Муниципальное казенное учреждение «Управление народного образования»
Дальнереченского муниципального округа Приморского края
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа с. Веденка»
Дальнереченского муниципального округа Приморского края

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО «ДЮСШ с. Веденка»
_____ Л.О. Корчака
Приказ № 25-А/26 от «10» июня 2026 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА С. ВЕДЕНКА" ДАЛЬНЕРЕЧЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ПРИМОРСКОГО КРАЯ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА С. ВЕДЕНКА" ДАЛЬНЕРЕЧЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ПРИМОРСКОГО КРАЯ

ВОЛЕЙБОЛ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

Возраст обучающихся: 8-10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Семенченко Светлана Николаевна,
тренер-преподаватель

с. Веденка

2026

Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Актуальность программы заключается в том, что именно система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Язык реализации программы - государственный язык РФ – русский.

Уровень программы - базовый.

Адресат программы – программа рассчитана на обучающихся МОБУ «СОШ с.Веденкаа» Дальнереченского муниципального округа в возрасте 8-10 лет, желающих заниматься волейболом.

Особенности организации образовательного процесса

По программе могут обучаться школьники (мальчики и девочки), имеющие медицинское разрешение для занятий по волейболу. Набор и зачисление в группы осуществляется через портал Персонифицированного дополнительного образования https://25.pfdo.ru/ на основании личного заявления родителя (законного представителя) обучающегося, не достигшего возраста 14 лет.

Состав группы постоянный. Наполняемость в группах согласно СанПин 2.4.3648-20. Количество обучающихся в группе 17-20 человек.

Срок освоения программы – 1 год.

Объём программы – 324 часов.

Учебная нагрузка (в неделю) - 9 академических часов.

Продолжительность академического часа – 45 минут.

Форма обучения – очная.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: получение начальных знаний, умений, навыков спортивной игры волейбол школьников МОБУ «СОШ с. Веденка» в возрасте 8-10 лет.

Задачи программы:

Воспитательные:

- воспитать позитивное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- воспитать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитать дисциплинированность.

Развивающие:

- развить начальные умения и навыки в выполнении физических упражнений;
- развить двигательные качества;
- развить специальные физические качества, необходимые волейболисту.

Обучающие:

- обучить начальным знаниям в области физической культуры и спорта, в частности в волейболе;
- обучить правилам игры в волейбол;
- обучить техническим приемам и тактическим действиям в волейболе.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	

1.	Общая физическая подготовка	85	6	79	
1.1.	Общеподготовительные упражнения. Строевые упражнения	10	1	9	Наблюдение
1.2.	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса	15	1	14	Наблюдение
1.3.	Упражнения для мышц ног и таза	15	1	14	Наблюдение
1.4.	Упражнения для мышц шеи и туловища	15	1	14	Наблюдение
1.5.	Акробатические упражнения	15	1	14	Наблюдение
1.6.	Легкоатлетические упражнения	15	1	14	Наблюдение
2.	Специальная физическая подготовка	52	10	42	
2.1.	Упражнения для развития силы	5	1	4	Наблюдение
2.2.	Упражнения для развития быстроты	5	1	4	Наблюдение
2.3.	Упражнения для развития гибкости	5	1	4	Наблюдение
2.4.	Упражнения для развития ловкости	5	1	4	Наблюдение
2.5.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	5	1	4	Наблюдение
2.6.	Упражнения для развития общей выносливости	5	1	4	Наблюдение
2.7.	Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести	5	1	4	Наблюдение
2.8.	Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.	5	1	4	Наблюдение
2.9.	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач, приема и передач мяча.	6	1	5	Наблюдение
2.10.	Упражнения для развития	6	1	5	Наблюдение

	качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов				
3.	Технико-тактическая подготовка	85	11	74	
3.1.	Техническая подготовка	54	6	48	Зачет
3.2.	Тактическая подготовка	31	5	26	Зачет
4.	Игровая подготовка	87	7	80	Зачет
5.	Контрольные и календарные игры	8	1	7	Зачет
6.	Контрольные испытания	7	1	6	Зачет
	Итого:	324	36	288	

Содержание учебного плана

1. Раздел: Общая Физическая подготовка

1.1. Тема: Инструктаж по технике безопасности. Общеподготовительные упражнения. Строевые упражнения

Теория. Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития. Изучение понятий: шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция.

Практика. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчёт по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

1.2. Тема: Упражнения для мышц рук и плечевого пояса

Теория. Краткий обзор состояния и развития волейбола.

Практика. Упражнения из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лёжа) – сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега. Упражнения в парах. Упражнения с мячами, с набивными мячами, с гимнастическими палками, гантелями, с утяжелителями, с жгутами. Упражнения на снарядах.

1.3. Тема: Упражнения для мышц ног и таза

Теория. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние на него физических упражнений.

Практика. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.), ходьба, бег; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки. Упражнения с набивными мячами (приседания, выпады, прыжки, поскоки); упражнения с гантелями (бег, прыжки, приседания); упражнения на снарядах, гимнастической скамейке, на тренажерах; упражнения со скакалкой; прыжки в высоту, длину, с разбега.

1.4. Тема: Упражнения для мышц шеи и туловища

Теория. Характеристика физического развития и развития двигательных качеств волейболистов.

Практика. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лёжа на спине; из положения лёжа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лёжа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений; упражнения в парах; упражнения с предметами; на гимнастических снарядах, тренажерах.

1.5. Тема: Акробатические упражнения

Теория. Качественные особенности волейболистов по игровым функциям.

Практика. Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед и назад), из положения сидя, из упора присев из основной стойки. Перекаты в сторону из положения лежа и стоя на коленях. Стойка на лопатках с согнутыми и прямыми ногами. Кувырок назад прогнувшись через плечо.

1.6. Тема: Легкоатлетические упражнения

Теория. Влияние занятий волейболом на организм занимающихся.

Практика. Бег 30, 60, 100 м. Кросс. Челночный бег. Упражнения для развития прыгучести. Упражнения с отягощением (выпрыгивание, приседания, броски набивного мяча, упражнения с эспандером). Метания.

2. Раздел: Специальная физическая подготовка

2.1. Тема: Упражнения для развития силы

Теория. Гигиена тренировочного процесса.

Практика. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнёра. Переноска и перекладывание груза. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения с набивными мячами.

2.2. Тема: Упражнения для развития быстроты

Теория. Размеры площадки, высота сетки, название линий волейбольной площадки. *Практика.* Повторный бег по дистанции от 30 до100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег за лидером (более быстрый спортсмен). Бег с гандикапом с задачей догнать партнёра. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

2.3. Тема: Упражнения для развития гибкости

Теория. Место подачи. Касание мяча.

Практика. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнёра (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела). Упражнения со сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, за спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

2.4. Тема: Упражнения для развития ловкости

Теория. Правильное питание спортсмена.

Практика. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперёд, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперёд в стороны, назад. Стойки на лопатках. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и не подвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

2.5. Тема: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств

Теория. Самоконтроль спортсмена.

Практика. Прыжки в высоту через препятствия, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Игры с отягощениями. Эстафеты, комбинированные с бегом, прыжками, метаниями. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

2.6. Тема: Упражнения для развития общей выносливости

Теория. Расстановка игроков.

Практика. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000м. Кросс на дистанции для девушек до 1,5 км., для юношей до 2 км. Дозированный бег по пересечённой местности от 3 мин. Спортивные игры на время: баскетбол, мини-футбол (для мальчиков и девочек).

2.7. Тема: Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести

Теория. Изучение терминов.

Практика. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 метров из различных положений (сидя, стоя, лёжа) лицом, боком и спиной вперёд. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнёром, в соревновании с партнёром за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперёд, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу

(на дальность при определённом количестве прыжков; на количество при определённом отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперёд, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на коленях, набивные мячи, гантели). Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх, то же с набивными мячами в руках.

2.8. Тема: Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий

Теория. Основы техники и тактики.

Практика. Бег на 5,10,15 и из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, бег приставными, скрестными шагами. Упражнения с мячами в движении. Передвижения с мячами.

2.9. Тема: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач, приема и передач мяча

Теория. Выдающиеся волейболисты.

Практика. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук (резиновые кольца, мяч). Упражнения с упором о стену, многократные броски и ловля набивного мяча, то же из различных положений. Броски мяча через сетку.

2.10. Тема: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Теория. Техника выполнения приема.

Практика. Броски с набивными мячами. Имитация нападающих ударов. Метание предметов. Работа с резиновыми амортизаторами.

3. Раздел: Технико-тактическая подготовка

3.1. Тема: Техническая подготовка

Теория. Тенденции развития волейбола.

Практика. Перемещения и стойки. Передача мяча (сверху, снизу). Подача мяча. Нападающие удары. Прием мяча.

3.2. Тема: Тактическая подготовка

Теория. Изменения в правилах соревнований.

Практика. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия.

4. Раздел: Игровая подготовка

Теория. Правила игры в волейбол, жесты судьи.

Практика. Учебная игра.

5. Раздел: Контрольные и календарные игры

Теория. Содержание и методика контрольных и календарных игр

Практика. Планирование, организация и проведение соревнований по волейболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по волейболу. Участие в соревнованиях, согласно календарному плану

6. Раздел: Контрольные испытания

Теория. Содержание и методика контрольных испытаний.

Практика. Сдача контрольных нормативов.

1.4 Планируемые результаты

Личностные результаты

Обучающийся будет:

- относиться к физической культуре, как явлению культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.

У обучающегося будет:

- сформирован устойчивый интерес к занятиям волейбола;

- развито волевое качество: самостоятельность; дисциплинированность; инициативность; принципиальность, самоотверженность, организованность;

- освоены основы поведения в коллективе, которые способствуют

сплочению, формированию чувства симпатии друг к другу.

Метапредметные результаты:

Обучающийся приобретёт:

- знания об основах самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;

- объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение управлять эмоциями, не терять контроль за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Предметные результаты:

Обучающийся будет знать:

- правила игры в волейбол;

- терминологию по волейболу.

Обучающийся будет уметь:

- отбирать физические упражнения для самостоятельных занятий;

- выполнять контрольные нормативы, соответствующие возрастным особенностям;

- участвовать в соревнованиях школы, района.

Обучающийся будет владеть:

- основами технических, тактических действий, приёмами игры волейбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал с площадкой для волейбола;
- спортивное оборудование (сетка волейбольная);
- волейбольные мячи на каждого учащегося;
- набивные мячи 3 кг – 4 шт.;
- перекладины для подтягивания в висе – 2 шт.;
- гимнастические скакалки на каждого учащегося;
- гимнастические маты на каждого учащегося;
- гимнастические скамейки – 4 шт.;
-гимнастическая стенка – 2 шт.;
- теннисные мячи – 20 шт.;
- мячи для метания 150 грамм – 3 шт.

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Дидактическое обеспечение образовательного процесса:

- картотека упражнений по волейболу (карточки);
- картотека общеразвивающих упражнений для разминки;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе;
- «Правила игры в волейбол»;
- «Правила судейства в волейболе».

Интернет-ресурсы:

1. Всероссийская федерация волейбола. Методическая литература. [Электронный ресурс] URL: https://www.volley.ru/pages/497/p1/.

2. Железняк Ю.Д., Костюков В.В., Чачин А.В. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта Волейбол. [Электронный ресурс] URL: http://www.osdusshor.ru/media/biblioteka/programmy-novogo-pokoleniya/primernye-programmy-sportivnoy/voleybol.pdf.

3. Содержание общей и специальной физической подготовки юных волейболистов. [Электронный ресурс] URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=22254.

4. Фомин Е.В., Булыгина Л.В., Суханов А.В. Методическое пособие. Технико-тактическая подготовка волейболистов [Электронный ресурс] URL:

https://volleyart.ru/read/wp-content/uploads/2020/05/Технико-тактическая-подготовка-волейболистов.pdf.

Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами, регулирующими сферу дополнительного образования детей и с учётом ряда методических рекомендаций.

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

– концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

– приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– постановление Главного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи»;

– методические рекомендации по составлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, утвержденных приказом Министерства образования Приморского края от 17 февраля 2026 года № пр. 23а-135;

- Устав МБУ ДО «ДЮСШ с.Веденка».

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Аттестация (тестирование) обучающихся по программе волейбол состоит из трех этапов: *входного контроля, текущего контроля и*

промежуточной аттестации. Каждый из этих этапов преследует свои цели и проводится в разное время.

Входной контроль проводится в начале учебного года или при зачислении нового обучающегося в группу с целью определения начального уровня физической подготовки и владения основными техническими элементами волейбола.

Текущий контроль – проводится на регулярных тренировках в течение всего учебного года с целью мониторинга динамики развития физических качеств и технических навыков. Этот вид контроля помогает педагогу своевременно вносить коррективы в тренировочный процесс, акцентируя внимание на проблемных зонах. Также текущий контроль мотивирует обучающихся к постоянному совершенствованию.

Промежуточная аттестация проводится в середине и в конце учебного года для оценки достигнутого уровня знаний и умений по сравнению с начальными показателями. Промежуточная аттестация помогает определить, насколько обучающиеся усвоили материал, соответствуют ли их успехи поставленным целям.

Формы контроля: беседа, тестирование, педагогическое наблюдение, контрольные упражнения, соревнования, зачёт.

Беседа – позволяет устанавливать непосредственный контакт между педагогом и обучающимся, в процессе которого педагог получает широкие возможности для изучения индивидуальных особенностей усвоения обучающимися материала.

Тестирование – проводятся для оценки физической подготовки и технических навыков. Например, тесты на скорость, выносливость, координацию, точность подачи и приёма мяча. Позволяет объективно оценить уровень физической готовности и технических умений обучающихся.

Педагогическое наблюдение – позволяет оценить поведение и успехи обучающихся на тренировках, отмечать их отношение к занятиям,

мотивацию, взаимодействие в группе, соблюдение дисциплины и техники безопасности. Помогает вовремя заметить проблемы в обучении, скорректировать программу тренировок, улучшить атмосферу в группе и повысить вовлеченность обучающихся.

Контрольные упражнения – проводится специальные упражнения, направленные на проверку конкретных навыков и физических качеств. Могут включать контрольные передачи, приёмы, подачи, прыжковую выносливость и др. Дают детальное понимание уровня овладения отдельными элементами техники и физическими качествами, что позволяет делать выводы о необходимости коррекции программы тренировок.

Соревнования – проводятся внутренние и внешние соревнования, мини-турниры с целью проверки умения применять теоретические знания в условиях реального соперничества, развития спортивного духа, командной работы, повышения мотивации к обучению.

Зачёт – проводится в конце учебного года в виде итогового занятия, где обучающиеся демонстрируют освоенные навыки и знания с целью оценки уровня их подготовки, выявления достижений и определения готовности к переходу на следующий этап обучения. Это может быть практическое выполнение техник, решение теоретических вопросов или комбинированные задания.

Формы фиксации результатов:

– журнал учета посещаемости и успеваемости;

– протоколы соревнований и контрольных испытаний (сдачи нормативов по ОФП, СФП, технико – тактической подготовке);

– информационная карта «Определение уровня развития физических качеств, обучающихся»;

– анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»;

– анкета для обучающихся «Изучение интереса к занятиям у обучающихся объединения»;

– видеозаписи и фотографии с участием обучающихся в соревнованиях разного уровня.

Критерии оценки результативности освоения программы

Качественные критерии: постоянное посещение тренировок, участие в соревнованиях внутри ДЮСШ, снижение утомляемости.

Количественные критерии: выполнение нормативов по физической, специальной и технической подготовке.

Критерии оценки результативности определяются по трем уровням результативности: *высокий, средний, низкий* и не должны противоречить следующим показателям:

Высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания образовательной программы;

Средний уровень – успешное освоение воспитанником от 50% до 70% содержания образовательной программы;

Низкий уровень – успешное освоение воспитанником менее 50% содержания образовательной программы.

2.3 Методические материалы

Методы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

1. метод упражнений;
2. игровой;
3. соревновательный;
4. круговой тренировки.

Главным из них является *метод упражнений,* который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей обучающихся.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности:

1. Методы эмоционального стимулирования.
2. Методы формирования ответственности и обязательности.
3. Методы развития психических функций, творческих способностей, личностных качеств обучающихся.

Формы организации образовательного процесса:

1. командная;
2. малыми группами;
3. в парах;
4. индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

1. учебно-тренировочные;
2. комбинированные;
3. индивидуальные;

4. соревновательные;

5. командные.

Педагогические технологии:

1. Технология индивидуального обучения.

2. Технология коллективного взаимообучения.

3. Технология разноуровневого обучения.

4. Технологи проблемного обучения.

5. Технология игровой деятельности.

6. Здоровьесберегающая технология.

Подготовка юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки.

Дидактические материалы:

1. Инструктивные карты.

2. Задания.

3. Упражнения.

2.4 Календарный учебный график

Этап образовательного процесса		1 год
Продолжительность учебного года, неделя		36
Количество учебных дней		180
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	01.09.2026- 30.12.2026
	2 полугодие	09.01.2027- 31.05.2027
Возраст детей, лет		8-10
Продолжительность занятия, час		2 и 1
Режим занятия		5 раз/нед.
Годовая учебная нагрузка, час		324

2.5 Рабочая программа воспитания

1. **Пояснительная записка**

Программа направлена на воспитание школьников, обучающихся в рамках секции по волейболу посредством организации воспитательных мероприятий, направленных на изучение истории спортсменов родного края, культуры и традиций своего региона. Программа предусматривает участие детей в мероприятиях, способствующих развитию чувства гордости за свою малую родину, повышению интереса к историческому наследию и спорту родного края. Данная программа способствует формированию патриотической позиции и активного гражданского сознания у подростков, развивая личностные качества и создавая условия для самовыражения и творчества каждого участника секции.

2. **Цель программы** — формирование нравственных качеств личности, осознание своей принадлежности к российскому народу, развитие духовно-нравственных ценностей и повышение уровня физической подготовленности.

3. Задачи программы:

- Воспитание уважительного отношения к культуре и традициям народов России.
- Формирование осознанного понимания значимости исторического наследия.
- Развитие духовно-нравственных ценностей.
- Стимулирование спортивной активности и интереса к изучению спортсменов родного края.
- Развитие личностных качеств, востребованных в достижении поставленных целей.

Форма реализации программы: занятия, экскурсии, походы, встречи с интересными людьми, соревнования, тематические вечера и проекты.

Общее количество часов: 13 ч.

4. Планируемые результаты:

Обучающиеся смогут:

- Проявлять интерес к изучению спортсменов родного края.
- Уважительно относиться к известным спортсменам родного края.
- Использовать полученные знания в повседневной жизни.
- Активно участвовать в муниципальных соревнованиях.

5. Содержание плана воспитательной работы

Занятие 1-2: Участие в муниципальном соревновании «Шиповка юных»

Принять участие в четырехборье «Шиповка юных» среди спортсменов Дальнереченского муниципального округа, посвященное «Году единства народов России».

Занятие 3: Участие в соревновании по «Лапте» между группами ДЮСШ

Принять участие в командной игре «Лапта», стремиться к командному взаимодействию и к общей победе.

Занятие 4: Беседы «Спортсмены нашего села» Встречи со спортсменами

Приглашение спортсменов, проживающих в с.Веденка. Беседы о прошлых соревнованиях. Победы и неудачи.

Занятие 5-6: Участие в муниципальном этапе по волейболу

Принять участие в муниципальном этапе по волейболу, стремиться к командному взаимодействию и к общей победе.

Занятие 7-8: Участие в зимнем фестивале ВФСК ГТО

Принять участие в муниципальном этапе зимнего фестиваля ВФСК ГТО. Выявление спортсменов, набравших наибольшее количество баллов по физической подготовке.

Занятие 9-10: Участие в «Лыжне России 2027»

Принять участие в спортивно-массовом мероприятии «Лыжня России 2027» среди спортсменов Дальнереченского муниципального округа.

Занятие 11: Беседа о здоровом образе жизни

Беседа направлена на формирование таких навыков: От того насколько бережно мы к себе относимся, зависит наше самочувствие на протяжении всей

жизни. Основы здорового образа жизни закладываются в нас еще в детстве. Необходимость следить за собой, избегать вредных воздействий окружающей среды, соблюдать режим дня и выполнять другие повседневные правила должна войти в привычку.

Занятие 12-13: Участие в летнем фестивале ВФСК ГТО

Принять участие в муниципальном этапе летнего фестиваля ВФСК ГТО. Выявление спортсменов, набравших наибольшее количество баллов по физической подготовке.

2.5 Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Объем в часах	Сроки проведения
1.	Участие в муниципальном соревновании «Шиповка юных»	2	сентябрь
2.	«Лапта» между группами ДЮСШ	1	октябрь
3.	Беседы «Спортсмены нашего села» Встречи со спортсменами	1	ноябрь
4.	Участие в муниципальном этапе по волейболу	2	декабрь
5.	Участие в зимнем фестивале ВФСК ГТО	2	январь
6.	«Лыжня России 2027»	2	февраль
7.	Беседа о здоровом образе жизни	1	март
8.	Участие в летнем фестивале ВФСК ГТО	2	апрель

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мараховская О.В., Сагиев Т.А., Славнова М.Ю. Основы организации и проведения занятий по волейболу. М.: Советский спорт, 2021.

2. Мельников Ю.А., Феофилактов Н.З. Подвижные игры в физическом воспитании: учеб.-метод. пособие. — 2-е изд., дораб. и доп. Ижевск: Удмуртский государственный университет, 2021.

3. Родин А.В., Губа В.П. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх на примере баскетбола и волейбола. М.: Спорт, 2023.

Ссылки на электронные ресурсы:

1. Всероссийская федерация волейбола. Методическая литература. [Электронный ресурс] URL: https://www.volley.ru/pages/497/p1/ (дата обращения: 08.06.2026).

2. Железняк Ю.Д., Костюков В.В., Чачин А.В. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта Волейбол. [Электронный ресурс] URL: http://www.osdusshor.ru/media/biblioteka/programmy-novogo-pokoleniya/primernye-programmy-sportivnoy/voleybol.pdf (дата обращения: 08.06.2026).

3. Содержание общей и специальной физической подготовки юных волейболистов. [Электронный ресурс] URL: https://science-education.ru/ru/article/view?id=22254 (дата обращения: 08.06.2026).

4. Фомин Е.В., Булыгина Л.В., Суханов А.В. Методическое пособие. Технико-тактическая подготовка волейболистов [Электронный ресурс] URL: https://volleyart.ru/read/wp-content/uploads/2020/05/Технико-тактическая-подготовка-волейболистов.pdf (дата обращения: 08.06.2026).