



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 34"
муниципального образования города Братска

МБОУ «СОШ № 34»

665709, РФ, Иркутская обл., город Братск, ул. Приморская, д.47.

тел./факс: (3953) 37-81-32; 37-87-24

e-mail: brschool34@mail.ru, web-сайт: 34brschool.ru

СОГЛАСОВАНО

педагогическим советом

МБОУ «СОШ № 34»

мо города Братска

(протокол от 30.08.2023 г. № 9)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 34»

 Т.А. Филиппова

(приказ от 31.08.2023 № 78/2)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Волейбол»

для обучающихся 5-9 классов

г. Братск, 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе программы внеурочной деятельности учащихся по направлению «Волейбол» Г.А. Колодницкого (издательство «Просвещение» 2012г .

Согласно учебному плану внеурочной деятельности МБОУ «СОШ № 34» в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено спортивно-оздоровительное направление.

Волейбол — один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Программа предназначена для спортивно-оздоровительной работы с учащимися 5-9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в частности, к волейболу.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей, которые можно реально использовать в учебно-тренировочных занятиях в школьной спортивной секции по волейболу и в самостоятельных занятиях.

Предлагаемые упражнения не имеют количественного выражения. Учебно-тематический план составляется учителем, исходя из физической и технической подготовленности учащихся, их возрастных и половых особенностей, а также наличия и состояния спортивных сооружений, учебного оборудования и инвентаря. В МБОУ «СОШ №34» в течение нескольких лет популяризируется данный вид спорта. Обучающиеся II уровня активно посещают занятия секций, занимают призовые места, создана волейбольная команда родителей. Актуальность данного направления очевидна, т.к. есть необходимость привлечения к занятиям учащихся 5-6 классов. Также следует учитывать малоподвижный образ современного школьника, в результате которого возникает гиподинамия. Занятия спортом способствуют нормальному физическому развитию, обеспечивают организацию досуга.

Возраст участников.

Рабочая программа разработана для обучающихся 5-9 классов. Занятия проводятся один раз в неделю, продолжительность занятия – один академический час. В год предусмотрено 34 часа в соответствии с учебным планом.

Основные цели и задачи реализации и программы.

Цель: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом.

Задачи:

- Пропагандировать здоровый образ жизни, укрепление здоровья, содействовать гармоническому физическому развитию занимающихся через занятия спортом;
- популяризировать волейбол как вида спорта и активного отдыха;
- формировать у обучающихся устойчивый интерес к занятиям волейболом;
- обучать технике и тактике игры в волейбол;
- развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);
- формировать у обучающихся необходимые теоретические знания;
- воспитывать моральные и волевые качества.

Формы и методы работы

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Освоение обучающимися содержания программы по волейболу предполагает следующие результаты:

➤ **Личностные результаты** проявляются в:

- активном включении в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявления положительных качеств личности и управлении своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлении дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении высоких спортивных результатов;
- оказании бескорыстной помощи своим сверстникам при игре в команде, взаимопомощи и поддержке участников команды. .

➤ **Метапредметные результаты:**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др;
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

➤ **Предметные результаты:**

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- изложение факторов истории развития волейбола, использование примеров выдающихся спортсменов - волейболистов;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарём.

Предполагаемая результативность курса

Результатом освоения программы внеурочной занятости «Волейбол» является:

1. Освоение школьниками трех уровней образовательных результатов:

- первый уровень - приобретение школьниками социальных знаний (основных норм поведения во время проведения занятий по легкой атлетике, о специфике предмета, приобретение первичных навыков участия в спортивных соревнованиях), способности правильно распределять физическую нагрузку, овладение навыками игры, умение применить полученный опыт для организации досуга. Для достижения данного уровня особое значение имеет взаимодействие ученика со своим учителем, как значимым для него носителем социальных знаний и опыта;

- второй уровень - развитие позитивного отношения школьника к базовым общественным ценностям (человек, семья, отечество, труд, культура, здоровье), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Сформированность двигательной деятельности, умений играть по правилам, подчинять свои действия интересам коллектива. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет равноправное взаимодействие школьников с другими школьниками на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной ему просоциальной среде через участие в соревнованиях. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергать);

- третий уровень результатов - накопление школьником опыта самостоятельного социального действия: активное участие в соревнованиях, стремление добиться высоких результатов, умение организовать (оказать посильную помощь) в проведении соревнований. Уметь действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы. Осознанное отношение к своему физическому здоровью. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде. Только в самостоятельном социальном действии дети становятся деятелями, гражданами, свободными людьми.

Содержание

Специальная физическая подготовка.

Техника нападения. Перемещения и стойки. Сочетания способов перемещения.

Действия с мячом. Передачи мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; отбивание мяча; передачи в парах. Подача мяча: нижняя прямая; подача мяча через сетку; подача в стенку; подача нижняя боковая.

Техника защиты. Перемещения и стойки.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия.

Подвижные игры: «Вызов», «Попробуй унеси», специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаний и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом в руках.

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника, «углом вперед».

Календарно-тематическое планирование на 5 класс.

№	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	Основные виды внеурочной деятельности обучающихся	Примечание	Модуль «школьный урок»
1-2	Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке.	2		Игры развивающие физические способности, качеств. Эстафеты.		День прыгуна Всё о спорте.
3-5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке. Игры развивающие физические способности, качеств.		
6-7	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2		Индивидуальные тактические действия. Двусторонняя учебная игра.		
8-10	Приём мяча сверху двумя руками	3		Игры и эстафеты на закрепление и		

				совершенствование технических приемов. Двусторонняя учебная игра.	
11-13	Прием мяча снизу двумя руками	3		Приём мяча сверху двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра.	
14-16	Нижняя прямая подача	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.	
17-19	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.	
20-22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей.	3		Приём мяча сверху, снизу двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра	
23-25	Развитие координационных способностей, гибкости.	3		Передачи мяча, подачи, Двусторонняя учебная игра.	
26-28	Развитие выносливости.	3		Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	
29-31	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	3		Двусторонняя учебная игра.	
32-34	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	3		Двусторонняя учебная игра.	

Содержание

Специальная физическая подготовка.

Техника нападения. Перемещения и стойки. Сочетания способов перемещения.

Действия с мячом. Передачи мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; отбивание мяча; передачи в парах. Подача мяча: нижняя прямая; подача мяча через сетку; подача в стенку; подача нижняя боковая.

Техника защиты. Перемещения и стойки.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия.

Подвижные игры: «Вызов», «Попробуй унеси», специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаний и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом в руках.

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника, «углом вперед».

Календарно-тематическое планирование

№	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	Основные виды внеурочной деятельности обучающихся	Примечание	Модуль «школьный урок»
1-2	Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке.	2		Игры развивающие физические способностей, качеств. Эстафеты.		День прыгуна. Причины и предупреждение травматизма на занятиях.
3-5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке. Игры развивающие физические способностей, качеств.		
6-7	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	2		Индивидуальные тактические действия. Двусторонняя учебная игра.		
8-10	Приём мяча сверху двумя руками в парах.	3		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов. Двусторонняя учебная игра.		
11-13	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	3		Приём мяча сверху двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра.		
14-16	Нижняя прямая подача	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.		
17-19	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Игра по упрощённым правилам.	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.		
20-22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей. Игра по упрощённым правилам.	3		Приём мяча сверху, снизу двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра		
23-25	Развитие координационных способностей, гибкости. Игра по упрощённым правилам.	3		Передачи мяча, подачи, Двусторонняя учебная игра.		
26-28	Развитие выносливости. Игра по упрощённым правилам.	3		Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.		
29-31	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игра по упрощённым правилам.	3		Двусторонняя учебная игра.		
32-34	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игра по упрощённым правилам.	3		Двусторонняя учебная игра.		

Содержание

Специальная физическая подготовка.

Техника нападения. Перемещения и стойки. Сочетания способов перемещения.

Действия с мячом. Передачи мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; отбивание мяча; передачи в парах. Подача мяча: нижняя прямая; подача мяча через сетку; подача в стенку; подача нижняя боковая.

Техника защиты. Перемещения и стойки.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия.

Подвижные игры: «Вызов», «Попробуй унеси», специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаний и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом в руках.

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника, «углом вперед».

Календарно-тематическое планирование

№	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	Основные виды внеурочной деятельности обучающихся	Примечание	Модуль «школьный урок»
1-2	Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке правым левым боком, лицом вперед.	2		Перемещение в стойке правым левым боком, лицом вперед. Игры развивающие физические способностей, качеств. Эстафеты.		День прыгуна. Причины и предупреждение травматизма.
3-5	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	3		Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке. Игры развивающие физические способностей, качеств. Упр.на координацию.		
6-7	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача мяча сверху двумя руками в прыжке(вдоль сетки и через сетку). Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	2		Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Индивидуальные тактические действия. Двусторонняя учебная игра.		
8-10	Приём мяча сверху двумя руками в парах, в тройках, четверках через сетку.	3		Приём мяча сверху двумя руками в парах. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов. Двусторонняя учебная игра.		
11-13	Прием мяча снизу двумя руками в парах, тройках, четверках через сетку.	3		Приём мяча сверху двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра.		
14-	Нижняя прямая подача	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками.		

16				Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.	
17-19	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Игра по упрощённым правилам.	3		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.	
20-22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей. Совершенствование различных передач. Игра по упрощённым правилам.	3		Приём мяча сверху, снизу двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра. Упр.на координацию.	
23-25	Развитие координационных способностей, гибкости. Атакующие удары. Игра по упрощённым правилам.	3		Передачи мяча, подачи, атакующие удары. Двусторонняя учебная игра. Упр.на координацию.	
26-28	Развитие выносливости. Игра по упрощённым правилам. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.	3		Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра. Упр.на координацию.	
29-31	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игра по упрощённым правилам.	3		Двусторонняя учебная игра.	
32-34	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игра по упрощённым правилам.	3		Двусторонняя учебная игра.	

Содержание

Специальная физическая подготовка.

Техника нападения. Перемещения и стойки. Сочетания способов перемещения.

Действия с мячом. Передачи мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; отбивание мяча; передачи в парах. Подача мяча: нижняя прямая; подача мяча через сетку; подача в стенку; подача нижняя боковая.

Техника защиты. Перемещения и стойки.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия.

Подвижные игры: «Вызов», «Попробуй унеси», специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаний и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом в руках.

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника, «углом вперед».

Календарно-тематическое планирование

№	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	Основные виды внеурочной деятельности обучающихся	Примечание	Модуль «школьный урок»
---	--------------------	------------------	------	---	------------	------------------------

1-2	Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	2		Перемещение в стойке правым левым боком, лицом вперед. Игры развивающие физические способностей, качеств. Эстафеты.		День прыгуна. Основные требования к уровню подготовленности.
3-4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	2		Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке. Игры развивающие физические способностей, качеств. Упр. на координацию.		
5-7	Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении). Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	3		Передача мяча сверху двумя руками в прыжке-разучить (вдоль сетки и через сетку). Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Индивидуальные тактические действия. Двусторонняя учебная игра.		
8-9	Приём мяча сверху двумя руками в парах, в тройках, четверках через сетку.	2		Приём мяча сверху двумя руками в парах. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов. Двусторонняя учебная игра.		
10-11	Прием мяча снизу двумя руками в парах, тройках, четверках через сетку.	2		Приём мяча сверху двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра.		
12-13	Нижняя прямая подача	2		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.		
14-15	Прямой нападающий удар (по ходу)	2		Разучить - Прямой нападающий удар (по ходу)		
16	Одиночное блокирование	1		Разучить - Одиночное блокирование		
17	Страховка при блокировании	1		Разучить - Страховка при блокировании		
18-19	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Игра по упрощённым правилам.	2		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра.		
20	Групповые тактические действия в нападении и защите	1		Групповые тактические действия в нападении и защите		
21-22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей. Совершенствование различных передач. Игра по упрощённым правилам.	2		Приём мяча сверху, снизу двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра. Упр. на координацию.		
23-24	Развитие координационных способностей, гибкости. Атакующие удары. Игра по упрощённым правилам.	2		Передачи мяча, подачи, атакующие удары. Двусторонняя учебная игра. Упр. на координацию.		
25-	Развитие выносливости. Игра по упрощённым	2		Индивидуальные тактические действия в		

26	правилам. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.			нападении и защите. Двусторонняя учебная игра. Упр. на координацию.		
27-28	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	2		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Двусторонняя учебная игра.		
29-30	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	2		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.		
31-34	Двухсторонняя учебная игра	4		Двусторонняя учебная игра.		

Содержание

Специальная физическая подготовка.

Техника нападения. Перемещения и стойки. Сочетания способов перемещения.

Действия с мячом. Передачи мяча: сверху двумя руками; с собственного подбрасывания; с набрасывания партнера; отбивание мяча; передачи в парах. Подача мяча: нижняя прямая; подача мяча через сетку; подача в стенку; подача нижняя боковая.

Техника защиты. Перемещения и стойки.

Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия.

Подвижные игры: «Вызов», «Попробуй унеси», специальные эстафеты с выполнением разнообразных сочетаний и с преодолением препятствий.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом в руках.

Командные действия. Расположение игроков при приеме мяча от противника, «углом вперед».

Календарно-тематическое планирование

№	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	Основные виды внеурочной деятельности обучающихся	Примечание	Модуль «школьный урок»
1-2	Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	2		Перемещение в стойке правым левым боком, лицом вперед. Игры развивающие физические способностей, качеств. Эстафеты.		День прыгуна. Мой любимый вид спорта.
3-4	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	2		Стойка игрока (исходное положение). Перемещение в стойке. Игры развивающие физические способностей, качеств. Упр. на координацию. Судейство. Игра в в/б.		
5	Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении).	1		Совершенствование - Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Двусторонняя учебная игра. Судейство.		
6	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1		Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи – совершенствование. Двусторонняя учебная игра.		

				Судейство.	
7	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.	1		Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи - совершенствование . Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
8	Приём мяча сверху двумя руками в парах, в тройках, четверках через сетку.	1		Приём мяча сверху двумя руками в парах. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
9	Прием мяча снизу двумя руками в парах, тройках, четверках через сетку.	1		Приём мяча сверху двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
10	Приём мяча, отражённого сеткой – разучить.	1		Приём мяча, отражённого сеткой. Приём и передачи мяча. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
11	Нижняя прямая подача – совершенствование.	1		Нижняя прямая подача. Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
12	Верхняя прямая подача – разучить.	1		Верхняя прямая подача – разучить. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
13-14	Прямой нападающий удар (по ходу) – разучить.	2		Разучить - Прямой нападающий удар (по ходу). Верхняя прямая подача. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
15	Одиночное блокирование – закрепить.	1		Одиночное блокирование. Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
16	Страховка при блокировании – закрепить.	1		Страховка при блокировании. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
17-18	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите - закрепить. Игра по упрощённым правилам.	2		Приемы мяча сверху, снизу двумя руками. Страховка при блокировании. Развитие выносливости. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
19-20	Групповые тактические действия в нападении и защите – закрепить.	2		Групповые тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра. Судейство.	
21-22	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей. Совершенствование различных передач. Игра по упрощённым правилам.	2		Приём мяча сверху, снизу двумя руками. Игры развивающие физические способности. Двусторонняя учебная игра. Судейство. Упр. на координацию.	
23-24	Развитие координационных способностей, гибкости. Атакующие удары. Игра по упрощённым правилам.	2		Передачи мяча, подачи, атакующие удары. Двусторонняя учебная игра. Судейство. Упр. на координацию.	
25-26	Развитие выносливости. Игра по упрощённым правилам. Индивидуальные тактические	2		Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная	

	действия в нападении и защите.			игра. Судейство. Упр. на координацию.		
27-28	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	2		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Двусторонняя учебная игра. Судейство.		
29-30	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	2		Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Судейство.		
31-34	Двухсторонняя учебная игра	4		Двусторонняя учебная игра. Судейство.		

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности.

1. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации на период 2010г (проект)
2. Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ СОШ № 34.
1. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя. – М.:Просвещение, 2011г.
2. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов. –М.:Просвещение, 2012г.