

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 17 города Сызрани
городского округа Сызрань Самарской области**

Рассмотрена на заседании
МО учителей начальной
школы

Протокол № 1

от «29» августа 2025 г

Согласована

Заместитель директора по
УВР

_____ А.Ш.Буланки

на

«29» августа 2025 г.

Утверждена

Директор ГБОУ СОШ № 17 г.
Сызрани

_____ Т.В. Фомина

Приказ № 700/од

от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивный клуб»

для обучающихся 5-11 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности «Спортивный клуб» для учащихся 5, 6, 7-8, 9-11 классов разработана на основе программы «Внеурочная деятельность учащихся: волейбол» под редакцией Г.А. Колодницкого, В. С. Кузнецова. М: Просвещение, 2018 г.

Актуальность. Важность программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности сложно переоценить. Для подвижных игр характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля и броски мяча осуществляемые в единоборстве с соперником. Такое разнообразие движений способствует укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма. Спортивные игры как средство физического воспитания нашли широкое применение в различных звеньях физкультурного движения.

Основными целями изучения курса «Спортивные клуб» являются:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

Задачи программы:

- укрепление здоровья;
- совершенствование физического развития;
- обучение основам техники и тактики подвижных игр;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни;
- формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям подвижными играм;
- воспитание моральных и волевых качеств

Место в плане внеурочной деятельности: изучение курса рассчитано на 1 час в неделю (34 часа в год).

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей: в результате освоения программы обучающиеся показывают уровень усвоенных навыков в рамках внутришкольных соревнований по отдельным видам спорта.

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана с учетом рабочей программы воспитания.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

с указанием форм проведения занятий и видов деятельности

5 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
3	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
5	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение

		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
15	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Комбинации различных видов ведения мяча и бросков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Применения обманных движений в игре. Совер-е техники подачи мяча. Взаимодействие трёх игроков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.

	приёма мяча с подачи и в защите.	техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Проведение спортивной игры.
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игровые упр-я с мячом для улучшения координации движений, равновесия, ритма. Обучение защите против игрока с мячом.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
Итого 34ч.			

6 КЛАСС

№ п/п	Тема	Содержание курса внеурочной деятельности	Формы проведения занятий
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
3	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Стойка игрока (исходные положения).	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
5	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение

		Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Комбинации различных видов ведения мяча и бросков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Применения обманных движений в игре. Совер-е техники подачи мяча. Взаимодействие трёх игроков.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных	Работа в командах. Проведение спортивной игры.

		движений.	
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Верхняя передача мяча в парах.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игровые упр-я с мячом для улучшения координации движений, равновесия, ритма. Обучение защите против игрока с мячом.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
Итого: 34ч.			

7-8 КЛАСС

№ п/п	Тема	Содержание курса внеурочной деятельности	Формы проведения занятий
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
2	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Разучивание подачи мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
3	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Разучивание верхней передачи мяча над	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение

	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
5	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
19	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Прямой нападающий	Игра с применением технических и	Работа в командах.

	удар.	тактических приёмов игры.	Проведение спортивной игры.
22	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
Итого: 34ч.			

9-11 КЛАССЫ

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Содержание курса внеурочной деятельности</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	Совершенствование стойки игрока (исходные положения).	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
	Разучивание прямого	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.

2	нападающего удара.	Совершенствование подачи мяча.	Проведение спортивной игры.
3	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
4	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
5	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
6	Разучивание прямого нападающего удара.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и приём мяча через сетку – встречная эстафета.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
7	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
8	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
9	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча с трёх шагов.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
10	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
11	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
12	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
13	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
14	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
15	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
16	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
17	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
18	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.

19	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
20	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
21	Прямой нападающий удар.	Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
22	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными мячами).	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
24	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
25	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
26	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
27	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
28	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
29	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с применением технических и тактических приёмов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
30	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
31	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
32	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
33	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
34	Совершенствование верхней передачи мяча над собой.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
Итого: 34ч.			

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ освоения курса

5 КЛАСС

Личностные УУД:

- положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;
- понимание роли волейбола в укреплении здоровья.

Познавательные УУД:

- Рассказывать об истории развития спортивных игр в России;
- Рассказывать о правилах личной гигиены, профилактики травматизма
- Технически правильно выполнять двигательные действия в спортивных играх.
- Играть в волейбол по упрощенным правилам.

Регулятивные УУД:

- Следовать при выполнении задания инструкциям учителя
- Понимать цель выполняемых действий
- Различать подвижные и спортивные игры
- Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

6 КЛАСС

Личностные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

7-8 КЛАСС

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

Метапредметные результаты:

- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

9-11 КЛАСС

Личностные результаты

- развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

Метапредметные результаты

- формирование универсальных учебных действий (УУД).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
2	Разучивание стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Стойка игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Стойка игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	

6 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
2	Стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Стойки игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
13	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
14	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
15	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)

30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	

7-8 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойка игрока	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
2	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
13	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
15	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	

9-11 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов	ЭОР
1	Стойка игрока	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)

2	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
3	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
4	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
13	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
14	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
15	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
20	Эстафеты с различными способами перемещений.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)
24	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайт ГТО)

25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
31	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
32	Верхняя передача мяча в парах.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите.	1	http://ru.sport-wiki.org/ , РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	