ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
сведения о сертификате ЭП
Сертификат: 3697a386976570a313f90f561380c843
Владелец: Албанов Иван Алексеевич
ГБОУ КК «ДШИИ и КК им. В.Г. Захарченко»
Выдан: Казначейство России
Действителен: с 20.02.2023 по 15.05.2024

Приложение 3
к рабочей программе
основного общего
образования

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по внеурочной деятельности «Волейбол» (5-7 классы)

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Совершенствование стоек игрока.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
2	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
3	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: лицом вперёд.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ruod
4	Игры, развивающие физические способности.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
5	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1		1	www.edu.ru www.school.edu.rud
6	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
7	Закрепление передачи сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
8	Закрепление верхней передачи мяча у стены.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
9	Эстафеты с различными способами перемещений.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru

10	Совершенствование передачи снизу двумя руками над собой.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
11	Закрепление передачи снизу двумя руками в парах.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
12	Верхняя прямая подача.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
13	Закрепление верхней прямой подачи.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
14	Двусторонняя учебная игра.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
15	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
16	Развитие координационных способностей, выносливости, гибкости.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
17	Прямой нападающий удар	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
18	Закрепление прямого нападающего удара	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
19	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
20	Эстафеты на закрепление технических приёмов и тактических действий.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
21	Эстафеты на совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
22	Совершенствование приём мяча сверху двумя руками.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
23	Игры, развивающие физические способности. Мини волейбол	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
24	Игры, развивающие физические способности. Баскетбол	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
25	Закрепление одиночного блокирования.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
26	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru

27	Закрепление группового блокирования (вдвоём, втроём).	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
28	Страховка при блокировании.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
29	Закрепление страховки при блокировании.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
30	Закрепление индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
31	Разучивание групповых тактических действий в нападении.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
32	Разучивание групповых тактических действий в защите.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
33	Закрепление групповых тактических действий в нападении, защите.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru
34	Двусторонняя учебная игра.	1		1	www.edu.ru www.school.edu.ru