

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области лицей (технологический) с. Хрящевка муниципального
района Ставропольский

7/1, ул. Полевая с. Хрящевка, 445146, Самарская область, м.р. Ставропольский, т. 8(8482)23-57-42

| | | |
|--|---|--|
| РАССМОТРЕНО: На заседании МО Протокол № 1 от 29.08.2023 | ПРИНЯТО: Педагогический совет Протокол №1 от 30.09.2023 | УТВЕРЖДЕНО: И.о. директора государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области лицей (технологического) с. Хрящевка муниципального района Ставропольский _____Доронина Т.Н. Приказ № 415 от 30.08.2023 |
|--|---|--|

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочный курс МАСЕРСКАЯ МЯЧА
Класс(ы) 5-9

Направление Спортивно- оздоровительное

Количество часов:

| Класс | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
|-------|-----------------------|--------------------|
| 5 | 1 | 34 |
| 6 | 1 | 34 |
| 7 | 1 | 34 |
| 8 | 1 | 34 |
| 9 | 1 | 34 |

1. Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющего опыта;
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- Оценивать красоту телосложения и осанки;
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- Технически правильно выполнять двигательные действия базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

1. Регулятивные УУД:

- Формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- Развитие регуляции спортивно-оздоровительной деятельности;
- Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

2. Познавательные УУД:

- Владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- Знание по истории и развитию различных видов спорта и о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- Знание о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- Знание об индивидуальных особенностях физического развития;
- Знание о функциональных возможностях организма.

3. коммуникативные УУД:

- Формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило радость;
- Развивать навыки взаимодействия в группе;
- Развивать вербальные и невербальные навыки общения;
- Умение играть в команде.

Обучающие будут уметь:

- Навыки выполнения жизненно важных двигательных умений(ходьба, бег, прыжки и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- Навыки выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- Играть в футбол, волейбол, баскетбол, теннис; □ Работать с различным спортивным инвентарем; □ Играть в команде.

2. Содержание программы курса внеурочной деятельности

| № | Наименование раздела программы | Содержание программного материала | Количество часов всего |
|----|--------------------------------|--|------------------------|
| 1. | Футбол | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам. | 14 |
| 2. | Футбол | Отбор мяча, разыгрывание мяча, прием мяча, остановка мяча, удар по воротам | 12 |
| 3. | Футбол | Прием мяча грудью, отбор подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. | 12 |
| 4. | Футбол | Игра по правилам | 16 |
| 5. | Волейбол | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 23 |
| 6. | Волейбол | Нижняя прямая, боковая подача мяча. Верхняя прямая, боковая подача мяча. | 23 |
| 7. | Волейбол | Игра по правилам | 9 |
| 8. | Баскетбол | Техника передвижения и остановки. | 6 |
| 9. | Баскетбол | Техника ведение мяча | 6 |

| | | | |
|-----|-------------------|--|----|
| 10. | Баскетбол | Техника передачи мяча | 6 |
| 11. | Баскетбол | Техника броска мяча | 6 |
| 12. | Баскетбол | Вырывание и выбивание мяча | 4 |
| 13. | Баскетбол | Эстафеты с баскетбольными элементами | 6 |
| 14. | Баскетбол | Игра в мини- баскетбол 2Х2, 3Х3 | 9 |
| 15. | Баскетбол | Двухсторонняя игра по правилам | 10 |
| 16. | Настольный теннис | Техника настольного тенниса: удары | 2 |
| 17. | Настольный теннис | Техника настольного тенниса: подачи и приемы подач | 2 |
| 18. | Настольный теннис | Основы тактики игры в теннис | 2 |
| 19. | Настольный теннис | Игровая практика | 2 |

Содержание курса 5 класс.

1. Требование к технике безопасности. Инструктаж по Т.Б.- 1 час
- 2.Краткая характеристика видов спорта. – Основные правила игры в футбол. Основные приемы игры в футбол. Подвижные игры для освоения передвижения и остановок – 1 час
3. освоение ударов по мячу и остановка мяча. – Стойки и перемещения, удар по мячу, удар по воротам. – 6 час.
4. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.- Отбор мяча, разыгрывание мяча. – 10 час.
5. Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. – прием мяча грудью , отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. – 10 час.
6. Освоение тактики игры.- Игра по правилам.- 6 час.
- 7.Защита итоговой работы за 5 класс.- 1 час

Содержание курса 6 класс.

1. Требование к технике безопасности. Инструктаж по Т.Б.- 1 час
- 2.Баскетбол.Краткая характеристика вида спорта. – История баскетбола, основные правила игры в баскетбол, основные приемы игры. – 1 час
3. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. – Эстафета баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди.- 1 ч. – 6 час.
4. Освоение ловли и передачи мяча .- бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча- бросок мяча одной рукой. – 3 час.
5. Освоение техники ведения мяча. Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2Х2.- 4 часа
6. Освоение техникой бросков мяча. – техника передвижений и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание. Игра в мини- баскетбол – 4 час.
7. Овладение игрой .- 3 час.
- 8.Волейбол. Краткая характеристика вида спорта.- История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приемы игры в волейбол. – 1час.
- 9.Стойка игрока. Освоение техники приема и передачи мяча. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. 7 час.

10. Прием и передачи мяча сверху, снизу. Подачи мяча. – 6 час.

11. Овладение игрой. Игра по правилам.- 3 час.

Содержание курса 7 класс.

1. Требование к технике безопасности. Инструктаж по Т.Б.- 1 час
2. Закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. – Техника передвижений и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами – 9 час
3. Броски мяча с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием .- 3 час.
4. Освоение индивидуальной техники защиты.- Перехват мяча. – 1 час.
5. Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. – Ведение мяча с изменением направления. Передачи мяча. Игра в баскетбол - 6 час.
6. Закрепление тактики игры. Бросок в кольцо .Эстафеты с баскетбольными мячами. Игра в мини-баскетбол - 8 час
7. Овладение игрой и комплексное развитие. Двухсторонняя игра по правилам.- 6 час.

Содержание курса 8 класс.

1. Инструктаж по технике безопасности .- 1 час
2. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. – Техника приема и передачи мяча верху и снизу. – 2 час
3. Освоение техники приема и передачи мяча. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча через сетку. Подачи мяча .- 10 час.
4. Овладение игрой и комплексное развитие. Игра по упрощенным правилам волейбола. Совершенствование навыков игры. – 7 час.
5. Развитие координационных способностей - 3 час.
6. Футбол. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам, прием мяча. - 7 час
7. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.- 3 час.

Содержание курса 9 класс.

1. Инструктаж по технике безопасности .- 1 час
2. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. – Техника приема и передачи мяча верху и снизу. Подвижные игры с элементами волейбола – 5 час
3. Освоение техники приема и передачи мяча. - 6 час.
4. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по правилам волейбола. – 3 час.
5. Настольный теннис. Историческая справка - 1 час.
6. Техника настольного тенниса- удары и приемы передач. - 3 час
7. Основы тактики игры в настольный теннис - 4 час.
8. Футбол. Закрепление техники перемещений, владений мячом и развитие координационных способностей. 7 час.
10. Совершенствование тактики игры – 3 час.

| № | Вид деятельности | 5 класс | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
|----|---|---------|---------|---------|---------|---------|
| 1. | Основы знаний (история развития спорта, правила игры) | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. | Баскетбол | | 16 | 33 | | |

| | | | | | | |
|----|-------------------|-------------------|----|----|----|----|
| 3. | Волейбол | | 17 | | 23 | 15 |
| 4. | Настольный теннис | | | | | 8 |
| 5. | Подвижные игры | На каждом занятии | | | | |
| 6. | Футбол | 33 | | | 10 | 10 |
| | Итого: | 34 | 34 | 34 | 34 | 34 |
| | Всего: | 170 часов | | | | |

3. Тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности

5 класс

| № | Тема | Количество часов | Вид внеурочной деятельности |
|-----|---|------------------|-----------------------------|
| 1. | Инструктаж по Т.Б. | 1 | Познавательная |
| 2. | Краткая характеристика вида спорта. Подвижные игры. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 3. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 4. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 5. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 6. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 7. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 8. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 9. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 10. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 11. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 12. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 13. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 14. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 15. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 16. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |

| | | | |
|-----|--|---|---------------------------|
| 17. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 18. | Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 19. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 20. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 21. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 22. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 23. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 24. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 25. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 26. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 27. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 28. | Прием мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 29. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 30. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 31. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 32. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 33. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 34. | Игра по правилам | 1 | Игровая |

6 класс

| № | Тема | Количество часов | Вид внеурочной деятельности |
|----|---|------------------|-----------------------------|
| 1. | Инструктаж по Т.Б. | 1 | Познавательная |
| 2. | Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 3. | Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 4. | Броско мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 5. | Броско мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 6. | Броско мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |

| | | | |
|-----|--|---|---------------------------|
| 7. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 8. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 9. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 10. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 11. | Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными элементами, вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 12. | Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 13. | Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 14. | Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 15. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 16. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 17. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 18. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 19. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 20. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 21. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 22. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 23. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 24. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |

| | | | |
|-----|---|---|---------------------------|
| 25. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 26. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 27. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 28. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 29. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. Верхняя прямая подача. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 30. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. Верхняя прямая подача. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 31. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. Верхняя прямая подача. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 32. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 33. | Игра по правилам | 1 | Игровая |
| 34. | Игра по правилам | 1 | Игровая |

7 класс

| № | Тема | Количество часов | Вид внеурочной деятельности |
|-----|--|------------------|-----------------------------|
| 1. | Инструктаж по Т.Б. | 1 | Познавательная |
| 2. | Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 3. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 4. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 5. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 6. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 7. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 8. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 9. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 10. | Совершенствование ведения мяча, передачи. Техника остановки двумя шагами, бросок в кольцо. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 11. | Совершенствование различных способов броска в кольцо. Совершенствование передачи мяча: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |

| | | | |
|-----|--|---|---------------------------|
| 12. | Совершенствование различных способов броска в кольцо. Совершенствование передачи мяча: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 13. | Совершенствование различных способов броска в кольцо. Совершенствование передачи мяча: от груди, головы, от плеча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 14. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 15. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 16. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 17. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 18. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 19. | Совершенствование ведения мяча, передачи мяча. Игра 2X2 | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 20. | Эстафеты с баскетбольными элементами. Игра в мини-баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 21. | Эстафеты с баскетбольными элементами. Игра в мини-баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 22. | Эстафеты с баскетбольными элементами. Игра в мини-баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 23. | Эстафеты с баскетбольными элементами. Игра в мини-баскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 24. | Вырывание и выбивание мяча. Игра в минибаскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 25. | Вырывание и выбивание мяча. Игра в минибаскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 26. | Вырывание и выбивание мяча. Игра в минибаскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 27. | Вырывание и выбивание мяча. Игра в минибаскетбол | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 28. | Двухсторонняя игра по правилам. | 1 | Игровая |
| 29. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |
| 30. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |
| 31. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |
| 32. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |
| 33. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |
| 34. | Двухсторонняя игра по правилам | 1 | Игровая |

8 класс

| № | Тема | Количество часов | Вид внеурочной деятельности |
|---|------|------------------|-----------------------------|
|---|------|------------------|-----------------------------|

| | | | |
|-----|--|---|---------------------------|
| 1. | Инструктаж по Т.Б. | 1 | Познавательная |
| 2. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 3. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 4. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 5. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 6. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 7. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 8. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 9. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 10. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 11. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 12. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 13. | Освоение нижней прямой и боковой подачи. Прием мяча снизу | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 14. | Совершенствование нижней подачи мяча. Прием и передача мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 15. | Совершенствование нижней подачи мяча. Прием и передача мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 16. | Совершенствование нижней подачи мяча. Прием и передача мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 17. | Совершенствование нижней подачи мяча. Прием и передача мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 18. | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 19. | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 20. | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 21. | Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 22. | Учебно-тренировочная игра по правилам | 1 | Игровая |
| 23. | Учебно-тренировочная игра по правилам | 1 | Игровая |
| 24. | Учебно-тренировочная игра по правилам | 1 | Игровая |

| | | | |
|-----|---|---|---------------------------|
| 25. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 26. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 27. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 28. | Отбор мяча, разыгрывание; прием мяча, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 29. | Отбор мяча, разыгрывание; прием мяча, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 30. | Прием мяча на грудь, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 31. | Прием мяча на грудь, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 32. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИВБ | 1 | Игровая |
| 33. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |
| 34. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |

9 класс

| № | Тема | Количество часов | Вид внеурочной деятельности |
|----|--|------------------|-----------------------------|
| 1. | Инструктаж по Т.Б. | 1 | Познавательная |
| 2. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 3. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 4. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 5. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 6. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 7. | Совершенствование нижней подачи мяча. Передача мяча, прием мяча снизу. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 8. | Совершенствование нижней подачи мяча. Передача мяча, прием мяча снизу. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 9. | Совершенствование нижней подачи мяча. Передача мяча, прием мяча снизу. | 1 | Спортивно-оздоровительная |

| | | | |
|-----|---|---|---------------------------|
| 10. | Совершенствование верхней подачи мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| | Совершенствование передачи и приема мяча. | | оздоровительная |
| 11. | Совершенствование верхней подачи мяча. Совершенствование передачи и приема мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 12. | Совершенствование верхней подачи мяча. Совершенствование передачи и приема мяча. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 13. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИВБ | 1 | Игровая |
| 14. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИВБ | 1 | Игровая |
| 15. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИВБ | 1 | Игровая |
| 16. | Настольный теннис. История. | 1 | Познавательная |
| 17. | Изучение и совершенствование техники игры. Различные виды жонглирования и подбиванием мячей | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 18. | Изучение и совершенствование техники игры. Различные виды жонглирования и подбиванием мячей | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 19. | Удар накатом и толчком справа и слева. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 20. | Удар накатом и толчком справа и слева. | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 21. | Игровая практика | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 22. | Игровая практика | 1 | Игровая |
| 23. | Игровая практика | 1 | Игровая |
| 24. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 25. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 26. | Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 27. | Совершенствование приема мяча, отбор мяча, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 28. | Совершенствование приема мяча, отбор мяча, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 29. | Совершенствование приема мяча, отбор мяча, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 30. | Прием мяча на грудь, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках. группах | 1 | Спортивно-оздоровительная |
| 31. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |
| 32. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |

| | | | |
|-----|--|---|---------|
| 33. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |
| 34. | Учебно-тренировочная игра по правилам ФИФА | 1 | Игровая |