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

Рассмотрена на заседании	Согласована	Утверждена
МО учителей начальной	Заместитель директора по	Директор ГБОУ СОШ № 17 г.
школы	УВР	Сызрани
Протокол № 1	А.Ш.Буланки	Т.В. Фомина
от «29» августа2025 г	на	Приказ № 700/од
	«29» августа 2025 г.	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 спортивнооздоровительной 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 подвижным 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

№ n/n	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^x 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: Совере техники подачи мяча и приёма после подачи.	Работа в командах. Проведение

		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
15	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с	Работа в командах.
	удар.	применением технических и тактических	Проведение
		приёмов игры.	спортивной игры.
16	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я	Работа в командах.
	удар.	для развития качеств, необходимых при	Проведение
		выполнении приемов игры.	спортивной игры.
17	Сочетание способов	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	перемещений (бег,	Отработка технических и тактических	Проведение
	остановки, повороты,	приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
	прыжки вверх).	движений.	
18	Сочетание способов	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	перемещений (бег,	Комбинации различных видов ведения мяча и	Проведение
	остановки, повороты,	бросков.	спортивной игры.
	прыжки вверх).		1
19	Эстафеты с различными	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	способами	Применения обманных движений в игре.	Проведение
	перемещений.	Совер-е техники подачи мяча.	спортивной игры.
	1	Взаимодействие трёх игроков.	1 1
20	Эстафеты с различными	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	способами	Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча	Проведение
	перемещений.	с трёх шагов.	спортивной игры.
21	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	передачи мяча над	Отработка технических элементов игры.	Проведение
	собой.	Развитие силы рук (упр-я с набивными	спортивной игры.
		мячами).	chiep manen in pai
22	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
23	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я	Работа в командах.
	верхней прямой подачи.	для развития качеств, необходимых при	Проведение
		выполнении приемов игры. Отработка	спортивной игры.
		технических элементов игры.	1
24	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	верхней прямой подачи.	Отработка технических и тактических	Проведение
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
		движений.	
25	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	верхней прямой подачи.	Отработка технических и тактических	Проведение
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
		движений.	
26	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	верхней прямой подачи.	Отработка технических и тактических	Проведение
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
		движений	
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
		Отработка технических и тактических	Проведение
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
		движений.	
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
		техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
29	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
<u> </u>	Совершенетвование	у меть выполнять и демонетрировать. Совер-с	т аоота в командах.

Ы.			
цах.			
Ы.			
цах.			
Ы.			
цах.			
Ы.			
цах.			
Ы.			
цах.			
Ы.			
Итого 34ч.			

6 КЛАСС

No॒	Тема	Содержание курса внеурочной	Формы проведения
n/n		деятельности	занятий
1	Разучивание стойки	Передачи и ловля мяча.	Работа в командах.
	игрока (исходные		Проведение
	положения).		спортивной игры.
2	Разучивание стойки	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	игрока (исходные	Разучивание подачи мяча.	Проведение
	положения).		спортивной игры.
3	Стойка игрока	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	(исходные положения).	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
		-	спортивной игры.
4	Стойка игрока	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	(исходные положения).	Передачи и приём мяча через сетку –	Проведение
		встречная эстафета.	спортивной игры.
5	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча	Проведение
		с трёх шагов.	спортивной игры.
6	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
	_		спортивной игры.
7	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	приставными шагами:	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	правым, левым боком,	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
	лицом вперёд.		
8	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски	Работа в командах.
	приставными шагами:	мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие	Проведение
	правым, левым боком,	прыгучести.	спортивной игры.
	лицом вперёд.		_
9	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	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	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.	
	верхней прямой подачи.	Отработка технических и тактических	Проведение	
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.	
		движений.		
26	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.	
	верхней прямой подачи.	Отработка технических и тактических	Проведение	
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.	
		движений		
27	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.	
		Отработка технических и тактических	Проведение	
		приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.	
		движений.		
28	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.	
		техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение	
		Развитие прыгучести.	спортивной игры.	
29	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.	
	приёма мяча с подачи и	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение	
	в защите.	Развитие прыгучести	спортивной игры.	
30	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.	
	приёма мяча с подачи и	Отработка технических и тактических	Проведение	
	в защите.	приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.	
		движений.		
31	Верхняя передача мяча	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.	
	в парах.	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение	
		Развитие прыгучести	спортивной игры.	
32	Верхняя передача мяча	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.	
	в парах.	Игровые упр-я с мячом для улучшения	Проведение	
		координации движений, равновесия, ритма.	спортивной игры.	
		Обучение защите против игрока с мячом.		
33	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.	
	приёма мяча с подачи и	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение	
	в защите.	Развитие прыгучести	спортивной игры.	
34	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.	
	приёма мяча с подачи и	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение	
	в защите.	Развитие прыгучести	спортивной игры.	
Итого: 34ч.				

7-8 КЛАСС

No n/n	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	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	нападающего удара.	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
		1	спортивной игры.
6	Разучивание прямого	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	нападающего удара.	Передачи и приём мяча через сетку –	Проведение
	31	встречная эстафета.	спортивной игры.
7	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
8	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
9	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча	Проведение
		с трёх шагов.	спортивной игры.
10	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
			спортивной игры.
11	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
12	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
13	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	приставными шагами:	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	правым, левым боком,	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
	лицом вперёд.		
14	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски	Работа в командах.
	приставными шагами:	мяча в прыжке. 2 ^x сторонняя игра. Развитие	Проведение
	правым, левым боком,	прыгучести.	спортивной игры.
	лицом вперёд.		
15	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
16	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
17	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
		Развитие силы рук (упр-я с набивными	спортивной игры.
40	П У	мячами).	D . C
18	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	удар.	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
10	D	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
19	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
40	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
20	Разучивание верхней	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	передачи мяча над	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
21	собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
21	Прямой нападающий	Игра с применением технических и	Работа в командах.

	удар.	тактических приёмов игры.	Проведение
	JAMP.	Takin residu apasas an par	спортивной игры.
22	Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять и демонстрировать: Отработка технических элементов игры. Развитие силы рук (упр-я с набивными	Работа в командах. Проведение спортивной игры.
23	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	мячами). 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.
	COOOM.	Tusbillie lipbil y lee lii.	onopinibilon in pbi.

9-11 КЛАССЫ

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

2	нападающего удара.	Совершенствование подачи мяча.	Проведение
	3711		спортивной игры.
	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
3	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
4	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
5	Разучивание прямого	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	нападающего удара.	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	D	N/	спортивной игры.
6	Разучивание прямого	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	нападающего удара.	Передачи и приём мяча через сетку –	Проведение
		встречная эстафета.	спортивной игры.
7	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
8	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
9	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Передачи и ловля мяча в парах. Броски мяча	Проведение
10		с трёх шагов.	спортивной игры.
10	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
11	Caramananan	V	спортивной игры.
11	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
12	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
12	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча над собой.	техники подачи мяча и приёма после подачи. Развитие прыгучести.	Проведение спортивной игры.
13			Работа в командах.
13	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	приставными шагами: правым, левым боком,	Развитие прыгучести.	проведение спортивной игры.
	лицом вперёд.	т азвитис прыгучести.	спортивной игры.
14	Перемещение в стойке	Уметь выполнять и демонстрировать: Броски	Работа в командах.
17	приставными шагами:	мяча в прыжке. 2 ^х сторонняя игра. Развитие	Проведение
	правым, левым боком,	прыгучести.	проведение спортивной игры.
	лицом вперёд.	пры учести.	спортивной игры.
15	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
16	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
17	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
-,	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
	YOUR.	Развитие силы рук (упр-я с набивными	спортивной игры.
		мячами).	anopimbilon in pbi.
18	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	удар.	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	ALM.E.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
<u> </u>	1		Prization in par.

19	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
20	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
21	Прямой нападающий	Игра с применением технических и	Работа в командах.
	удар.	тактических приёмов игры.	Проведение
	JAMP.	Tuktin reekiint iipitessoo iii piit	спортивной игры.
22	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	удар.	Отработка технических элементов игры.	Проведение
	удар.	Развитие силы рук (упр-я с набивными	спортивной игры.
		мячами).	••p
23	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
24	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
25	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	1	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
26	Игровое занятие.	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
		техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
		Развитие прыгучести.	спортивной игры.
27	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
28	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
29	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Игра с	Работа в командах.
	удар.	применением технических и тактических	Проведение
		приёмов игры.	спортивной игры.
30	Прямой нападающий	Уметь выполнять и демонстрировать: Упр-я	Работа в командах.
	удар.	для развития качеств, необходимых при	Проведение
		выполнении приемов игры.	спортивной игры.
31	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
32	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
- 22	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
33	Сочетание способов	Уметь выполнять и демонстрировать:	Работа в командах.
	перемещений (бег,	Отработка технических и тактических	Проведение
	остановки, повороты,	приёмов в игре. Применение обманных	спортивной игры.
24	прыжки вверх).	движений.	D.C
34	Совершенствование	Уметь выполнять и демонстрировать: Совер-е	Работа в командах.
	верхней передачи мяча	техники подачи мяча и приёма после подачи.	Проведение
	над собой.	Развитие прыгучести.	спортивной игры.
ĺ		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	ЭОР
		часов	
1	Разучивание стойки игрока (исходные	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	положения).		www.gto.ru (сайтГТО)
2	Разучивание стойки игрока (исходные	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
	положения).		www.gto.ru (сайтГТО)
3	Стойка игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
4	Стойка игрока (исходные положения).	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			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:	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	правым, левым боком, лицом вперёд.		www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами:	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
	правым, левым боком, лицом вперёд.		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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			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
- 1 -			www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
10	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
10	остановки, повороты, прыжки вверх).	1	www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
20	перемещений.	1	www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
	перемещений.		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/, PЭШ
			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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
33	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	

6 КЛАСС

№	Тема	Кол-во	ЭОР
		часов	
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:	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
_ ′	правым, левым боком, лицом вперёд.	1	www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами:	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
0	=	1	
0	правым, левым боком, лицом вперёд.	1	www.gto.ru (сайтГТО)
9	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
10	п	1	www.gto.ru (сайтГТО)
10	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
- 11			www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
			www.gto.ru (caйτΓΤΟ)
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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
23	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			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
25	- 22-рамина веринен принон поди на	_	www.gto.ru (сайтГТО)
26	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
20	совершенетвование верхнен примои подачи.	1	www.gto.ru (сайтГТО)
27	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
21	тпровос занятис.	1	mttp://ru.sport-wiki.org/, РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
20	Играра замижи	1	o ,
28	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
20		4	www.gto.ru (сайтГТО)
29	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)

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

7-8 КЛАСС

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

16	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
17	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (сайтГТО)
19	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		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/, PЭШ
			www.gto.ru (сайтГТО)
25	Совершенствование верхней прямой подачи.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
			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	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
30	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		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	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
34	Совершенствование приёма мяча с подачи и в	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	защите.		www.gto.ru (сайтГТО)
	Всего	34	
-	•	•	

9-11 КЛАСС

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

2	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
3	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
4	Прямой нападающий удар.	1	www.gto.ru (сайн ТО) http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
5	Прямой нападающий удар.	1	www.gto.ru (сайн то) http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
6	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
7	Перемещение в стойке приставными шагами:	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	правым, левым боком, лицом вперёд.	_	www.gto.ru (сайтГТО)
8	Перемещение в стойке приставными шагами:	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	правым, левым боком, лицом вперёд.		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
10	примон пападающий удар.	_	www.gto.ru (сайтГТО)
11	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
11	прямой нападающий удар.	1	www.gto.ru (сайтГТО)
12	Прямой нападающий удар.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
		_	www.gto.ru (caŭtlTO)
13	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	1		www.gto.ru (сайтГТО)
14	Игровое занятие.	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
	_		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	Cavarayyya ayaaafan yarayayyayyy (fan	1	
17	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, PЭШ
10	остановки, повороты, прыжки вверх).	1	www.gto.ru (сайтГТО)
18	Сочетание способов перемещений (бег,	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
10	остановки, повороты, прыжки вверх).		www.gto.ru (caйτΓΤΟ)
19	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		www.gto.ru (сайтГТО)
20	Эстафеты с различными способами	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
	перемещений.		www.gto.ru (сайтГТО)
21	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ
		4	www.gto.ru (сайтГТО)
22	Разучивание верхней передачи мяча над собой.	1	http://ru.sport-wiki.org/, РЭШ www.gto.ru (сайтГТО)
22	C	4	9
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
	совершенетвование верхней примои подачи.	_	www.gto.ru (сайтГТО)
<u> </u>			(

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