	34
9	1	34	34

## Тематическое планирование

### 5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		Всего	Контроль работы	Практ работы		
1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	1	0	0		Практическая работа
2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	1	0	0		Практическая работа
3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	1	0	0		Практическая работа
4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	1	0	0		Практическая работа
5	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
11	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
12	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
14	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
17	Верхняя и нижняя передача	1	0	0		Практическая работа

	мяча через сетку					работа
18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	1	0	0		Практическая работа
19	Комбинации из освоенных элементов техники	1	0	0		Практическая работа
20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
22	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
24	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
28	Верхняя подача мяча	1	0	0		Практическая работа
29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	1	0	0		Практическая работа
30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
33	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
	ИТОГО:	34				

## 6 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		Всего	Контроль работы	Практ работы		
1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	1	0	0		Практическая работа
2	ОТ№ ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	1	0	0		Практическая работа
3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	1	0	0		Практическая работа
4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	1	0	0		Практическая работа
5	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа

6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
11	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
12	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
14	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	1	0	0		Практическая работа
19	Комбинации из освоенных элементов техники	1	0	0		Практическая работа
20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
22	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
24	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
28	Верхняя подача мяча	1	0	0		Практическая работа
29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	1	0	0		Практическая работа
30	Игры и игровые задания с	1	0	0		Практическая работа

	ограниченным числом игроков					работа
31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
33	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
	ИТОГО:	34				

## 7 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		Всего	Контрол работы	Практ работы		
1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	1	0	0		Практическая работа
2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	1	0	0		Практическая работа
3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	1	0	0		Практическая работа
4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	1	0	0		Практическая работа
5	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
11	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
12	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
14	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
17	Верхняя и нижняя передача	1	0	0		Практическая

	мяча через сетку					работа
18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	1	0	0		Практическая работа
19	Комбинации из освоенных элементов техники	1	0	0		Практическая работа
20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
22	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
24	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
28	Верхняя подача мяча	1	0	0		Практическая работа
29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	1	0	0		Практическая работа
30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
33	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
	ИТОГО:	34				

## 8 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		Всего	Контроль работы	Практ работы		
1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	1	0	0		Практическая работа
2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	1	0	0		Практическая работа
3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	1	0	0		Практическая работа
4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	1	0	0		Практическая работа
5	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа

6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
11	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
12	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
14	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	1	0	0		Практическая работа
19	Комбинации из освоенных элементов техники	1	0	0		Практическая работа
20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
22	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
24	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
28	Верхняя подача мяча	1	0	0		Практическая работа
29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	1	0	0		Практическая работа
30	Игры и игровые задания с	1	0	0		Практическая

	ограниченным числом игроков					работа
31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
33	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
	ИТОГО:	34				

## 9 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды и формы контроля
		Всего	Контрол работы	Практ работы		
1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	1	0	0		Практическая работа
2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	1	0	0		Практическая работа
3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	1	0	0		Практическая работа
4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	1	0	0		Практическая работа
5	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	1	0	0		Практическая работа
7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
11	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
12	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
14	Нижняя прямая подача мяча	1	0	0		Практическая работа
15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	1	0	0		Практическая работа
16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
17	Верхняя и нижняя передача	1	0	0		Практическая

	мяча через сетку					работа
18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	1	0	0		Практическая работа
19	Комбинации из освоенных элементов техники	1	0	0		Практическая работа
20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
22	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	1	0	0		Практическая работа
24	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
28	Верхняя подача мяча	1	0	0		Практическая работа
29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	1	0	0		Практическая работа
30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	1	0	0		Практическая работа
31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	1	0	0		Практическая работа
33	Прямой нападающий удар	1	0	0		Практическая работа
34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	1	0	0		Практическая работа
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>				

### Календарно-тематическое планирование

Наименование	Календарно-тематическое планирование			
Предмет	Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу			
Параллель	5 класс			
Наименование раздела	Номер урока	Тема уроков	Планируемый результат	Домашнее задание
ВОЛЕЙБОЛ	1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	Техника безопасности на занятиях	
	2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	Техника безопасности на занятиях волейболом	

	3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	Умение выполнять стойку для приема мяча	
	4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	Умение передачи мяча	
	5	Нижняя прямая подача мяча	Научить подавать подачи	
	6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Развивать умения передач	
	7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	Развивать физические качества	
	8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Совершенствование технику двигательных действия	
	9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развивать физические качества	
	11	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	12	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	14	Нижняя прямая подача мяча	Техника выполнения	
	15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Техника передачи мяча	
	18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	Техника передачи мяча	
	19	Комбинации из освоенных элементов техники	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	21	Игры и игровые задания с ограниченным числом	Соблюдение техники безопасности во время занятий	

		игроков		
	22	Прямой нападающий удар	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания;	
	23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания	
	24	Прямой нападающий удар	Развить силу рук	
	25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	28	Верхняя подача мяча	Правильно выполнение упражнения	
	29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	Красивая (правильная) осанка,	
	30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развитие силу рук	
	32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	33	Прямой нападающий удар	Укрепления и сохранения здоровья;	
	34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Укрепления и сохранения здоровья;	

Наименование	Календарно-тематическое планирование			
Предмет	Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу			
Параллель	6 класс			
Наименование раздела	Номер урока	Тема уроков	Планируемый результат	Домашнее задание
ВОЛЕЙБОЛ	1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	Техника безопасности на занятиях	
	2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	Техника безопасности на занятиях волейболом	

	3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	Умение выполнять стойку для приема мяча	
	4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	Умение передачи мяча	
	5	Нижняя прямая подача мяча	Научить подавать подачи	
	6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Развивать умения передач	
	7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	Развивать физические качества	
	8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Совершенствование технику двигательных действия	
	9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развивать физические качества	
	11	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	12	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	14	Нижняя прямая подача мяча	Техника выполнения	
	15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Техника передачи мяча	
	18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	Техника передачи мяча	
	19	Комбинации из освоенных элементов техники	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	21	Игры и игровые задания с ограниченным числом	Соблюдение техники безопасности во время занятий	

		игроков		
	22	Прямой нападающий удар	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания;	
	23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания	
	24	Прямой нападающий удар	Развить силу рук	
	25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	28	Верхняя подача мяча	Правильно выполнение упражнения	
	29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	Красивая (правильная) осанка,	
	30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развитие силу рук	
	32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	33	Прямой нападающий удар	Укрепления и сохранения здоровья;	
	34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Укрепления и сохранения здоровья;	

Наименование	Календарно-тематическое планирование			
Предмет	Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу			
Параллель	7 класс			
Наименование раздела	Номер урока	Тема уроков	Планируемый результат	Домашнее задание
ВОЛЕЙБОЛ	1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	Техника безопасности на занятиях	
	2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в	Техника безопасности на занятиях волейболом	

		стойке		
	3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	Умение выполнять стойку для приема мяча	
	4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	Умение передачи мяча	
	5	Нижняя прямая подача мяча	Научить подавать подачи	
	6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Развивать умения передач	
	7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	Развивать физические качества	
	8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Совершенствование технику двигательных действия	
	9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развивать физические качества	
	11	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	12	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	14	Нижняя прямая подача мяча	Техника выполнения	
	15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Техника передачи мяча	
	18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	Техника передачи мяча	
	19	Комбинации из освоенных элементов техники	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	

	21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	22	Прямой нападающий удар	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания;	
	23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания	
	24	Прямой нападающий удар	Развить силу рук	
	25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	28	Верхняя подача мяча	Правильно выполнение упражнения	
	29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	Красивая (правильная) осанка,	
	30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развитие силу рук	
	32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	33	Прямой нападающий удар	Укрепления и сохранения здоровья;	
	34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Укрепления и сохранения здоровья;	

Наименование	Календарно-тематическое планирование			
Предмет	Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу			
Параллель	8 класс			
Наименование раздела	Номер урока	Тема уроков	Планируемый результат	Домашнее задание
ВОЛЕЙБОЛ	1	ОТ №ИОТ-031-2023. Подвижная игра «Снайпер»	Техника безопасности на занятиях	

	2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	Техника безопасности на занятиях волейболом	
	3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	Умение выполнять стойку для приема мяча	
	4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	Умение передачи мяча	
	5	Нижняя прямая подача мяча	Научить подавать подачи	
	6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Развивать умения передач	
	7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	Развивать физические качества	
	8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Совершенствование технику двигательных действия	
	9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развивать физические качества	
	11	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	12	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	14	Нижняя прямая подача мяча	Техника выполнения	
	15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Техника передачи мяча	
	18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	Техника передачи мяча	
	19	Комбинации из освоенных элементов техники	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	20	Игра по упрощенным	Правила игры	

		правилам в мини-волейбол		
	21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	22	Прямой нападающий удар	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания;	
	23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания	
	24	Прямой нападающий удар	Развить силу рук	
	25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	28	Верхняя подача мяча	Правильно выполнение упражнения	
	29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	Красивая (правильная) осанка,	
	30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развитие силу рук	
	32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	33	Прямой нападающий удар	Укрепления и сохранения здоровья;	
	34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Укрепления и сохранения здоровья;	

Наименование	Календарно-тематическое планирование			
Предмет	Физкультурно-оздоровительные занятия по волейболу			
Параллель	9 класс			
Наименование раздела	Номер урока	Тема уроков	Планируемый результат	Домашнее задание
ВОЛЕЙБОЛ	1	ОТ №ИОТ-031-2023.	Техника безопасности на занятиях	

		Подвижная игра «Снайпер»		
	2	ОТ № ИОТ-034-2023. Стойка игрока; перемещения в стойке	Техника безопасности на занятиях волейболом	
	3	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставным шагом	Умение выполнять стойку для приема мяча	
	4	Верхняя и нижняя передача мяча над собой на месте	Умение передачи мяча	
	5	Нижняя прямая подача мяча	Научить подавать подачи	
	6	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Развивать умения передач	
	7	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед	Развивать физические качества	
	8	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Совершенствование технику двигательных действия	
	9	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	10	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развивать физические качества	
	11	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	12	Прямой нападающий удар	Развивать физические качества	
	13	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	14	Нижняя прямая подача мяча	Техника выполнения	
	15	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений	технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	
	16	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	17	Верхняя и нижняя передача мяча через сетку	Техника передачи мяча	
	18	Верхняя передача мяча(над собой, над сеткой, за спину)	Техника передачи мяча	
	19	Комбинации из освоенных элементов техники	Технически правильно выполнять двигательные действия использовать их в игре	

	20	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	21	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Соблюдение техники безопасности во время занятий	
	22	Прямой нападающий удар	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания;	
	23	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед	Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания	
	24	Прямой нападающий удар	Развить силу рук	
	25	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Правила игры	
	26	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	27	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	28	Верхняя подача мяча	Правильно выполнение упражнения	
	29	Верхняя подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками	Красивая (правильная) осанка,	
	30	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков	Правила игры	
	31	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Развитие силу рук	
	32	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар	Правильно выполнение упражнения	
	33	Прямой нападающий удар	Укрепления и сохранения здоровья;	
	34	Игра по упрощенным правилам в мини-волейбол	Укрепления и сохранения здоровья;	

### **Информационно-методическое обеспечение программы**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Банников А. М., Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика).- Краснодар, 2011

3. Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ СДЮШОР.-М., 1982 (ГПН), 1983 (УТГ), (ГСС).
4. Волейбол/ Под. Ред. А. В. Беляева, М. С. Савина.- М., 2000
5. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. -М., 1978
6. Железняк Ю. Д. Юный волейболист.- М., 1988
7. Железняк Ю. Д. Ивойлов А. В. Волейбол.- М., 1991
8. Железняк Ю. Д. Кунянский В. А. У истоков мастерства.- М., 1998
9. Марков К. К. Тренер – педагог и психолог- Иркутск,
10. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу.- Иркутск, 1999
11. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. –Киев,1999
12. Настольная книга учителя физической культуры/Под ред. Л. Б. Кофмана.- М., 1998
13. Никитушкин В. Г., Губа В. П. Методы отбора в игровые виды спорта .-М., 1998
14. Основы управления подготовкой юных спортсменов/Под ред. М. Я. Набатниковой.- М.,1982
15. Платонов В. П. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте.- Киев,1997
16. Системы подготовки спортивного резерва. М., 1999
17. Современная система спортивной подготовки/Под ред. Ф. П. Сулова, Б. Н. Шустина.- М.,1995
18. Спортивная медицина: справочное издание- М., 1999Спортивные игры/ Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю. М. Портнова.-М.,2000
19. Филин В. П. Теория и методика юношеского спорта.- М., 1987