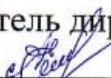


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**МКУ "Управление образования"**  
**МБОУ "СОШ № 19"**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР  
  
\_\_\_\_\_ Артюх Е.В.  
Протокол № 1 от «28» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СОШ № 19"  
  
\_\_\_\_\_ Кованова О.С.  
Приказ № 196 от «29» 08 2024 г.



Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности  
«Летящий мяч»  
Уровень основного общего образования

Срок освоения 1 год  
(5- 9 классы)

Составитель: Карпенко В.Ф.,  
учитель физической культуры

г. Рубцовск, 2024

## Содержание учебного 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.

### 6 класс

Закрепление стойки игрока (исходные положения). Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Двусторонняя учебная игра. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Эстафеты с различными способами перемещений. Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление верхней передачи мяча у стены. Игры, развивающие физические способности. Закрепление передачи снизу двумя руками над собой. Закрепление передачи снизу двумя руками в парах. Закрепление нижней прямой подачи.

Двусторонняя учебная игра. Разучивание верхней прямой подачи. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Закрепление приёма мяча снизу двумя руками. Разучивание прямого нападающего удара (по ходу). Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Закрепление приём мяча сверху двумя руками. Разучивание одиночного блокирования. Разучивание страховки при блокировании.

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

Двусторонняя учебная игра. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приеме и передаче двумя руками снизу и сверху.

### 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.

#### **8 класс**

Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).

Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх. Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой. Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Двусторонняя учебная игра. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Приём мяча снизу двумя руками. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча сверху двумя руками. Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём). Совершенствование страховки при блокировании. Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.

Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов. Стойки игрока.

#### **9 класс**

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.

Игры, развивающие физические способности. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.

Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Передача снизу двумя руками над собой.

Передача снизу двумя руками в парах. Совершенствование верхней прямой подачи. Разучивание подачи в прыжке. Развитие физических качеств. Закрепление прямого нападающего удара. Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево). Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Приём мяча снизу, сверху двумя руками. Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой. Игры, развивающие физические способности. Совершенствование одиночного блокирования. Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).

Совершенствование страховки при блокировании. Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите. Закрепление командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

## Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно **личностными, метапредметными и предметными результатами.**

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности; - устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

*Универсальные коммуникативные действия:*

- вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок,

анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

*Универсальные учебные регулятивные действия:*

- активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

- разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

- организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять

способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### **5 класс**

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

- выполнять требования безопасности на занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

- составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

- осуществлять профилактику утомления, выполнять комплексы упражнений физкультурминутки, дыхательной и зрительной гимнастики;

- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

- волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

### **6 класс**

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

- измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

- контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время занятий физической подготовкой;

- отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультурминутки и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме внеурочной деятельности; - выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

- волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

### **7 класс**

- К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

- объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных школьников, приводить примеры из собственной жизни;

- объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения; - демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

- волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

### **8 класс**

- К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

- анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

- составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

- демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

- волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении;

использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

### **9 класс**

- К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:

- отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек; обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

- совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей. - По окончании курса учащийся получит возможность владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом, сформировать первичные навыки судейства. Основной формой подведения итогов является соревнование.

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности  
«Летающий мяч» на 2024-2025 учебный год**

Тематическое планирование рассчитано на 34 часа в год во 5–9-х классах в соответствии с рабочей программой курса внеурочной деятельности «Летающий мяч» на 2024/25 учебный год

**5 класс**

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения). Закрепление	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Перемещение в стойке приставными шагами: лицом вперёд.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Двусторонняя учебная игра.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Разучивание сочетания способов перемещений (повороты).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Разучивание сочетания способов перемещений (прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Игры, развивающие физические способности.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Разучивание нижней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Разучивание нижней прямой подачи. Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

20	Двусторонняя учебная игра.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
21	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
22	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Разучивание приёма мяча снизу двумя руками. Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Разучивание приём мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Разучивание приём мяча сверху двумя руками. Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Игры, развивающие физические способности: Пионербол	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Игры, развивающие физические способности: веселая эстафета	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Разучивание индивидуальных тактических действия в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Закрепление	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Товарищеская игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности  
«Летящий мяч» на 2024-2025 учебный год**

**6 класс**

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе. Жесты судей. Понятие «тактика» игры.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Перемещение в стойке приставными шагами: лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Двусторонняя учебная игра.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Сочетания способов перемещений (повороты).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Сочетания способов перемещений (прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Закрепление передачи сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Игры, развивающие физические способности. Пионербол	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Закрепление передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Нижняя прямая подача.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Закрепление нижней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Двусторонняя игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
20	Разучивание верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
21	Закрепление верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

				<a href="https://resh.edu.ru/subject">ject</a>
22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей,	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Развитие координационных способностей	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Приём мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Приём мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Закрепление приёма мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Разучивание одиночного блокирования.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Разучивание страховки при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Закрепление страховки при блокировании	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Товарищеская встреча.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности  
«Летающий мяч» на 2024-2025 учебный год**

**7 класс**

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе. Жесты судей. Понятие «тактика» игры.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Совершенствование стоек игрока.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Игры, развивающие физические способности.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Передача сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Закрепление передачи сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Верхняя прямая подача.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Закрепление верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Двусторонняя учебная игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Развитие координационных способностей, выносливости, гибкости.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Прямой нападающий удар	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Закрепление прямого нападающего	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

	удара			<a href="https://resh.edu.ru/subject">ject</a>
20	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
21	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
22	Эстафеты на совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Игры, развивающие физические способности. Баскетбол	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Закрепление одиночного блокирования.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Страховка при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Закрепление страховки при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Разучивание групповых тактических действий в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Разучивание групповых тактических действий в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Товарищеская встреча	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности  
«Летящий мяч» на 2024-2025 учебный год**

**8 класс**

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе. Жесты судей. Понятие «тактика» игры.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Игры, развивающие физические способности.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Сочетания способов перемещений (повороты, прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперед-вверх.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Товарищеская игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Развитие физических качеств.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Закрепление прямого нападающего удара.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Приём мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Закрепление приём мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Приём мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
20	Совершенствование приёма мяча,	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

	отражённого сеткой.			<a href="https://resh.edu.ru/subject">ject</a>
21	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
22	Игры, развивающие физические способности. «Пионербол»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Совершенствование одиночного блокирования.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Совершенствование страховки при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Закрепление индивидуальных тактических действия в защите	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Закрепление групповых тактических действий в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Закрепление групповых тактических действий в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Разучивание командных тактических действий в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Разучивание командных тактических действий в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Товарищеская игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности  
«Летящий мяч» на 2024-2025 учебный год**

**8 класс**

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе. Жесты судей. Понятие «тактика» игры.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Игры, развивающие физические способности.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Сочетания способов перемещений (бег, остановки).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Сочетания способов перемещений (повороты, прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Совершенствование передачи сверху двумя руками впередвверх.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Двусторонняя учебная игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Развитие физических качеств.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Закрепление прямого нападающего удара.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Приём мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Закрепление приём мяча снизу двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Приём мяча сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
20	Совершенствование приёма мяча,	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

	отражённого сеткой.			<a href="https://resh.edu.ru/subject">ject</a>
21	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
22	Игры, развивающие физические способности. «Пионербол»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Совершенствование одиночного блокирования.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Совершенствование страховки при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Закрепление индивидуальных тактических действия в защите	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Закрепление групповых тактических действий в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Закрепление групповых тактических действий в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Разучивание командных тактических действий в нападении.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Разучивание командных тактических действий в защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Судейство учебной игры в волейбол. Двусторонняя игра.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Товарищеская игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

**«Летящий мяч»  
на 2024-2025 учебный год**

**9 класс**

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
Раздел «Техника безопасности» (2 часа)				
1	Правила поведения, техника безопасности при занятиях волейболом. Основные термины в волейболе. Жесты судей. Понятие «тактика» игры.	1	Беседа	1 <a href="https://fizkultura.ru/sci/volebol/">https://fizkultura.ru/sci/volebol/</a>
2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
3	Игры, развивающие физические способности. «Веселая эстафета»	1	Практика	<a href="https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305">https://spo.1sept.ru/article.php?ID=200900305</a>
4	Игры, развивающие физические способности. «Вызов»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
5	Игры, развивающие физические способности. «Стрелки»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
6	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
7	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперед-вверх.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
8	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
9	Совершенствование передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
10	Разучивание передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
11	Совершенствование передачи сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
12	Передача снизу двумя руками над собой.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
13	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
14	Передача снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
15	Совершенствование передачи снизу двумя руками в парах.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
16	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
17	Разучивание подачи в прыжке.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
18	Совершенствование подачи в прыжке.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
19	Развитие физических качеств: игра	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>

	«Пионербол»			<a href="https://resh.edu.ru/subject">ject</a>
20	Закрепление прямого нападающего удара.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
21	Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
22	Совершенствование нападающего удара с переводом вправо (влево).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
23	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
24	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
25	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
26	Игры, развивающие физические способности: «Мини волейбол»	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
27	Совершенствование одиночного блокирования.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
28	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
29	Совершенствование страховки при блокировании.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
30	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
31	Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
32	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
33	Судейство учебной игры в волейбол.	1	Практика	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>
34	Товарищеская игра.	1	Соревнование	<a href="https://resh.edu.ru/subject">https://resh.edu.ru/subject</a>