

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «ТЕХНОПАРК»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД НЕФТЕКАМСК
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» августа 2026г.
Протокол № 1

Утверждаю.

Директор МБУ ДО
ЦТТДиЮ «Технопарк»

А.Н. Порозов
от «01» сентября 2026г.
Приказ № 313



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СЕТЕВОЙ ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ
физкультурно-спортивной направленности

«Волейбол»

Возраст обучающихся: 8-14 лет
Уровень освоения программы: стартовый
Срок реализации программы: 1 год
Состав группы: до 15 человек
Форма обучения: очная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID номер в Навигаторе:

Автор-составитель:
Давлетбаева Виктория Олеговна,
педагог дополнительного образования

Нефтекамск, 2026г.

Оглавление программы

№ п/п	Наименование раздела	Страницы
1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	4
1.3.	Содержание программы	5
1.4.	Планируемые результаты	12
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Условия реализации программы	14
2.2.	Формы аттестации и контроля	14
2.3.	Оценочные материалы	15
2.4.	Методическое обеспечение программы	17
2.5.	Список литературы	21
	Приложения	23

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Подвид программы: одноуровневая.

Уровень программы: стартовый.

Целью физического воспитания является – укрепление здоровья, развитие физических способностей человека, формирование и совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений.

Достойное место в системе физического воспитания занимает волейбол.

Он является не только видом спорта, но и средством оздоровления организма, приводящим к высокому эмоциональному подъему. Достоинство волейбола – сравнительная простота оборудования мест для игры и правил ее ведения, большая зрелищность. Обилие разнообразных тактических комбинаций, эмоциональность борьбы, коллективизм привлекают в волейбол людей различных возрастов и профессий.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»: по содержанию является физкультурно-спортивной; по форме организации- групповой, по времени реализации - одногодичной.

Актуальность программы. Волейбол – спортивная командная игра и вызывает интерес к занятиям спортом, прививает навыки здорового образа жизни. По разносторонности воздействия на организм занятия волейболом представляют собой идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств.

Новизна программы заключается в том, что она не ограничивается только техникой и тактикой игры. Она одновременно решает задачи физического развития (сила, выносливость, координация), формирования личностных качеств (воля, коммуникабельность, чувство коллективизма), а также даёт теоретические знания (правила, основы гигиены, профилактика травм, иногда - элементы судейства).

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной программы «Волейбол» заключается в комплексном воздействии на физическое, психическое и социальное развитие ребёнка. Она отвечает актуальным запросам общества, школы и самих обучающихся, решая задачи физического воспитания, социализации и формирования личностных качеств.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об утверждении Основ государственной политики страны в области исторического просвещения»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее - 273-ФЗ);
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 25.07.2022г. № 2036-р «Об утверждении плана проведения в Российской Федерации Десятилетия науки и технологий»;

- распоряжением Правительства РФ от 23 января 2021 года №122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»;
- Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30.11.2016 № 11;
- приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- постановление Правительства Республики Башкортостан от 01.10.2022 № 690 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей в Республике Башкортостан до 2030 года»;
- локально нормативные акты образовательной организации.

Адресат программы. Программа объединения «Волейбол» рассчитана на детей от 8 до 14 лет разного уровня подготовки.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы составляет 144 часа.

Отличительной особенностью данной программы является индивидуальный подход к групповым занятиям, так как программа составлена с учетом интересов детей, их возможностей, уровня подготовки и владения практическими умениями и навыками.

Форма обучения: очная.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуальная или индивидуально-групповая, всем составом объединения.

Режим занятий. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю по 1-2 часа. Продолжительность одного занятия - 45 минут, между ними 5-минутный перерыв.

Формы организации учебных занятий различны. Предусмотрены как теоретические занятия: беседа, объяснение педагога, показ педагогом способа действия, так и практические занятия: отработка техники и игровых моментов.

Занятия в объединении проходят по следующей **методике:**

- а) теоретическая часть (показ педагога, объяснение, беседа);
- б) практическая часть (игра, выполнение упражнений).

Формы контроля реализации программы:

- тестирование;
- показатели физической подготовленности детей (приложение 1, 2, 3);
- мониторинг успешности игровой деятельности каждого игрока команды;
- участие в муниципальных, республиканских, всероссийских соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации программы (диагностика знаний):

- входной контроль;

- промежуточная аттестация;
- итоговая аттестация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» ежегодно обновляется в связи с развитием науки, техники, социальной сферы и изменениями в законодательных актах системы образования.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: сформировать у обучающихся устойчивую мотивацию и потребность в регулярных занятиях волейболом, целостном развитии физических и психических качеств, а также в творческом использовании средств физической культуры для организации здорового образа жизни.

Задачи:

Личностные:

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие детям организаторских навыков;
- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия в игре.

Метапредметные:

- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни, занятиях физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
- совершенствование функциональных возможностей организма;
- формирование умений в организации и судействе спортивной игры «Волейбол».

Предметные (образовательные):

- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры в волейбол.

1.3. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН Первый год обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по ТБ.	2	2	-	
2	Физическая культура и спорт в России. Развитие волейбола в России. Правила игры в волейбол	2	2	-	Сдача контрольных нормативов. Соревнования по волейболу, по плану МО РБ Тестирование; - показатели физической подготовленности детей; -Мониторинг успешности игровой деятельности каждого игрока команды; -Участие в муниципальных, республиканских, всероссийских соревнованиях.
3	Организация и проведение соревнований по волейболу	20	10	10	
4	Физическая, техническая, тактическая подготовка	24	12	12	
5	Общая физическая подготовка	30	10	20	
6	Эстафетные и подвижные игры	10	4	6	
7	Специальная физическая подготовка	10	4	6	
8	Техника игры в волейбол	20	10	10	
9	Групповые действия, расстановка	10	4	6	
10	Учебные игры. Двухсторонние игры	10	4	6	
11	Итоговые занятия. Контрольные испытания	6	2	4	
	Итого:	144	64	80	

Таблица 1

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема № 1. Вводное занятие. Знакомство с содержанием программы. Инструктаж по ТБ.

Тема № 2. Физическая культура и спорт в России. Развитие волейбола в России.

Теория. Значение физической культуры, спорта и туризма в России. Цель физического воспитания. Краткая характеристика волейбола как средства физического воспитания. Достоинство волейбола. История возникновения волейбола и его развития. Чемпионат и кубок России по волейболу. Юношеские соревнования по волейболу в России.

Тема №3. Правила игры в волейбол.

Теория. Правила игры. Площадка для игры в волейбол, ее устройство, разметка. Подготовка игровой площадки для занятий и соревнований по волейболу. Специальное оборудование: корзина или сетка для мячей, подвески или стол для табло, тумба или вышка для судьи. Разбор и изучение правил игры. Роль капитана команды, его права и обязанности. Место занятий, оборудование.

Практика. Игра в волейбол.

Тема № 4. Физическая, техническая, тактическая подготовка.

Теория. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Значения правильного режима для юного спортсмена. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма.

Практика. Общефизические упражнения. Игра в волейбол.

Тема № 5. Общая физическая подготовка.

Теория. Физическая подготовка. Задачи, средства и методы физической подготовки волейболистов. Задачи общей физической подготовки. Задачи специальной физической подготовки. Специальные подготовительные упражнения. Методы развития силы и скоростно-силовых качеств. Метод кратковременных усилий. Непредельные усилия. Метод круговой тренировки. Методы развития быстроты. Повторный метод. Увеличение скорости движущегося объекта.

Увеличение внезапности появления объекта. Сопряженный метод.

Практика. Выполнение упражнений в затрудненных условиях. Выполнение упражнений в облегченных условиях. Игровой метод. Соревновательный метод.

Тема № 6. Эстафеты и подвижные игры.

Теория. Переменный метод. Повторный метод. Увеличение интенсивности нагрузки. Уменьшение интенсивности нагрузки. Повторный метод выполнения специального комплекса упражнений.

Практика. Эстафетные игры в количестве от отведенного времени на занятия на разные расстояния с предметами и без предметов для развития выносливости, прыгучести, ловкости, силы, гибкости. Подвижные игры с элементами волейбола и общее, развивающее для разгрузки физических упражнений.

Тема № 7. Специальная физическая подготовка.

Теория. Методы развития ловкости. Метод усложнения ранее освоенных упражнений. Метод двухстороннего освоения упражнений. Выполнение упражнений в левую и правую сторону, левой и правой рукой, ногой и т.д. Изменение противодействия занимающихся в парных и групповых упражнениях. Изменение пространственных границ. В знакомых упражнениях и играх изменяют границы площадки, величину дистанции, количество играющих и т.д. Выполнение знакомых движений в неизвестных заранее сочетаниях. Методы развития гибкости.

Практика. Специальная физическая подготовка. Падение назад из низкого положения с перекатом на спину или бедро-спину. Падения с шагом вперед, в стороны. Падения из среднего исходного положения. Выполнение перекатов после приема мяча. Падение с перекатом на грудь.

Упражнения для развития гибкости делятся на активные и пассивные. Упражнения

проводят сериями.

Тема № 8. Техника игры в волейбол.

Теория. Техника перемещений. Поддачи. Передачи. Прием мяча. Нападающий удар. Блок. Практика. Нападающий удар. Имитация нападающего удара. Нападающий удар по подвешенному над сеткой мячу. С подбрасыванием мяча. Нападающий удар из 4х3х 2 зоны. Блок. Имитация блока у сетки. Броски мяча 2-мя руками через сетку. Блокирование нападающего удара из зоны № 4. Блокирование нападающих ударов со средних и высоких передач, низких ускоренных с скоростных передач, с далеких от сетки передач.

Тема № 9. Групповые действия, расстановка.

Теория. Перемещение в линии нападения. Перемещение в линии защиты.

Практика. Действие без мяча при прямой подаче. Действие без мяча при выборе места для блокирования. Действие без мяча при приеме нападающих ударов. Действие с мячом в защите. Откатка. Нападающие удары. Перемещение по площадке.

Тема № 10. Учебные игры, двухсторонние игры.

Теория. Тактика игры в волейбол. Перемещение по площадке. Тактика нападения.

Практика. Индивидуальные действия в защите. Действие без мяча при прямой подаче. Действие без мяча при выборе места для блокирования. Действие без мяча при приеме нападающих ударов. Действие с мячом в защите. Откатка. Нападающие удары.

Тема № 11. Итоговые занятия. Контрольные испытания.

Практика. Контрольные испытания проводятся в начальном этапе учебной программы и в конце учебной программы.

Итоговое занятие. Игра в волейбол.

1.4. Планируемые результаты.

Личностные:

- создадутся условия для воспитания воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- создадутся условия для привития детям организаторских навыков;
- сформируется позитивная психология общения и коллективного взаимодействия в игре.

Метапредметные:

- сформируется ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни, занятиях физической культурой и спортом, разовьется культура здорового питания;
- усовершенствуются функциональные возможности организма;
- сформируются умения в организации и судействе спортивной игры «Волейбол».

Предметные (образовательные):

- приобретут необходимые теоретические знания;
- овладеют основными приемами техники и тактики игры в волейбол.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо соответствующее помещение. Оно соответствует санитарным нормам СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Для проведения занятий используется помещение с естественным и искусственным освещением. Занятия проводятся в спортивном зале, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Спортивный зал должен иметь хорошее освещение и периодически проветриваться. Температура воздуха поддерживается в соответствии с требованиями СанПиН в пределах от +17С до +20С.

2.1.1. Материально-технические условия:

Оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная — 2 шт.
2. Стойки волейбольные — 2 шт.
3. Гимнастические стенки — 6-8 шт.
4. Гимнастические скамейки — 3-4 шт.
5. Гимнастические маты — 3 шт.
6. Скакалки — 20 шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг) — 20 шт.
8. Резиновые амортизаторы — 20 шт.
9. Мячи волейбольные (для мини-волейбола) — 20 шт.
10. Рулетка-2 штуки.

2.1.2. Информационное обеспечение: электронные образовательные ресурсы, интернет-источники, аудиозаписи, мультимедийные материалы, компьютерные программы и др.

2.1.3. Кадровое обеспечение:

Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование с квалификационными требованиями в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. №761н» об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

2.2. Формы аттестации и контроля

<i>Вид контроля</i>	<i>Формы и методы контроля</i>
Вводный контроль 1 год обучения - стартовая диагностика проводится с целью установления степени готовности ребенка к обучению по программе на определенном уровне.	Тестирование, викторина
Текущий контроль Проводится в течение учебного года на каждом занятии с целью проверки результативности обучения и оперативного управления образовательным процессом; по окончании изучения темы/раздела программы с целью оценки степени усвоения обучающимися содержания программы	Опрос, наблюдение, тестирование

Первичная аттестация Проводится в конце октября с целью определения уровня подготовки обучающихся в начале цикла обучения.	Опрос, самостоятельная работа, сканворд, кроссворд, практическая работа.
Промежуточная аттестация Проводится в январе с целью диагностирования усвоения обучающимися программного материала, применения его на практике: - наблюдение за динамикой развития личности ребенка; - корректировка учебно-воспитательного процесса в объединении.	Кроссворд, тестирование, практическая работа
Итоговая аттестация Проводится по итогам всего курса обучения по общеобразовательной программе с целью выявления конечных результатов освоения программы.	Итоговые викторины, практическая работа.

Формы отслеживания результатов:

- педагогическое наблюдение;
- результаты промежуточного тестирования на предмет усвоения материала;
- участие воспитанников в мероприятиях (соревнованиях, конференции);
- активность обучающихся на занятиях.

Формы предъявления и демонстрации результатов:

- игра в командах; соревнования внутри объединения;
- участие в соревнованиях по волейболу на уровне города, республики, страны.

2.3. Оценочные материалы

Диагностический инструментарий, применяемый для определения уровня обученности и уровня воспитанности обучающихся

Система оценки «внешнего» результата образовательной деятельности.

Критерии и показатели уровня освоения детьми содержания дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Критерии	Показатели	Индикаторы	Баллы	Методы диагностики
Теоретическая подготовка				
Уровень теоретических знаний по основным разделам УТП программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- не усвоил теоретическое содержание программы	0	Наблюдение, тестирование,
		- овладел менее чем 0,5 объема знаний, предусмотренных программой	1	
		- объем усвоенных знаний составляет более 0,5	2	
		- освоил весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период	3	
Уровень владения специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	- не употребляет специальные термины	0	Наблюдение, собеседование, викторина, тест
		- знает отдельные специальные термины, но избегает их употреблять	1	
		- сочетает специальную терминологию с бытовой	2	
		- специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	3	
Практическая подготовка				

Уровень умений и навыков, предусмотренных программой (по разделам УТП)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- не овладел умениями и навыками	0	Сдача нормативов, соревнования различного уровня
		- овладел менее чем 0,5 предусмотренных умений и навыков	1	
		- объем усвоенных умений и навыков составляет более 0,5	2	
		- овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период	3	
Уровень владения специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	- не пользуется специальными приборами и инструментами	0	Сдача нормативов, соревнования различного уровня
		- испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием	1	
		- работает с оборудованием с помощью педагога	2	
		- работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей	3	
Уровень креативности	Наличие творческого подхода при выполнении практических заданий	- начальный (элементарный) уровень развития креативности – ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	0	Наблюдение, контрольное задание
		- репродуктивный уровень – в основном, выполняет задания на основе образца	1	
		- творческий уровень (I) – видит необходимость принятия творческих решений, выполняет практические задания с элементами творчества с помощью педагога	2	
		- творческий уровень (II) – выполняет практические задания с элементами творчества самостоятельно	3	

Система оценки «внутреннего» результата образовательной деятельности.
Критерии и показатели оценки динамики личностного роста обучающихся.

Качества личности	Степень проявления			
	Ярко проявляются 3 балла	Проявляются 2 балла	Слабо проявляются 1 балл	Не проявляются 0 баллов
1.Активность, организаторские способности	Активен, проявляет устойчивый познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается высоких результатов, инициативен, организует деятельность других.	Активен, проявляет устойчивый познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов.	Малоактивен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность низкая.	Пропускает занятия, мешает другим.
2.Коммуникативные умения, коллективизм	Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты конструктивным способом, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному	Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе	Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает.	Замкнут, общение затруднено, адаптируется в коллективе с трудом, является

	желанию и, как правило, успешно выступает перед аудиторией	руководителя или группы выступает перед аудиторией		инициатором конфликтов.
3. Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, соблюдает правила поведения, требует соблюдения правил другими.	Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других.	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности педагога или товарищей.	Уклоняется от поручений, выполняет поручения недобросовестно. Часто не дисциплинирован, нарушает правила поведения, не всегда реагирует на воспитательные воздействия.
4. Нравственность, гуманность	Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость, недобрые отношения к людям.	Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других.	Помогает другим по поручению преподавателя, не всегда выполняет обещания, в присутствии старших чаще сдержан, со сверстниками бывает груб.	Недоброжелателен, груб, пренебрежителен, высокомерен с товарищами и старшими, часто говорит неправду, неискренен.
5. Креативность, склонность к исследовательской и проектной деятельности	Имеет высокий творческий потенциал. Самостоятельно выполняет исследовательские, проектные разработки. Является автором проекта, может создать творческую команду и организовать ее деятельность. Находит нестандартные решения, новые способы выполнения заданий.	Выполняет исследовательские, проектные работы, может разработать свой проект с помощью преподавателя. Способен принимать творческие решения, но, в основном, использует традиционные способы решения.	Может работать в творческой группе при постоянной поддержке и контроле. Способен принимать творческие решения, но, в основном, использует традиционные способы решения.	В творческую деятельность не вступает. Уровень выполнения заданий, как правило, репродуктивный.

2.4. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

2.4.1. Описание методов и приемов обучения

При проведении занятий используются следующие *методы обучения*:

- *словесный* метод педагог применяет на всех занятиях для объяснения правильности исполнения элементов, при разборе ошибок в технике исполнения, в воспитательной работе с детьми и т. д.

- *соревновательный* метод является основополагающим в физкультурно-спортивной деятельности. Этот метод используется на занятиях, соревнованиях и способствует лучшему физическому и психологическому развитию детей.

Во время практических занятий применяются разнообразные *методы ведения тренировочного процесса*, а именно: групповой, фронтальный, индивидуальный, поточный методы тренировки.

Занятия в объединении проходят по следующей **методике**:

- а) теоретическая часть (показ педагога, объяснение, беседа);
- б) практическая часть (игра, выполнение упражнений).

С целью максимальной реализации образовательной программы достаточно широко используется способ проведения физических упражнений в **игровой форме**.

2.4.2. Описание образовательных технологий

Педагогические технологии, применяемые на занятиях:

- **здоровьесберегающие**: использование дозированных физических нагрузок, чередование интенсивности и релаксации в обучении;
- **личностно-ориентированный подход**: формирование знаний по физической культуре, формирование двигательной подготовленности.
- **дифференцированный подход**: индивидуальный подход к обучающимся для достижения поставленной цели.

Дистанционное обучение - способ организации процесса обучения, основанный на использовании современных информационных и телекоммуникационных технологий, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и обучающимися.

Основная цель внедрения дистанционных форм обучения - создание условий обучающимся для свободного доступа к информационным ресурсам и получения качественного образования с помощью дистанционного обучения для развития навыков самостоятельной работы.

Особенности дистанционного обучения:

- необходимость стартового набора, в который входит комплект качественного технического обеспечения с выходом в Интернет;
- интерактивность образовательного процесса, заключающаяся в непрерывном взаимодействии всех участников обучающего процесса, где каждый учащийся в любой период обучения имеет доступ ко всем материалам обучения и к самому педагогу, который, в свою очередь открыт для обучающегося, как источник опыта в определенной области;
- индивидуализация образовательного процесса, вытекает из принципа интерактивности, так как в дистанционном обучении открывается возможность индивидуализировать и персонифицировать процесс обучения.

Основные формы занятий:

- электронные кейсы;
- форум-занятия (дистанционные занятия, конференции, игры, практические работы и другие формы учебных занятий, проводимых с помощью средств телекоммуникаций и других возможностей сети Интернет).

Основные средства:

- аудио учебно-информационные материалы;
- видео учебно-информационные материалы;
- компьютерные обучающие системы;

Платформы для дистанционного обучения:

- Сферум
- МТС Линк.

2.4.3. Перечень видов учебных занятий

№	Тип учебного занятия	Виды учебных занятий
---	----------------------	----------------------

1	Открытия нового знания (изучения нового материала) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить детей новым способам нахождения знания, ввести новые понятия, термины. <i>Содержательная:</i> сформировать систему новых понятий, расширить знания учеников за счет включения новых определений, терминов, описаний.	беседа, игра упражнение
2	Рефлексия (закрепления изученного материала) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> формировать у учеников способность к рефлексии коррекционно-контрольного типа, научить детей находить причину своих затруднений, самостоятельно строить алгоритм действий по устранению затруднения, научить самоанализу действий и способам нахождения разрешения конфликта. <i>Содержательная:</i> закрепить усвоенные знания, понятия, способы действия и скорректировать при необходимости.	беседа, игра упражнение
3	Общеметодологическая направленность (обобщения и систематизации знаний) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить детей структуризации полученного знания, развивать умение перехода от частного к общему и наоборот, научить видеть каждое новое знание, повторить изученный способ действий в рамках всей изучаемой темы. <i>Содержательная:</i> научить обобщению, развивать умение строить теоретические предположения о дальнейшем развитии темы, научить видению нового знания в структуре общего курса, его связь с уже приобретенным опытом и его значение для последующего обучения.	беседа, игра упражнение
4.	Развивающий контроль (оценки и коррекции знаний) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить детей способам самоконтроля и взаимоконтроля, формировать способности, позволяющие осуществлять контроль. <i>Содержательная:</i> проверка знания, умений, приобретенных навыков и самопроверка учащихся.	беседа, игра упражнение

2.4.4. Особенности структуры учебного занятия

Тренировочное занятие принято подразделять на три взаимосвязанные части: вводную (подготовительную), основную и заключительную. Такое подразделение определяет логическую последовательность выполнения физических и других действий детей.

Каждая часть тренировочного занятия решает свои определённые задачи.

Вводная часть служит для создания необходимых условий (предпосылок) для проведения основной тренировочной работы в каждом отдельном занятии. В этой части происходит начальная организация занятия: педагог знакомит занимающихся с предстоящей работой, создает условия для её выполнения, проводит подготовку организма занимающихся (разминку, разогревание) к выполнению предстоящей физической нагрузки, создает благоприятный эмоциональный фон.

Средства вводной части - объяснение целей, задач и содержания занятия, различные строевые упражнения, ходьба, замедленный бег, гимнастические упражнения, упражнения на растяжение мышц и подвижность в суставах, общеразвивающие упражнения.

В основной части решаются наиболее важные задачи занятия: овладение различными двигательными навыками и умениями, совершенствование в технике выполнения соревновательных упражнений, воспитание физических, морально-волевых и других качеств.

В тесной связи с решением специфических задач физического воспитания в основной части занятия, как и в других его частях, решаются и задачи нравственного и эстетического воспитания. Для эффективного решения всех перечисленных задач в

основной части могут применяться как непосредственно игровые упражнения по волейболу, соревнования, так и самые разнообразные физические упражнения, а также средства и методы воспитания тех или других качеств детей.

Задачами **заключительной части** является снижение общего возбуждения нервной системы, снятие мышечного напряжения отдельных групп мышц, а также краткий обзор и подведение итогов занятия. Наиболее характерные упражнения заключительной части - бег в умеренном темпе, ходьба, несложные гимнастические упражнения на расслабление мышц и осанку, висы на перекладине или шведской стенке, разгружающие позвоночник после занятий с напряжениями. Очень важно при построении тренировочного занятия не только правильно подобрать упражнения, но и определить последовательность их выполнения в каждой его части и обеспечить оптимальные связи между ними.

2.4.5. Воспитательные аспекты программы.

Воспитательная работа в объединении ведется согласно учебно-воспитательному плану МБУ ДО ЦТТДиЮ «Технопарк», который является нормативно-правовой основой для организации воспитательной работы и основой для формирования модели воспитательной деятельности.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках направлений воспитательной работы МБУ ДО ЦТТДиЮ «Технопарк», каждое из которых представлено в соответствующих модулях воспитания: «Учебное занятие», «Воспитательная среда и гражданско-патриотическое воспитание», «Профилактика и безопасность», «Профессиональное самоопределение», «Работа с родителями».

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм по ведению в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачи воспитания:

1. Формирование дисциплины и ответственности.
2. Развитие волевых качеств: упорство, самообладание, умение справляться с усталостью и ошибками.
3. Воспитание коллективизма, взаимопомощи, умения играть на команду.
4. Мотивация к регулярным занятиям и саморазвитию.
5. Развивать уважительное отношение к мнению товарищей и умение слушать и учитывать их идеи и предложения в командной работе.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

-Дисциплина и ответственность. Занимающийся приходит вовремя, готовит инвентарь, соблюдает правила зала и команды, ведёт дневник самоконтроля.

-Волевые качества: упорство, самообладание, устойчивость к ошибкам и усталости. Игрок дорабатывает упражнение до конца, сохраняет концентрацию в концовках партий, не «ломается» после серии ошибок.

-Коллективизм и взаимопомощь. Игрок помогает партнёру, осознанно действует на команду, а не только на личную статистику.

-Уважение к сопернику, судье, правилам. Корректное поведение в спорных моментах, отсутствие споров с судьёй.

Формы и методы воспитания.

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий. Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в соревнованиях, квестах, коллективных творческих делах, в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей), выступлений с защитой проектов.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Для реализации программы «Волейбол» разработан календарный план воспитательной работы.

Календарный план воспитательной работы на 2026-2027 учебный год

Модуль «Воспитательные возможности занятия»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	Участие в конкурсах и научно-практических конференциях различного уровня, экскурсии, квизы, акции, мастер-классы	В течение учебного года	По Положению
2	Соревнования по волейболу	В течение учебного года	Турнир
3	Внутригрупповой конкурс на лучшего капитана	В течение учебного года	Проект
4	Просмотр и обсуждение соревнований	В течение учебного года	Просмотр фильма

Модуль «Сфера социализации личности»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	Городская акция ко Дню флага Российской Федерации	20 - 27 августа	Акция

2	Городской этап Международного молодежного конкурса социальной антикоррупционной рекламы «Вместе против коррупции!»	сентябрь	Конкурс
3	Городская акция «Поздравление с Днем воспитателя, с Днем учителя!»	22 – 26 сентября	Акция
4	Городской конкурс рисунков «Мой край родной, всегда ты сердцу дорог», посвященный Дню Республики Башкортостан	29 сентября-6 октября	Конкурс
5	Городская акция «Папе с любовью» в рамках Года семьи в России	9-15 октября	Акция
6	Городской творческий конкурс «Народов много – страна одна», посвященный Дню народного единства	20 -24 октября	Конкурс
7	Городской конкурс видеороликов «Для мамы...», посвященный Дню Матери и в рамках Года семьи в России	17-21 ноября	Конкурс
8	Городской конкурс технического творчества «Сказочный техноград»	08-12 декабря	Конкурс
9	Городской конкурс видеороликов по информационной безопасности «Новое поколение» в рамках декады «Закон и подросток»	9-13 февраля	Конкурс
10	Городской конкурс творческих работ «Живёт на свете красота...», посвященный Международному женскому дню	24 февраля – 4 марта	Конкурс
11	Городской творческий конкурс «Салют Победы», посвященный 82-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 г.г.	27 апреля – 6 мая	Конкурс

Модуль «Профессиональное самоопределение»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения

1	Приглашение волейболистов на беседы и игры	В течение учебного года	Беседа
2	Встреча с профессионалами (мастер-класс или интервью).	В течение учебного года	Встреча

Модуль «Профилактика и безопасность»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	Городской творческий конкурс «У правил нет выходных» в рамках профилактической акции «Внимание – дети!»	3 – 10 сентября	Конкурс
2	Городской конкурс плакатов «Мы здоровью скажем, да!» в рамках месячника профилактики наркозависимости обучающихся	7 – 14 октября	Конкурс
3	Городской этап республиканского конкурса на лучшую организацию антинаркотической профилактической работы в образовательных организациях РБ	декабрь-январь	Конкурс
4	Городской флешмоб «Выбираем спорт!» в рамках Недели здоровья	7-14 апреля	Флешмоб
5	Городской челлендж «Правильный ДВИЖ» в рамках профилактической акции «Внимание – дети!»	25-29 мая	Акция

Модуль «Развивающий досуг»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	IX городской чемпионат по техническому творчеству для обучающихся 5 – 11 классов	10 -14 октября	Чемпионат

2	Городская акция «Новогодний выходной»	5-9 января	Акция
3	Городской конкурс по пластилинографии «Космическое путешествие», посвященный Дню космонавтики	1 – 8 апреля	Конкурс
4	Итоговое мероприятие «Созвездие талантов»	19 мая	Конкурс

Модуль «Работа с родителями»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	Дни открытых дверей, знакомство с объединениями	сентябрь	Дни открытых дверей
2	Организация выездного Дня открытых дверей на Тропе здоровья	сентябрь	Дни открытых дверей
3	Организационное родительское собрание	октябрь	Собрание
4	Индивидуальные консультации для родителей	в течение учебного года	Консультация
5	Городская профориентационная образовательная семейная игра «ТехНаСтарт»	10 января	Игра
6	Ведение родительских чатов в социальных сетях и мессенджерах	в течение учебного года	Беседа
7	Итоговое родительское собрание	май	Собрание

Модуль «Каникулярный досуг»

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	Организация летнего лагеря «Инженерные каникулы» различной тематической направленности	Май-июнь	Летний лагерь
2	Организация экскурсий и мастер-классов во время осенних, зимних и весенних каникул	Октябрь, январь, март	Экскурсия

2.5. Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Конвенция ООН о правах ребенка.
3. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»).
4. Закон Республики Башкортостан «Об образовании в Республике Башкортостан».
5. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р.
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
8. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
9. Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
11. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
12. Федеральный Закон РФ от 14 июля 2022 г. № 261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи».
14. Устав МБУ ДО ЦТТДиЮ «Технопарк».
15. Комплексная программа развития МБУ ДО ЦТТДиЮ «Технопарк» на 2025-2028г.г.
16. Образовательная программа МБУ ДО ЦТТДиЮ «Технопарк» на 2025-2028г.г.

Литература для педагогов

1. Гамова Е. Gameover. Волейбол продолжается. – М.: Издательство Э, 2019.- 256с.
2. Губа В., Булыкина Л., Пустошило П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства. – М.: Спорт, 2019.- 192с.
3. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие - Нижневартовск, 2020
4. Куколевский Г.М. Гигиенический режим спортсмена. Пособие для учителей. 2011г.
5. Рыцарев В. (ред.). Волейбол: теория и практика. Учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта. – М.: Спорт, 2019.- 456с.
6. Фомин Е., Булыкина Л., Силаева Л. Физическое развитие и физическая подготовка юных волейболистов. – М.: Спорт, 2019.- 192с.

Литература для обучающихся и родителей

1. Спортивные игры. Под редакцией А.С. Бушманова. - Смоленск, 2019

2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: Физкультура и спорт, 2019
3. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу: Учебное пособие для начинающих. – М.: Физкультура и спорт, 2020.
4. Б. А. Аркадьев Тактика игры в волейбол, – М.: ФиС, 2020 г.
5. К. М. Смирнов. Физиологические основы методики спортивной тренировки. – М.: ФиС, 2021 г.

Интернет-ресурсы:

1. <https://www.championat.com/articles/volleyball/1.html>
2. <https://infourok.ru/material.html?mid=131230>
3. <https://sportsfan.ru/sports-academy/summer-sports/volleyball.html>

ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Входной контроль

Тестовые задания по теме «Волейбол»

- 1 - Какое максимальное количество игроков может находиться на площадке в волейболе?
а) 6 б) 9 в) 12
- 2- Кто основал игру «волейбол»?
а) Альфред Холстед.
б) Вильям Морган.
в) Джеймс Нейсмит.
- 3 - Какая страна считается родиной волейбола?
а). Россия.
б). США.
в). Япония
- 4- Какие действия являются нарушением правил при подаче мяча?
А) игрок ударил несколько раз мячом об пол
Б) заступил ногой пространство площадки
В) выполнил прыжок перед подачей
Г) подачу подавал за 2 метра от площадки
- 5 - Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть партию в волейболе?
А) 30 Б) 15 В) 25 Г) 28
6. Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях?
А) 2.28
Б) 2.36
В) 2.40
Г) 2.43
7. Игра в волейбол ведётся на прямоугольной площадке размером
А) 19 x 8
Б) 19 x 10
В) 18 x 9
Г) 18 x 10
8. На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?
А) 6
Б) 12
В) 5
Г) 9
9. До скольких очков играют пятую (тай-брейковую) партию ?
А) 25
Б) 15
В) 30
Г) 35
10. Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше мяча одной команде?
А) 2 Б) 3 В) 4 Г) 5
11. Каким образом игроки переходят из одной зоны в другую?
А) против часовой стрелки
Б) по часовой стрелке
В) хаотично
Г) куда покажет судья

- 12 – Какое количество выигранных партий необходимо команде для победы в матче?
а) 2 б) 3 в) 4 г) 5
- 13 - Сколько секунд отводится на подачу игроку?
а) 5 б) 6 в) 8 г) 10
- 14 - Либоро – это...
а) разыгрывающий игрок
б) нападающий игрок
в) игрок зоны защиты
г) тренер
- 15 - Из 1 зоны игрок переходит в....
а) 3 б) 4 в) 2 г) 6
- 16 - Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?
А) падающий мяч;
Б) летающий мяч;
В) планирующий мяч.
17. Какова высота волейбольной сетки на женских соревнованиях?
А) 2.24
Б) 2.26
В) 2.38
Г) 2.43
18. Игроку зоны защиты можно выполнять нападающий удар из:
А) 1 зоны
Б) 2 зоны
В) 3 зоны
Г) 4 зона
19. Игрок какой зоны выполняет подачу?
А) 6 Б) 1 В) 2 Г) 5
20. Сколько игроков одной команды записано в протоколе игры?
А) 10 Б) 12 В) 14 Г) 16

Промежуточная аттестация

По заданию тренера на каждой половине волейбольной площадки были натянуто по одной дополнительной сетке, чтобы одновременно на двух мини-площадках могли играть 4 команды. Какова длина каждой боковой стороны мини-площадки?

А) четыре с половиной метра

Б) шесть метров

В) девять метров

2. В конце волейбольной партии тренер заменил двух игроков, сколько игроков осталось на площадке?

А) четыре игрока

Б) пять игроков

В) шесть игроков

3. Какое наибольшее количество запасных игроков может быть у одной команды во время матча по волейболу?

А) два игрока

Б) четыре игрока

В) шесть игроков

4. В одной из газет была совершена ошибка при публикации результатов волейбольных матчей на чемпионате мира, результат какого матча был указан неверно?

А) Россия – США 3:0

Б) Бразилия – Польша 4:1

В) Германия-Франция 3:2

5. Можно ли выполнять волейбольную подачу кулаком?

А) можно

Б) можно только начинающим спортсменам

В) нельзя

6. Какое физическое качество занятия волейболом развивают менее всего?

А) выносливость

Б) гибкость

В) силу

Итоговая аттестация

№	Упражнения	Оценка, количество
1.	Передача двумя рукам снизу, сверху в кругу.	«5»- 8 раз, «4»-6 раз, «3»-4 раза.
2.	Нижняя прямая подача.	«5»- 8 раз, «4»-6 раз, «3»-4 раза.
3.	Челночный бег.	«5»- 29.00 сек. «4»- 32.00 сек. «3»- 32.00 сек.