

Управление образования города Ростова-на-Дону
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Советского района города Ростова-на-Дону «Дом детского творчества»
(МБУ ДО ДДТ)

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета МБУ ДО ДДТ
Протокол от «28» августа 2026 г.
№ 04

СОГЛАСОВАНО

на заседании методического
совета МБУ ДО ДДТ
Протокол от «28» августа 2026г.
№4



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДДТ
Беленькая Е.В.
Приказ от «28» августа 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Подвид программы: модифицированная
Уровень программы: базовый
Форма реализации программы: очная
Целевая группа (возраст): от 10 до 16 лет
Срок реализации: 4 года, 108 часов в год
Условия реализации программы:
муниципальное задание
Разработчик: педагог дополнительного
образования Подъяпольский Евгений
Алексеевич

г. Ростов-на-Дону
2026

СОДЕРЖАНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ	4
1.1. Пояснительная записка (основные характеристики программы)	4
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Содержание программы.....	7
Учебный план.....	7
Содержание учебного плана.....	9
1.4. Планируемые результаты	22
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	23
2.1. Календарный учебный график	23
2.2. Условия реализации программы	24
2.3. Методическое обеспечение	24
2.4. Формы аттестации.....	28
2.5. Диагностический инструментарий (оценочные материалы).....	28
2.6. Рабочие программы учебных курсов, дисциплин, модулей	30
2.7. Рабочая программа воспитания.....	30
Календарный план воспитательной работы.....	32
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	36
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	38
Приложение 1	38
Приложение 2.....	38
Приложение 3.....	41
Приложение 4.....	42
Приложение 5.....	42

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3.
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации от 30.11.2016 № 11.
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
11. Приказ Министерства труда и социального развития Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»).

18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрирован 02.06.2026 № 886855).

19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

20. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

21. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 01.08.2023 № 718 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ в Ростовской области».

22. Приказ министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 03.08.2023 № 724 «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в Ростовской области.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы.

Актуальность программы детского объединения «Волейбол» состоит в ценностно-образовательном единстве подготовки технически грамотных спортсменов с учетом их физических возможностей с дифференцированным и индивидуальным подходом для их творческого роста и профессионального самоопределения.

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих программ спортивных школ Министерства образования является то, что в группы начальной подготовки принимаются все желающие независимо от физических данных и уровня способностей.

Педагогическая целесообразность программы заключается в аргументированном обосновании ее соответствия целям и задачам развития личности, социализации и самоопределения обучающихся, развитию у детей навыков, знаний и личных качеств, необходимых для успешной жизни и будущей профессиональной деятельности.

Адресат программы: программа рассчитана на детей в возрасте от 10 до 16 лет; не имеющих противопоказаний медицинских противопоказаний к занятиям Волейболом (на основании прохождения городского спортивного диспансера и заключения спортивного врача или справки от участкового педиатра).

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 4 года обучения, объем программы 108 часов в год.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 часу.

Сроки, объем и уровень реализации программы: 432 часа, 4 года, базовый уровень.

Особенности организации образовательного процесса: нет.

Форма обучения: очная

Формы организации образовательного процесса: групповые, группы формируются из обучающихся разных возрастов, наполняемость групп от 15 до 23 обучающихся. Могут проводиться массовые мероприятия всем составом объединения.

Формы проведения занятий:

- беседа;
- объяснение, показ;
- тренинг;

- игры;
- соревнования;
- просмотр видео;
- офп.

Перечень форм подведения итогов.

Аттестация, педагогический мониторинг.

1.2. Цель и задачи программы

Цель - создание целостной культурно-образовательной и социально-воспитательной среды, предоставляющей возможности для воспитания разносторонней гармонично развитой личности гражданина-патриота, способного стать достойным и полноправным членом нашего общества.

Задачи:

Образовательные:

- поэтапное обучение и приобретение жизненно-важных двигательных умений и навыков;
- обучение и овладение техническими приемами и тактическими навыками игры в волейбол.

Развивающие:

- развитие основных двигательных качеств (быстроты, силы, ловкости, гибкости и выносливости) и морально-волевых качеств личности;
- интеллектуальное развитие, формирование мировоззренческих конструкций и представлений, корректировка шкалы ценностей и значимостей;
- развитие навыка взаимодействия в команде, коллективного правильного отношения юных спортсменов к победам, поражениям;
- развитие мотивации к победе спортивного коллектива на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Воспитательные:

- воспитание двигательной и общеэстетической культуры, стремления к красоте и гармонии;
- формирование навыков здорового образа жизни детей, профилактика асоциального поведения;
- воспитание нравственности и гражданской культуры через участие в общественно-полезной деятельности.

1.3. Содержание программы

1.3.1 Учебный план

Учебный план 1 года обучения

№ раздела	Название темы	Количество часов		
		всего	теория	практика

I	1. Волейбол в системе физического воспитания. 2. Контрольные нормативы по физической подготовке. 3. Развитие быстроты и ловкости.	12	2	10
II	1. Правила поведения и меры безопасности на занятиях. 2. Развитие общей выносливости. 3. Овладение техникой перемещения. 4. Освоение техники приема и передачи мяча сверху.	12	2	10
III	1. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Обучение техники приема и передачи мяча снизу. 4. Освоение техники нижней прямой подачи.	12	2	10
IV	1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. 2. Развитие ловкости и четкости. 3. Закрепление техники владения мячом сверху. 4. Закрепление техники нижней прямой подачи.	12	2	10
V	1. Правила игры в волейбол. 2. Развитие быстроты. 3. Закрепление техники владения мячом снизу. 4. Обучение технике верхней прямой подачи.	12	2	10
VI	1. Места занятий и инвентарь. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Закрепление техники перемещений, владения мячом в игровых ситуациях.	12	2	10

VII	1. История развития волейбола. 2. Развитие гибкости. Акробатика. 3. Освоение техники прямого нападающего удара. 4. Освоение тактики игры.	12	2	10
VIII	1. Правила соревнования по волейболу. 2. Развитие специальной выносливости. 3. Закрепление техники владения мячом в игровых ситуациях.	12	2	10
IX	1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. 2. Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке. 3. Развитие выносливости. 4. Закрепление тактики игры в волейбол.	12	2	10
ИТОГО		108	18	90

1.3.2. Содержание учебного плана

Содержание учебного плана 1 года обучения

I.

1. Волейбол в системе физического воспитания.
Организация занятий волейболом.
История развития волейбола.
2. Контрольные нормативы по физической подготовке.
Бег 30 м, 6х5 м, 92 м (елочка), прыжки в длину с места, броски набивного мяча (1 кг)
3. Развитие быстроты и ловкости.
Бег 30 м, 60 м, подвижные игры, эстафеты.

II.

1. Правила поведения и меры безопасности на занятиях.
Оценка занимающихся своего самочувствия. Понятие о травмах.
2. Развитие общей выносливости.
Кросс 500 м, 1000 м, эстафеты, упражнения со скакалкой.
3. Овладение техникой перемещения.
Бег приставными шагами, бег спиной вперед, остановки после перемещения.
3. Освоение техники приема и передачи мяча сверху.

Обучение стойкам при передачах сверху. Передачи сверху, над собой в парах.

III.

1. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Гигиенические требования к местам проведения занятий.
Противопоказания к занятиям волейболом.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Ускорения, бег 6х5, упражнения со скакалкой, броски набивных мячей.

3. Обучение техники приема и передачи мяча снизу.

Стойки при приеме снизу. Прием снизу над собой, в парах.

4. Освоение техники нижней прямой подачи.

Стойки, работа рук, подачи мяча в стену с 3-х метров.

IV.

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Влияние физических упражнений на работоспособность мышц и подвижность суставов.

2. Развитие ловкости и четкости.

Эстафеты, подвижные игры, выпады вперед, в стороны.

Общеразвивающие упражнения.

3. Закрепление техники владения мячом сверху.

Передачи сверху над собой, в парах через сетку. Игровые упражнения 3х3, 4х4.

4. Закрепление техники нижней прямой подачи.

Подачи мяча через сетку. Волейбол 6х6.

V.

1. Правила игры в волейбол.

Состав команды, расстановка и переход игроков. Начало игры и подачи.

2. Развитие быстроты.

Бег по сигналу, эстафеты, подвижные игры.

3. Закрепление техники владения мячом снизу.

Прием снизу над собой, в парах, передачи у стены.

4. Обучение технике верхней прямой подачи.

Стойка, работа рук, подачи в стену с 3-х метров.

VI.

1. Места занятий и инвентарь.

Площадка для игры в волейбол в спортивном зале и на открытом воздухе.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Упражнения с отягощениями, упражнения со скакалкой, подвижные игры.

3. Закрепление техники перемещений, владения мячом в игровых ситуациях.

Комбинации из освоенных элементов (приема, передачи, подачи).
Волейбол 3х3, 4х4, 5х5.

VII.

1. История развития волейбола.

Эволюция техники и тактики.

2. Развитие гибкости. Акробатика.

Перекаты вперед, назад, общеразвивающие упражнения.

3. Освоение техники прямого нападающего удара.

Нападающие удары у стены, подготовительные упражнения к нападающим ударам.

4. Освоение тактики игры.

Расстановка игроков, подстраховка.

VIII.

1. Правила соревнования по волейболу.

Расстановка игроков на площадке, переходы игроков.

2. Развитие специальной выносливости.

Подвижные игры, эстафеты, упражнения со скакалкой, подготовительные упражнения к нападающим ударам.

3. Закрепление техники владения мячом в игровых ситуациях.

Волейбол 3х3, 4х4, 6х6.

IX.

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижности суставов.

2. Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Бег 30м, 6х5, 92м, броски набивного мяча (1 кг), прыжки в длину с места. Передачи сверху из 3 в 4 и со 2-й в 3-ю зоны. Нападающие удары с 4 и со 2-й зоны. Поддачи в зоны 1, 5, 6.

3. Развитие выносливости.

Кросс 1500 м, прыжковые упражнения, упражнения со скакалкой, подвижные игры.

4. Закрепление тактики игры в волейбол.

Комбинации из освоенных элементов техники приема снизу и сверху, поддачи и нападающих ударов.

Учебный план 2 года обучения

№ раздела	Название темы	Количество часов		
		всего	теория	практика

I	1. Физическая культура и спорт. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Развитие общей и специальной выносливости. 4. Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.	12	2	10
II	1. Сведения о строении и функциях организма. 2. Передачи сверху за голову. 3. Прием мяча снизу с подачи. 4. Учебные игры в волейбол.	12	2	10
III	1. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. 2. Развитие гибкости и ловкости. 3. Верхняя передача мяча в прыжке. 4. Прямой нападающий удар по ходу.	12	2	10
IV	1. Правила игры в волейбол. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Индивидуальные тактические действия игроков в защите и нападении.	12	2	10
V	1. Места занятий и инвентарь. 2. Развитие силы. 3. Совершенствование передач и приема мяча снизу и сверху. 4. Блокирование.	12	2	10
VI	1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. 2. Групповые тактические действия в нападении и защите. 3. Совершенствование верхней прямой подачи. 4. Развитие гибкости и ловкости.	12	2	10
VII	1. Правила игры в волейбол 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Совершенствование передач сверху в прыжке.	12	2	10

	4. Групповые действия игроков в защите.			
VIII	1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. 2. Развитие выносливости. 3. Совершенствование тактики игры в нападении. 4. Учебные игры в волейбол.	12	2	10
IX	1. Анализ ошибок при выполнении передач сверху и снизу. 2. Развитие общей выносливости. 3. Совершенствование нападающих ударов. 4. Совершенствование навыков в блокировании.	12	2	10
	ИТОГО	108	18	90

Содержание учебного плана 2 года обучения

I.

1. Физическая культура и спорт.

Организация, задачи и содержание работы по физическому воспитанию школьников.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Бег 30м, перемещения приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед. Прыжки в длину с места, броски набивных мячей (1 кг), эстафеты.

3. Развитие общей и специальной выносливости.

Кросс 1500 м, упражнения со скакалкой.

4. Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Бег 30м, 6х5 м, 92 м (елочка), прыжки в длину с места, броски набивных мячей. Передачи сверху из 3 в 4 зону и во 2-ю зону. Нападающие удары с 4 и 2-й зоны.

Поддачи на точность.

II.

1. Сведения о строении и функциях организма.

Основные сведения о сердечно-сосудистой системе человека и ее функции. Значение дыхания.

2. Передачи сверху за голову.

Передачи сверху над собой и за голову в стену. Передачи за голову в парах.

3. Прием мяча снизу с подачи.

Передачи снизу в парах, снизу, над собой, с подачи.

4. Учебные игры в волейбол.

Игра в волейбол 2х2, 3х3,4х4.

III.

1. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Общие гигиенические требования к занимающимся. Общий режим дня.

2. Развитие гибкости и ловкости.

Общеразвивающие упражнения. Кувырки через голову, подвижные игры.

3. Верхняя передача мяча в прыжке.

Подводящие и подготовительные упражнения. Передачи в прыжке в парах через спину.

4. Прямой нападающий удар по ходу.

Подготовительные упражнения, нападающие удары с собственного подбрасывания.

Нападающие удары с передачи с 4 и 2-й зоны.

IV.

1. Правила игры в волейбол.

Состав команды, замена игроков. Судейская терминология.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Подвижные игры. Эстафеты, прыжки.

3. Индивидуальные тактические действия игроков в защите и нападении.

Выбор места, подачи по номерам. Нападающие удары в заданные зоны.

V.

1. Места занятий и инвентарь.

Инвентарь для игры в волейбол. Уход за инвентарем.

2. Развитие силы.

Броски набивных и теннисных мячей, упражнения с отягощениями.

3. Совершенствование передач и приема мяча снизу и сверху.

Чередование способов, передач сверху и снизу в парах, в тройках с перемещениями

4. Блокирование.

Одиночный блок на месте и после перемещения.

VI.

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Выработка правильного дыхания в процессе занятий волейболом.

2. Групповые тактические действия в нападении и защите.

Подготовительные игры, чередование способов передач мяча через сетку с последующим розыгрышем мяча в команде.

3. Совершенствование верхней прямой подачи.

Поддачи в зоны 1, 5, 6

4. Развитие гибкости и ловкости.

Кувырки вперед, перекаты через плечо. общеразвивающие упражнения.

VII.

1. Правила игры в волейбол.

Права и обязанности игроков. Форма игроков.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Эстафеты, подвижные игры, бег, 92 м (елочка), броски набивных мячей (1 кг)

3.Совершенствование передач сверху в прыжке.

Передачи в прыжке с собственного подбрасывания, передачи в прыжке в парах.

4.Групповые действия игроков в защите.

Взаимодействие игроков внутри линий и между ними при приеме мяча от подачи и нападающих ударов.

VIII.

1.Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Влияние занятий физическими упражнениями на развитие сердечно-сосудистой системы.

2.Развитие выносливости.

Бег приставными шагами, упражнения со скакалкой, прыжки в длину и вверх.

3.Совершенствование тактики игры в нападении.

Расположение игроков при приеме подачи игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 2х2, 3х5, 4х4.

4.Учебные игры в волейбол.

Товарищеские встречи, участие в соревнованиях.

IX.

1.Анализ ошибок при выполнении передач сверху и снизу.

Работа рук и ног при приеме и передачи мяча сверху и снизу. Исходная стойка.

2.Развитие общей выносливости.

Кросс 1500 м, бег по пересеченной местности, броски набивных мячей.

3.Совершенствование нападающих ударов.

Учебный план 3 года обучения

№ раздела	Название темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	1. Физическая культура и спорт. 2. Сдача контрольных нормативов по физподготовке и технике игры. 3. Перемещения и стойки. 4. Закрепление навыков в технике приема и передач мяча сверху и снизу.	12	2	10
2	1. Краткий обзор состояния и развития волейбола. 2. Закрепление навыков в технике нападения. 3. Блокирование. 4. Подготовительные игры.	12	2	10

3	1. Тесты по физподготовке. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Совершенствование техники передачи мяча сверху в прыжке. 4. Подачи на точность.	12	2	10
4	1. Гигиена, врачебный контроль. 2. Развитие гибкости и ловкости. 3. Тактика защиты. 4. Совершенствование подачи на мягкость.	12	2	10
5	1. Основы техники и тактики игры в волейбол. 2. Развитие силы и гибкости. 3. Нападающий удар с переводом. 4. Тактика нападения.	12	2	10
6	1. 2. Основы методики обучения волейболу. 3. Развитие общей и специальной выносливости. 4. Групповые тактические действия в защите и нападении.	12	2	10
7	1. Правила соревнований. 2. Развитие быстроты перемещения. 3. Учебная игра в волейбол. 4. Участие в соревнованиях.	12	2	10
8	1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. 2. 3. Развитие выносливости. Совершенствование тактики игры в нападении. 4. Учебные игры в волейбол.	12	2	10
9	1. Разбор проведенных игр. 2. Сдача контрольных нормативов.	12	2	10
	ИТОГО	108	18	90

Содержание учебного плана 3 года обучения

I.

1. Физическая культура и спорт.

Значение физической культуры и спорта в России.

2. Сдача контрольных нормативов по ОФП и технике игры.

Бег 6х5 м, прыжки в длину с места, броски набивного мяча (1 кг), бег 92 м (елочка). Передачи сверху с 3 в 4 зону и со 2 в 3. Подачи. Нападающие удары с 4 и 3 зоны.

3.Перемещения и стойки.

Сочетание способов перемещений с остановками, прыжками, техническими приемами.

4.Закрепление навыков в технике приема и передач мяча сверху и снизу.

Подготовительные упражнения, упражнения в группах. Игра в волейбол (2х2, 3х3, 5х5).

II.

1.Краткий обзор состояния и развития волейбола.

Развитие волейбола среди школьников. Соревнования по волейболу среди школьников

2.Закрепление навыков в технике нападения.

Подготовительные упражнения, нападающие удары с разбега с 4 и со 2-й зоны

3.Блокирование.

Одиночный блок. Групповой блок.

4.Подготовительные игры.

Волейбол (2х2, 3х3).

III.

1.Президентские тесты по физподготовке.

Нормативы и требования.

2.Развитие скоростно-силовых качеств.

Бег, ускорения, подвижные игры.

3.Совершенствование техники передачи мяча сверху в прыжке.

Передачи мяча над собой и за голову. Передачи мяча за голову в тройках.

4.Подачи на точность.

Подачи в зоны 1, 5. Короткие подачи.

IV.

1.Гигиена, врачебный контроль.

Закаливание организма. Меры личной санитарно-гигиенической профилактики.

2.Развитие гибкости и ловкости.

Выпады вперед, в стороны. Падения и перекаты через плечо, кувырок назад.

3.Тактика защиты.

Выбор места и способа приема мяча от обманных ударов. Учебные игры в волейбол.

4.Совершенствование подачи на мягкость.

Подачи в зоны 1, 5. Короткие подачи.

V.

1.Основы техники и тактики игры в волейбол.

Понятие о технике игры. Анализ технических приемов.

2.Развитие силы и гибкости.

Броски набивных мячей, прыжковые упражнения, упражнения с отягощениями.

3. Нападающий удар с переводом.

Подводящие и подготовительные упражнения. Нападающие удары с 3-й зоны в зону №1.

4. Тактика нападения.

Взаимодействие игроков передней линии (при второй передаче). Система игры со второй передачи игрока передней линии.

VI.

1. Основы методики обучения волейболу.

Понятие об обучении и тренировки в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе.

2. Развитие общей и специальной выносливости.

Бег 92 м (елочка), эстафеты, подвижные игры.

3. Групповые тактические действия в защите и нападении.

Взаимодействие игроков задней линии: игроков зоны 1, 6, 5. Взаимодействие игроков передней линии: игроков, не участвующих в блокировании (зон 4, 2) с блокирующими.

VII.

1. Правила соревнований.

Понятие о методике судейства.

2. Развитие быстроты перемещения.

Бег 6х5 м, ускорения, эстафеты. Подвижные игры

3. Учебная игра в волейбол.

Волейбол (2х2, 3х3, 4х4)

4. Участие в соревнованиях.

Товарищеские встречи, участие в районных и городских соревнованиях.

VIII.

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Влияние занятий физическими упражнениями на развитие сердечно-сосудистой системы.

2. Развитие выносливости.

Бег приставными шагами, упражнения со скакалкой, прыжки в длину и вверх.

3. Совершенствование тактики игры в нападении.

Расположение игроков при приеме подачи игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 2х2, 3х5, 4х4.

4. Учебные игры в волейбол.

Товарищеские встречи, участие в соревнованиях.

IX.

1. Разбор проведенных игр.

Практический план игры, установка на игру команде и отдельным игрокам.

2. Сдача контрольных нормативов.

Бег 6х5 м, бег 92 м (елочка), прыжки в длину. Броски набивного мяча.

Учебный план 4 года обучения

№ раздела	Название темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	5. Физическая культура и спорт. 6. Сдача контрольных нормативов по физподготовке и технике игры. 7. Перемещения и стойки. 8. Закрепление навыков в технике приема и передач мяча сверху и снизу.	12	2	10
2	5. Краткий обзор состояния и развития волейбола. 6. Закрепление навыков в технике нападения. 7. Блокирование. 8. Подготовительные игры.	12	2	10
3	1. Тесты по физподготовке. 2. Развитие скоростно-силовых качеств. 3. Совершенствование техники передачи мяча сверху в прыжке. 4. Поддачи на точность.	12	2	10
4	1. Гигиена, врачебный контроль. 2. Развитие гибкости и ловкости. 3. Тактика защиты. 4. Совершенствование подачи на мягкость.	12	2	10
5	1. Основы техники и тактики игры в волейбол. 2. Развитие силы и гибкости. 3. Нападающий удар с переводом. 4. Тактика нападения.	12	2	10
6	1. 2. Основы методики обучения волейболу. 3. Развитие общей и специальной выносливости. 4. Групповые тактические действия в защите и нападении.	12	2	10
7	1. Правила соревнований. 2. Развитие быстроты перемещения. 3. Учебная игра в волейбол. 4. Участие в соревнованиях.	12	2	10

8	1.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	12	2	10
	2. 3.	Развитие выносливости. Совершенствование тактики игры в нападении.			
	4.	Учебные игры в волейбол.			
9	1.	Разбор проведенных игр.	12	2	10
	2.	Сдача контрольных нормативов.			
	ИТОГО		108	18	90

Содержание учебного плана 4 года обучения

I.

1. Физическая культура и спорт.

Значение физической культуры и спорта в России.

2. Сдача контрольных нормативов по ОФП и технике игры.

Бег 6х5 м, прыжки в длину с места, броски набивного мяча (1 кг), бег 92 м (елочка). Передачи сверху с 3 в 4 зону и со 2 в 3. Поддачи. Нападающие удары с 4 и 3 зоны.

3. Перемещения и стойки.

Сочетание способов перемещений с остановками, прыжками, техническими приемами.

4. Закрепление навыков в технике приема и передач мяча сверху и снизу.

Подготовительные упражнения, упражнения в группах. Игра в волейбол (2х2, 3х3, 5х5).

II.

1. Краткий обзор состояния и развития волейбола.

Развитие волейбола среди школьников. Соревнования по волейболу среди школьников

2. Закрепление навыков в технике нападения.

Подготовительные упражнения, нападающие удары с разбега с 4 и со 2-й зоны

3. Блокирование.

Одиночный блок. Групповой блок.

4. Подготовительные игры.

Волейбол (2х2, 3х3).

III.

1. Президентские тесты по физподготовке.

Нормативы и требования.

2. Развитие скоростно-силовых качеств.

Бег, ускорения, подвижные игры.

3. Совершенствование техники передачи мяча сверху в прыжке.

Передачи мяча над собой и за голову. Передачи мяча за голову в тройках.

4. Поддачи на точность.

Поддачи в зоны 1, 5. Короткие поддачи.

IV.

1. Гигиена, врачебный контроль.

Закаливание организма. Меры личной санитарно-гигиенической профилактики.

2. Развитие гибкости и ловкости.

Выпады вперед, в стороны. Падения и перекаты через плечо, кувырок назад.

3. Тактика защиты.

Выбор места и способа приема мяча от обманных ударов. Учебные игры в волейбол.

4. Совершенствование поддачи на мягкость.

Поддачи в зоны 1, 5. Короткие поддачи.

V.

1. Основы техники и тактики игры в волейбол.

Понятие о технике игры. Анализ технических приемов.

2. Развитие силы и гибкости.

Броски набивных мячей, прыжковые упражнения, упражнения с отягощениями.

3. Нападающий удар с переводом.

Подводящие и подготовительные упражнения. Нападающие удары с 3-й зоны в зону №1.

4. Тактика нападения.

Взаимодействие игроков передней линии (при второй передаче). Система игры со второй передачи игрока передней линии.

VI.

1. Основы методики обучения волейболу.

Понятие об обучении и тренировки в волейболе. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе.

2. Развитие общей и специальной выносливости.

Бег 92 м (елочка), эстафеты, подвижные игры.

3. Групповые тактические действия в защите и нападении.

Взаимодействие игроков задней линии: игроков зоны 1, 6, 5. Взаимодействие игроков передней линии: игроков, не участвующих в блокировании (зон 4, 2) с блокирующими.

VII.

1. Правила соревнований.

Понятие о методике судейства.

2. Развитие быстроты перемещения.

Бег 6х5 м, ускорения, эстафеты. Подвижные игры

3. Учебная игра в волейбол.

Волейбол (2х2, 3х3, 4х4)

4. Участие в соревнованиях.

Товарищеские встречи, участие в районных и городских соревнованиях.

VIII.

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Влияние занятий физическими упражнениями на развитие сердечно-сосудистой системы.

2. Развитие выносливости.

Бег приставными шагами, упражнения со скакалкой, прыжки в длину и вверх.

3. Совершенствование тактики игры в нападении.

Расположение игроков при приеме подачи игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 2х2, 3х5, 4х4.

4. Учебные игры в волейбол.

Товарищеские встречи, участие в соревнованиях.

IX.

1. Разбор проведенных игр.

Практический план игры, установка на игру команде и отдельным игрокам.

2. Сдача контрольных нормативов.

Бег 6х5 м, бег 92 м (елочка), прыжки в длину. Броски набивного мяча.

1.4. Планируемые результаты

Личностные

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- формирование общей культуры обучающихся, нравственных и этических чувств: любви к родной природе, Родине, уважение к ее традициям, героическому прошлому, многонациональной культуре своего народа;
- формирование навыков общения и сотрудничества со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой и социально-значимой деятельности;
- формирование осознанного отношения к здоровому образу жизни, а также к собственному труду, к самопознанию и саморазвитию;
- формирование гражданской и социальной активности.

Метапредметные

- на основе развития физических качеств овладеть основами волейбола, тактикой ведения мяча, приобрести опыт и специальные знания, улучшить моральные и волевые качества.
- у них будут сформированы нравственные ценности.
- физические качества: гибкость, сила мышц, выносливость, координация, правильная осанка;
- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья.

Предметные

- формирование умения ориентироваться в мире современных профессий в сфере фитнеса и спорта;
- овладеют основными техниками ведения мяча;
- приобретение знаний о ведении ЗОЖ и способах двигательной деятельности, умение творчески и практически применять их в повседневной жизни для самостоятельных занятий физической культурой.

По окончании программы, обучающиеся расширяют свой кругозор, овладевают определенным комплексом знаний, умений и навыков:

- узнают историю возникновения волейбола, основные термины и направления;
- овладеют основными техниками ведения мяча;
- укрепят здоровье, разовьют физические качества, гибкость, силу мышц, выносливость, координацию движения и правильную осанку;
- научатся выстраивать взаимоотношения в коллективе;
- получат знания и навыки сохранения здоровья и ведения ЗОЖ.

Перспективы развития программы:

- развитие направления волейбола;
- участие в соревнованиях различного уровня.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Количество учебных часов в году	Количество учебных недель	Количество часов в неделю	Дата начала и дата окончания занятий
1 год обучения	108	36	3	с 01.09. по 31.08
2 год обучения	108	36	3	с 01.09. по 31.08
3 год обучения	108	36	3	с 01.09. по 31.08
4 год обучения	108	36	3	с 01.09. по 31.08

Итого	432	144	12	
-------	-----	-----	----	--

В летний период детское объединение может:

- работать по культурно-досуговой программе (учебно-тематическому плану) на летний период, дополнительной общеразвивающей программе, краткосрочным дополнительным программам «Лето» и «Разноцветное лето»;
- организовывать работу в рамках профильной смены по направлению деятельности;
- обеспечивать компенсацию программного материала в случае потери учебного времени и др.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение: учебное помещение для проведения занятий, спортивный инвентарь и оборудование (шведские стенки, мешки, мячи, скакалки, экипировка, сетки и т.д.)

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования по направлению деятельности.

2.3. Методическое обеспечение:

Формы и режим занятий.

Основной формой работы является групповое занятие, которое строится на взаимодействии педагога с детьми на основе индивидуального подхода к каждому ребенку, используются также и другие формы, такие как: тематическое занятие, практическое занятие.

Формы проведения занятий:

- **Соревнования, турниры** - практическое применение знаний и навыков, приобретенных на занятиях.
- **Мастер-классы и семинары** - приглашение спортсменов по волейболу, выпускников секции, лучших тренеров области.
- **Контрольные испытания** – аттестация.
- **Внутриклубные соревнования** – опыт соревновательной деятельности.
- **Воспитательные мероприятия** включают в себя беседы, игры, практикумы, соревнования, конкурсы.

Методы, используемые на занятиях.

- **Игра** - служит этапом переключения внимания, разгрузкой, отдыхом, спортивные эстафеты, игры на координацию движений, внимание, подвижные игры.
- **Беседа** - служит для развития познавательной сферы, формирования навыков ЗОЖ и коммуникативных навыков: умения высказать свое мнение, умение слушать собеседника, передача информации
- **Повтор** («делай как я», «делай как он (она)»)
- **Объяснение.** Объяснение-словесное истолкование закономерностей, существенных свойств изучаемого объекта, отдельных понятий, явлений. На занятиях метод объяснения может использоваться во вводной части урока.

Основные средства:

- общеразвивающие упражнения;
- прыжки и прыжковые упражнения;
- метание легких снарядов (теннисных и набивных мячей);
- скоростно-силовые упражнения (отдельные в виде комплексов);
- легкоатлетические упражнения для скоростно-силовой подготовки;
- гимнастические упражнения для силовой и скоростно-силовой подготовки;
- изучение техники владения мячом и обязательной программы технико-тактических комплексов (ТТК);
- комплексы упражнений для индивидуальных тренировок (задания на дом).

Подготовка волейболистов представляет собой сложный педагогический процесс, который постоянно совершенствуется. Одно из важнейших направлений такого совершенствования – внедрение системного подхода. Понятие «система» предполагает совокупности частей (элементов), между которыми имеются определенные связи. Применительно к подготовке волейболистов это означает, что подготовка будет успешной только в том случае, если ее рассматривать как единую систему, все элементы которой согласованы между собой и ориентированы на достижение определенной цели.

Надо учитывать командный характер волейбола, где слаженность действий членов команды превращается в один из ведущих факторов достижения победы. Тонкое взаимопонимание в команде основывается на высоком индивидуальном мастерстве. Требуется определенное время, чтобы игроки команды действовали как единое целое.

И как показывает практика, для достижения высокой слаженности совместных действий требуется несколько лет. Необходимость многолетней подготовки обусловлена тем, что волейбол отличается сложной техникой (несмотря на кажущуюся простоту игры). Эта сложность в первую очередь объясняется следующим – все технические приемы игры выполняют при очень кратковременном прикосновении руками к мячу. К тому же эти приемы должны быть эффективными в быстро меняющихся условиях игры. Понятно поэтому, что высокая степень владения навыками игры может быть достигнута только при длительном планомерном и квалифицированном обучении, начиная с детского возраста. Подготовка волейболистов строится с учетом возрастных особенностей детей и их возможностей на каждом возрастном этапе.

Начинать заниматься волейболом предпочтительнее с 10 – 12 лет. В этом возрасте уровень развития высшей нервной деятельности позволяет успешно формировать у детей спортивные двигательные навыки. Объясняется это большой пластичностью нервной системы детей. Развитие интеллекта, волевых качеств, способностей к более устойчивому вниманию также дает возможность проводить занятия достаточно эффективно. У детей этого возраста при еще относительно невысоком развитии функциональных возможностей достаточно благоприятные физиологические условия для деятельности организма. Это объясняется большей гармоничностью и пропорциональностью в развитии

внутренних органов в таком возрасте по сравнению с последующим периодом – периодом полового созревания.

Следует добавить, что вообще игры у детей составляют одну из основных форм проявления их жизненной активности, что является немаловажным фактором при обучении волейболу, как одному из видов спортивных игр.

Тренировка – составная часть подготовки.

Спортивная тренировка – это педагогический процесс, цель которого – обучение техническим приемам, тактическим действиям и совершенствование технико-тактического мастерства, развитие физических, моральных и волевых качеств.

Выделяют три фазы формирования навыка:

1. фаза образования первоначального умения, которой соответствует этап овладения основной техникой изучаемого приема;
2. фаза уточнения системы движений, которой соответствует этап детального овладения техникой приема;
3. фаза совершенствования навыка

При формировании двигательного навыка устанавливается тесная взаимосвязь между уровнем развития физических качеств и овладения техникой.

В методике обучения волейболистов выделяют следующие **этапы**:

1. разучивание приема в условиях;
2. разучивание приема в усложненных условиях;
3. закрепление приема в игре.

Виды подготовки и их содержание.

Подготовку волейболиста условно делят на:

- физическую;
- техническую;
- тактическую;
- теоретическую;
- игровую.

Методы физической подготовки.

Для развития спортивно-силовых качеств используют метод *круговой тренировки*. Упражнения подбирают таким образом, чтобы в работу последовательно вовлекать основные группы мышц.

Повторный метод. Суть сводится к выполнению упражнений с максимальной скоростью. Продолжительность выполнения 5-10 сек.

Интервал отдыха (30сек-5мин)

Игровой метод. Выполнение упражнений на быстроту в подвижных играх и эстафетах.

Методы технической подготовки.

На первом этапе главное-это ознакомление с разучиванием приемов.

1. *Показ*. Он должен быть образцовым и заполняться демонстрацией наглядных пособий.
2. *Объяснение*. Оно должно быть кратким, образным и понятным для обучающихся.

На втором этапе главное - это изучение приема в упрощенных условиях.

1.Метод *условного обучения*. Обычно этот метод используют при разучивании простых технических приемов.

1.*Сложный* технический прием делят на фазы, выделяя при этом основное звено.

На третьем этапе главное-изучение приема в усложненных условиях. На этом этапе используют *игровой* и *повторный* метод.

Методы тактической подготовки.

В процессе тактической подготовки применяют методы, что и при решении задач технической подготовки.

Для обучения тактике и технике игры различают следующие методы:

- метод целостного обучения (при котором обучающиеся выполняют прием полностью);
- метод обучения по частям (на основе подготовленных упражнений);
- метод упражнения (это многократное повторение технического приема);
- игровой и соревновательный метод (цель закрепления навыков и умений в играх и соревнованиях).

Методы теоретической подготовки

Лекции, беседы, наблюдение на занятиях и последующий анализ техники и тактики, просмотр видеозаписей.

Виды занятий по направленности.

Занятия с юными волейболистами различаются по направленности.

1. Однонаправленные занятия посвящены одному из компонентов тренировки (технической, тактической, физической);

2. Комбинированные – это сочетание технической, тактической и физической подготовки.

3. Игровые построены на взаимосвязи сторон подготовки в игровом и соревновательном режиме.

4. Формы подведения итогов подготовки спортсменов – зачетные занятия, спортивные соревнования, фестивали.

Учет воспитательной работы и оценка ее эффективности как составная часть комплексного контроля.

Нормативы по физической подготовке состоят из прыжков в длину с места, бросков набивных мячей (1 кг) из-за головы стоя, сидя и прыжке; бег на скорость (30 м), 6х5 м (на расстоянии 5м чертятся две линии: стартовая и контрольная, по сигналу обучающийся бежит, преодолевая расстояние 5м шесть раз. При изменении направления движения, обе ноги испытуемого должны пересечь линию).

Бег 92 м в пределах границ волейбольной площадки. На волейбольной площадке расположены 7 мячей (1 кг), мяч №7 на расстоянии 1м от лицевой линии. Спортсмен располагается за серединой лицевой линии. По сигналу он начинает бег, касаясь мячей по одному (№1,2,3,4,5,6). Игрок должен каждый раз касаться мяча за лицевой линией №7. Начинают бег с низкой стойки.

Интегративный характер подготовки волейболистов.

Важнейшая особенность достижения спортивного результата в волейболе – ступенчатый и множественный характер. Ступенчатость состоит в следующем. Эффективность сложного двигательного действия (а для волейбола характерна именно сложная двигательная деятельность) зависит от уровня специфических физических способностей и структуры этого движения (техники). Оптимальное сочетание этих двух факторов, например в легкоатлетических прыжках, метаниях, непосредственно сказывается на спортивном результате (дальность метания, прыжка, высота прыжка и т.п.). В волейболе это только промежуточный этап. Для того чтобы технический прием (например, нападающий удар) дал результат, необходима рациональная организация действий волейболистов с учетом ряда факторов. Таким образом, физические способности позволяют достигать результата в игре через технику конкретных приемов (первая ступень), а технические приемы, в свою очередь, - через тактические действия (вторая ступень). Вполне понятно, что чем шире арсенал техники и совершеннее, тем больше у игрока возможности максимально использовать в игре свой физический потенциал; а чем шире арсенал тактики и совершеннее, тем больше возможностей максимально реализовать в игре свой технический потенциал.

2.4. Формы аттестации

Формы подведения итогов реализации программы: педагогический мониторинг, анкетирование, проводится в конце года обучения (май).

Формы проведения текущего контроля: педагогическое наблюдение, проводится в течение года.

2.5. Диагностический инструментарий (оценочные материалы)

Формы контроля.

Диагностика результатов по программе включает в себя входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль обучающихся.

Входной контроль служит для определения начального уровня знаний, умений и навыков обучающихся в начале текущего учебного года (сентябрь).

Текущий (систематический) контроль проводится в течение учебного года посредством педагогического наблюдения за правильностью выполнения, участия в соревнованиях. Осуществляется на каждом занятии для выявления уровня освоения материала, при этом объектами контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки.

Промежуточный контроль осуществляется по итогам первого полугодия, задачами являются - выявить уровень освоения учащимися программы за полугодие, определить изменения в уровне физического развития, технико-тактической и специальной подготовки за данный период обучения. Оценивается правильность владения мячом; техника исполнения; уровень физической

нагрузки; знание теоретической и практической части.

Итоговый контроль проходит в конце учебного года, включает в себя сдачу контрольных нормативов по полученным знаниям и навыкам в рамках реализации программы за учебный год.

Мониторинг позволяет выявить причины, способствующие или препятствующие реализации программы, и внести необходимые корректировки в её содержание.

Результативность выполнения программы проводится на основе анализа предметных, метапредметных и личностных результатов учащихся.

Формы контроля:

при очной форме обучения	при дистанционной форме обучения
- наблюдение - анкетирование - анализ выполнения упражнений - сдача контрольных нормативов	- онлайн-опросы. - анализ выполнения упражнений (видео-формат). - видеозапись выполнения контрольных нормативов

Методы отслеживания результатов:

- Наблюдение за обучающимися в процессе обучения, во время мероприятий и беседы с родителями об изменении в поведении.
- Беседы, опросы, анкетирование.
- Анализ выполнения упражнений.
- Участие в соревнованиях различного уровня.
- Активность участия в мероприятиях различного уровня.
- Сдача контрольных нормативов является одной из форм выявления уровня физического развития и физической подготовленности.
- стабильность посещения занятий воспитанниками – стремление к саморазвитию, интерес к занятиям.

Во время занятий и проведения мероприятий осуществляется **контроль**: индивидуальный, коллективный, анализ выступлений, взаимоконтроль, самооценка.

Критерием оценки является 5-ти балльная шкала. Критерии оценки по 5 балльной системе:

- 5 баллов ставится в том случае, если все показатели подтверждены (высокий уровень);
- 3-4 балла – это все показатели в норме, но есть 2-3 недочета (средний уровень);
- 1-2 балла – если ребенок плохо усвоил программу, не справляется с показателями (низкий уровень).

Показатели личностные:

- взаимодействие с коллективом обучающихся;

- дисциплинированность; интерес и активность на занятиях.

Сдача контрольных нормативов проводится 3 раза в год: в начале года (начальный уровень), в середине (промежуточный) и в конце учебного года (итоговый уровень) по следующим показателям (Приложение 1):

Конечным результатом выполнения программы предполагается перевод обучающихся на следующий год обучения; участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

2.6. Рабочие программы учебных курсов, дисциплин, модулей

Рабочая программа представлена на сайте МБУ ДО ДДТ Советского района г. Ростова-на-Дону.

2.7. Рабочая программа воспитания. Календарный план воспитательной работы

Цель воспитательного процесса - формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи воспитательного процесса:

-Использовать в воспитании детей возможности учебного занятия по дополнительным общеобразовательным программам как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству;

- Содействовать успеху каждого ребенка.

- Организовывать воспитательную работу с коллективом и индивидуальную работу с обучающимися детского объединения.

- Реализовывать потенциал событийного воспитания для формирования духовно-нравственных ценностей, укрепления и развития традиций детского объединения и образовательной организации, развития субъектной позиции обучающихся.

-Организовывать взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся в вопросах воспитания; создавать условия для участия семей в воспитательной деятельности МБУ ДО ДДТ.

-Реализовывать потенциал наставничества в воспитании детей и подростков как основу поддержки и развития мотивации к саморазвитию и самореализации.

-Содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе индивидуальных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

Планируемые результаты

•укрепление физического, психологического и духовного здоровья обучающихся;

•повышение социальной активности и заинтересованности обучающихся;

- формирование мотивов положительной социализации личности, повышения самооценки, адаптация в обществе в целом;
- нормализация и регуляция взаимоотношений педагогов и обучающихся, обучающихся со сверстниками;
- профилактика асоциального поведения;
- социально-ориентированное, адекватное поведение в образовательном учреждении, социуме;
- популяризация здорового образа жизни.

Приоритетные направления воспитания:

- конкурсы, фестивали, соревнования;
- музыкальные, литературные встречи и гостиные (любителей театра, поэзии и музыки), просмотр специальных фильмов спектаклей, организацию тематических экскурсий, посещения концертов, выставок изобразительного и декоративно-прикладного творчества.
- познавательные игровые мероприятия на тему искусства, народных промыслов и традиций, разножанровая музыка, разновидность танцевального искусства.
- организация и проведение квестов, викторин.

Освоение социальных знаний. Они помогают сформировать гражданскую идентичность, патриотизм, гражданскую ответственность, чувство гордости за историю России, воспитать культуру межнационального общения.

Формирование опыта самоопределения. Это происходит посредством участия в социокультурных практиках и профессиональных пробах.

Овладение способами саморазвития и самореализации. В том числе формирование современных компетентностей и грамотностей, соответствующих основным направлениям стратегии развития страны.

Формы и технологии проведения воспитательных мероприятий и содержание деятельности, методы воспитательного взаимодействия

По форме организации: массовые (праздники, фестивали), групповые (мастер-классы), индивидуальные (персональные проекты, исследования).

По содержательной направленности: когнитивно-развивающие (викторины, защита проектов, экскурсии), творческие (творческие мастерские, выставки, музыкальные гостиные, конкурсы), социально-коммуникативные (КВН, игровые программы, квесты, ролевые игры), спортивно-оздоровительные (турниры, соревнования, спортивные праздники).

По методике проведения: дискуссионные (дебаты, круглые столы), игровые (квесты, ролевые игры), соревновательные (конкурсы, турниры), практико-ориентированные (мастер-классы, проекты)

По степени активности участников: интерактивные (игры, тренинги).

Календарный план воспитательной работы.

Сроки проведения	Воспитательные мероприятия с обучающимися и родителями.	Социально-значимые мероприятия различного уровня	Конкурсные мероприятия, выставки, фестивали и соревнования различного уровня
СЕНТЯБРЬ	Практикум по культуре общения: «Мы и культура», #Давай дружить (гостиная знакомств, игры на знакомство, инсценировка этических правил, беседы о культуре поведения).	День открытых дверей: оформление выставки, раздача визиток, проведение мастер-классов, запись	Региональный технический семинар
	Уроки безопасности («Один дома», «Правила для пешеходов»).	Мастер-классы с целью набора обучающихся и рекламы деятельности учреждения	
	Декада профориентации «Поделись своим знанием» супервизорство – привлечение тренеров и чемпионов Мира).		
	Родительское собрание: Информация о работе, знакомство с программой.		Региональный судейский семинар
	День уважения к старшему поколению: беседа с обучающимися об уважительном отношении составление списка добрых дел.		Участие в акции «Мой папа самый лучший!»

	Участие в Осенней неделе здоровья": Профилактическая беседа «Все в твоих руках» о формировании навыков ЗОЖ.	Участие в конкурсе видеороликов, посвященных ЗОЖ.	Первенство Ростовской области по волейболу
	«ВРЕМЯ СПОРТА» - беседа с презентацией о развитии волейбола в Ростове-на-Дону, развитие спорта в регионе, знакомство с именитыми спортсменами Ростовской области, достигшими спортивных результатов. Мастер-классы от тренеров, чемпионов Мира.		
НОЯБРЬ	4 ноября – День народного единства. Тематический час «Все мы разные, но все мы вместе»: профилактика экстремизма, формирование толерантности.		Первенство Ростовской области по волейболу
	ДЕНЬ МАТЕРИ: беседа с обучающимися. «Мамы всякие важны, мамы всякие нужны»: выступление обучающихся с презентациями о профессиях мам.	Участие в праздничном онлайн-концерте, посвященном международному Дню матери «Мама – главное слово в нашей судьбе!» (онлайн, офлайн)	
ДЕКАБРЬ	«Сигарета – враг здоровью»: беседа по профилактике вредных привычек.		
	АКЦИЯ «МЫ - ГРАЖДАНЕ РОССИИ» «День Героев Отечества» - уроки патриотизма.		Областные соревнования по волейболу
	«Новый год – семейный праздник: Беседа о традициях семейного празднования.	Новогоднее онлайн поздравление	

ЯНВАРЬ	«Антидопинг» – что это такое, его значение в жизни спортсмена. Вред или польза. Беседа для обучающихся старших групп секции.		
ФЕВРАЛЬ	АКЦИЯ «ОТЕЧЕСТВУ ВЕРНЫ» «Уроки мужества», посвященные Дню защитника Отечества.	Челлендж видео поздравлений, выступлений и чтения стихов обучающимися	Кубок Главы
	Профилактическая беседа «Безопасный лёд», «Наша безопасность»		
МАРТ	АКЦИЯ «8 марта – день особый!»: Беседа из истории праздника, изготовление тематических рисунков Ликбез из истории спорта «Женщины в спорте»	Онлайн поздравление мам и бабушек	Кубок Дона
АПРЕЛЬ	АКЦИЯ «ВОЛЕЙБОЛ ЗА ЗОЖ!», посвященная зимнему Дню здоровья: беседа по пропаганде ЗОЖ, ИММУНИТЕТ, как средство защиты нашего организма. Профилактическая беседа.		Кубок Дона
	ДЕНЬ КОСМОНАВТИКИ Беседа из истории праздника.	Участие в Акции «Поехали..»	
	Всемирный ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ: «Твое здоровье в твоих руках»: «Я тот – что ем!», «Эмоции – психика – наши болезни!» (беседы о здоровом образе жизни).		

МАЙ	АКЦИЯ «НИКТО НЕ ЗАБЫТ – НИЧТО НЕ ЗАБЫТО» - Мероприятия, посвященные победе в ВОВ: Уроки ПАМЯТИ: беседа, изготовление символов Победы; Экскурсия к мемориалу «Вечный огонь».	Участие в Акциях, посвященных Дню Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945: «Георгиевская ленточка, Стена памяти, Одна на всех, Бессмертный полк»	
	Профилактическая беседа «Внимание, дорога!» с обучающимися на занятиях.		Фестиваль волейболистов
	Итоговое и отчетное занятие с приглашением родителей.		
ИЮНЬ	Спортивный праздник, посвященный Дню защиты детей. Спортивный праздник, посвященный Дню России.	Участие в городском Дне защиты детей показательные соревнования	
АВГУСТ	Спортивный праздник, посвященный Дню физкультурника «Пляжный волейбол»	Участие в Дне Физкультурника на городской площадке	Областные учебно-тренировочные сборы

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005
2. Банников А. М., Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика).- Краснодар, 2011
3. Брайент Дж.Кретти. Психология в современном спорте. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
4. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002г.
5. Волейбол: Учебник для институтов физкультуры / Под. ред. А.Г. Айриянца. – М.: Физкультура и спорт, 1976.
6. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: Учебное пособ. для тренеров. - М.: Физкультура и спорт, 1988.
7. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
8. Комплексная программа по физическому воспитанию. 5-11 классы под редакцией В. И. Лях и А. А. Зданевич. Москва. «Просвещение» 2010г.
9. Платонов В. Уравнение с шестью известными. – М.: Молодая гвардия, 1983.
- 10.
11. Рудик П.А., Медведев В.В., Родионов А.В. Психология и современный спорт.- М.: Физкультура и спорт, 1973.
12. Система планирования в спортивных школах: Учебное пособ. для студентов институтов физической культуры. – М., 1981.
13. Фомин Н.А., Филин В.П. Основы юношеского спорта.- М.: Физкультура и спорт, 1980.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М., Просвещение, 2012г.
2. Современная система спортивной подготовки/Под ред. Ф. П. Суслова, Б. Н. Шустина. М., 1995г.
3. Волейбол / Под редакцией А.В.Беляева, М.В.Савина. – М., 2000г.
4. Образовательный портал "Сибронис"
<https://sibronis.ru/course/view.php?id=565#section-2>
5. интернет ресурс:
Волейбол для начинающих <https://www.youtube.com/channel/UCYjYnSOJvEvY1AqdmaZ-jQ>

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Марков К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999.
2. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).
3. Спортивные игры / Под редакцией Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. – М., 2000.
4. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Диагностический материал КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ

Контрольные упражнения	4 уровень (баллы)			3 уровень (баллы)			2 уровень (баллы)			1 уровень (баллы)		
Комплексное силовое упражнение 30сек+30сек**	56	62	66	62	68	72	70	74	78	72	76	82
Подтягивание на перекладине, Девушки на изгой перекладине	12	14	16	14	16	18	16	18	20	18	20	22
Прыжок в длину с места (см)	190	200	210	200	210	220	210	220	230	210	220	230
Бег 30 м	5.3	5.0	4.8	5.7	5.2	4.7	5.1	4.7	4.4	5.1	4.7	4.4
Бег 3000 м (мин)	14.5	14.2	13.5	14.3	13.5	13.2	14.0	13.0	12.2	14.0	13.0	12.2
Бег 2000 м			5									
Челночный бег 4х20м (сек)	22.2	22.0	21.5	20.0	19.0	18.2	18.3	18.0	17.3	18.0	17.3	17.0
Гибкость (наклон туловища вперёд (см))	5	6	8	5	7	9	6	8	10	6	8	10

Приложение 2

ОЦЕНКА УРОВНЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ.

В дополнительном образовании, помимо основного педагогического исследования используются также психологическая и социологическая диагностика.

С помощью педагогической диагностики педагог изучает образовательный процесс, прогнозирует конечный результат своей образовательной программы. Осознание своей роли во взаимодействии с ребенком также приоритет педагогической диагностики.

Программирование процесса многолетней подготовки дает необходимый эффект только при наличии системы контроля за ходом подготовки. Ведущая роль в оценке эффективности и качества подготовки юных волейболисток принадлежит педагогическому контролю, задача которого состоит в осуществлении тренировочных планов и их корректировке, оценке эффективности применяемых средств и методов, выборе показателей и

обосновании контрольных нормативов для оценки различных сторон подготовленности спортсменов, выявлении динамики спортивных результатов и прогнозировании достижений, отборе талантливых детей.

В волейболе результативность в соревнованиях не выражается в количественных единицах (время, расстояние, вес и т.п.). Главное здесь – победа над соперником. Количество побед служит определяющим фактором при выявлении победителя соревнований и распределении мест в турнирной таблице. Занятое командой в соревнованиях место выражает уровень ее спортивного мастерства и качество процесса подготовки.

Важное место в планировании системы многолетней подготовки волейболистов занимает прогнозирование уровня мастерства.

На всех этапах подготовки волейболистов должны иметь четкие количественные показатели, на основании которых строится комплекс нормативных требований по видам подготовки, включающий:

1) определение нормативов и оценок при первоначальном отборе, определение каждому спортсмену игровой функции, отбор в сборные команды различного уровня.

2) определение нормативов по физической подготовке (общей и специальной).

3) определение нормативов по технической и тактической подготовке.

В группах первого года обучения основное внимание направлено на выявление детей, обладающих данными для успешного овладения навыками игры в «Волейбол». В группах второго и третьего года обучения главное внимание обращается на количественные показатели по видам подготовки в сочетании с навыками игры в «Волейбол».

Нормативные требования по физической и технической подготовке подводят итог работы многолетней подготовки.

Результаты контрольных нормативов помогают педагогу оценить подготовленность детей, а также позволяют определить качество работы педагога. Формы подведения итогов подготовки – это заметные занятия и участие в соревнованиях различного уровня. Учет воспитательной работы и оценка ее эффективности является составной частью комплексного контроля.

В группах 1-го года обучения в сентябре-октябре контрольные нормативы дети сдают только по физической подготовке, а в мае по физической и технической подготовке.

Физическое развитие и физическая подготовленность

Содержание требований	1-2 год обучения		3-4 год обучения	
	девочки	мальчики	девочки	мальчики
Длина тела (ростовые данные)	155	160	161	163
Бег 30м. (с высокого старта), сек.	5,5	5,2	5,4	5,1

Бег 30м (6х5м), сек.	12,2	12,0	12,0	11,5
Бег 92 м с изменением направления, сек.	31,5	29,0	31,0	28,0
Прыжок в длину с места, см.	165	185	175	195
Прыжок вверх с места толчком двух ног, см	37	42	40	48
Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы двумя руками, м <i>сидя</i> <i>стоя</i>	4,5	5,0	5,0	6,2
	8,0	11,0	9,0	12,0
<i>в прыжке с места</i>	7,0	9,0	8,0	10,0
Становая сила, кг	55	70	65	90

Техническая подготовленность

Содержание требований	1-2 год обучения (переводные)	3-4 год обучения (выпускные)
Вторая передача на точность из зоны 3 в зону 4	3	4
передача на точность в прыжке через сетку из зоны 4 в зону 6	-	2
Передачи сверху у стены стоя и сидя (чередование)	-	3
Подача нижняя прямая на точность	3	4
Первая передача (прием) на точность из зоны 6 в зону 3 (расстояние 6 м)	3	4

Интегральная подготовленность

Содержание требований	1-2 год обучения (переводные)	3-4 год обучения (выпускные)
Потери подачи в игре (%)	40	35
Ошибки при приеме подачи (%)	30	30
Соревновательные нагрузки по количеству игр в году (мини-волейбол, товарищеские и контрольные игры)	14	20

Психологическая диагностика и социологические исследования в ДДТ Советского района организуются и проводятся социально-психологической службой в тесном сотрудничестве с педагогом (см. Приложение 2)

Диагностика результатов деятельности направлена на определение интересов, склонностей, способностей и ценностных ориентиров, уровня развития личности и коллектива в целом, психологического климата в коллективе объединения, уровня эмоциональной удовлетворенности коллектива.

Приложение 3.

МЕТОДИКА ВЫЯВЛЕНИЯ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (АВТОР Р.В. ОВЧАРОВА)

Анкета учащимся по выявлению уровня самооценки:

2- да; 1- трудно сказать; 0- нет.

Вопросы анкеты:

1. Мне нравится создавать фантастические проекты.
 2. Могу представить себе то, чего не бывает на свете.
 3. Буду участвовать в том деле, которое для меня ново.
 4. Быстро нахожу решения в трудных ситуациях.
 5. В основном, стараюсь обо всем иметь свое мнение.
 6. Мне нравится находить причины своих неудач.
 7. Стараюсь дать оценку поступкам и событиям на основе своих убеждений.
 8. Могу обосновать: почему мне что-то нравится или не нравится.
 9. Мне не трудно в любой задаче выделить главное и второстепенное.
 10. Убедительно могу доказать правоту.
 11. Умею сложную задачу разделить на несколько простых.
 12. У меня часто рождаются интересные идеи.
 13. Мне интереснее работать творчески, чем по-другому.
 14. Стремлюсь всегда найти дело, в котором могу проявить творчество.
 15. Мне нравится организовывать своих товарищей на интересные дела.
 16. Для меня важно, как оценивают мой труд окружающие.
- Результат:** 24-32 балла – высокий уровень; 12-24 балла – средний;
0-12 баллов – низкий.

**МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ СФОРМИРОВАННОСТИ КОЛЛЕКТИВА.
НАШИ ОТНОШЕНИЯ (АВТОР Г.Н. СИБИРЦОВА)**

Цель: выявить степень удовлетворенности обучающихся различными сторонами жизни коллектива.

Ход проведения: Ребенку предлагается ознакомиться с шестью утверждениями, отражающими определенную сферу отношений в группе. Ему нужно записать номер того утверждения, которое больше всего совпадает с его мнением. Например, для изучения взаимоприемлемости друг друга (дружбы, сплоченности) или, наоборот, конфликтности может быть предложена серия утверждений:

1. Наша группа очень дружная и сплоченная.
2. Наша группа дружная.
3. В нашей группе нет споров, но каждый существует сам по себе.
4. В нашей группе иногда бывают ссоры, но конфликтной ее назвать нельзя.
5. Наша группа очень недружелюбная, трудно заниматься в таком коллективе.

Обработка и интерпретация результатов.

Те суждения, которые отмечены большинством учащихся, свидетельствуют об определенных взаимоотношениях в коллективе. В то же время мнение конкретного ребенка показывает, как ощущает он себя в системе этих отношений.

**МЕТОДИКА САМООЦЕНКИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ.
САМОЧУВСТВИЕ. ОБЩАЯ АКТИВНОСТЬ, НАСТРОЕНИЕ.**

Инструкция. Выразите количеством баллов от 1 до 4 свое состояние, имея в виду, что баллы «1» и «2» соответствуют оценкам левого столбца, а баллы «3» и «4» - правого. Отвечать следует на каждый вопрос, считая, что баллы «1» и «4» более близки к предлагаемым оценкам, а баллы «2» и «3» означают меньшее согласие с предлагаемыми оценками.

1.Самочувствие хорошее	1 2 3 4	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	1 2 3 4	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	1 2 3 4	Активный
4. Малоподвижный	1 2 3 4	Подвижный

5. Веселый	1 2 3 4	Грустный
6. Хорошее настроение	1 2 3 4	Плохое настроение
7. Работоспособный	1 2 3 4	Разбитый
8. Полный сил	1 2 3 4	Обессиленный
9. Медлительный	1 2 3 4	Быстрый
10. Бездеятельный	1 2 3 4	Деятельный
11. Счастливый	1 2 3 4	Несчастный
12. Жизнерадостный	1 2 3 4	Мрачный
13. Напряженный	1 2 3 4	Расслабленный
14. Здоровый	1 2 3 4	Больной
15. Безучастный	1 2 3 4	Увлеченный
16. Равнодушный	1 2 3 4	Заинтересованный
17. Восторженный	1 2 3 4	Унылый
18. Радостный	1 2 3 4	Печальный
19. Отдохнувший	1 2 3 4	Усталый
20. Свежий	1 2 3 4	Изнуренный
21. Сонливый	1 2 3 4	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	1 2 3 4	Желание работать
23. Спокойный	1 2 3 4	Взволнованный
24. Оптимистичный	1 2 3 4	Пессимистичный
25. Выносливый	1 2 3 4	Утомляемый
26. Бодрый	1 2 3 4	Вялый
27. Соображать трудно	1 2 3 4	Соображать легко
28. Рассеянный	1 2 3 4	Внимательный
29. Полный надежд	1 2 3 4	Разочарованный
30. Довольный	1 2 3 4	Недовольный

Обработка результатов производится по ключу следующего вида: там, где стоит знак X, осуществляется обратный подсчет баллов; вместо 1, 2, 3, 4 считается соответственно – 4, 3, 2, 1.

Минимальное количество баллов по каждому из трех параметров состояния – 10, максимальное – 40, так как на каждый параметр (самочувствие, активность и настроение) имеется по 10 оценок. Для сопоставимости результатов самооценки вводится коэффициент КХ «2».

Тогда могут быть получены 4 обычные градации состояний по интервалам: 20-34, 35-49, 50-64, 65-80. условно они могут быть отнесены к ситуативным проявлениям меланхолии, флегматии, сангвинии и холерии соответственно.

Параметры

1. Самочувствие
25, 26.

№ оценок

1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20,

2. Общая активность 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22,
27, 28. 3. Настроение 5, 6, 11, 12, 17,
18, 23, 24, 29, 30.
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПСИХОМОТОРНОЙ ОДАРЕННОСТИ.

Оценивание производится по пятибалльной системе по каждому параметру.

№п/п	Критерии оценки	балл
1.	Энергичность и желание все время двигаться	
2.	Смелость до безрассудства (не боится синяков и шишек)	
3.	Способность одерживать верх в потасовках или выигрывать в какой-либо спортивной игре.	
4.	Легкость движений, пластичность, хорошая координация движений	
5.	Физическое развитие опережает развитие большинства сверстников	
6.	Желание соревноваться	
7.	Толерантность (устойчивость) к усталости	
8.	Быстрота и ловкость в учении и обращении со спортивным инвентарем	

Обработка результатов.

35-40 – очень высоко развиты психомоторные способности

30-34 – способности высокого уровня

20-29 – средний уровень способностей

10-19- способности ниже среднего

1-9 - психомоторные способности низко развиты