

**Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва № 4 по волейболу»**

Юридический адрес: 603157, РФ, Нижегородская область, г. Нижний Новгород, ул. С. Перовской, дом 5,  
Фактический адрес: 603081, РФ, Нижегородская область, г. Нижний Новгород, ул. Корейская, дом 26,  
ОГРН: 1025202842257, ИНН: 5259028919, тел/факс 8 (831) 422-66-08, 8 (831) 274-23-13, e-mail: info@volnn.ru

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
МАОУ ДО СШОР № 4 по волейболу»  
(Протокол от «10» 02 2023 г. № 2)

**УТВЕРЖДЕНО:**

приказом МАОУ ДО «СШОР № 4 по  
волейболу»  
от «13» 02 2023 г. № 11-1



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности  
«ВОЛЕЙБОЛ»**

Срок реализации: 2 года

Разработчики программы:  
Мишина И.В.  
Заместитель директора  
по спортивной работе  
Романычева А.А.  
инструктор-методист

г. Нижний Новгород  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
<b>2. Учебно-тематический план</b>	<b>5</b>
<b>3. Содержание программы</b>	<b>6</b>
<b>4. Планируемые результаты освоения учащимися содержания программы</b>	<b>8</b>
<b>5. Формы аттестации</b>	<b>9</b>
<b>6. Учебно-методическое обеспечение программы</b>	<b>11</b>
<b>7. Материально-техническое оснащение</b>	<b>13</b>
<b>8. Список литературы</b>	<b>14</b>

## 1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по волейболу.

### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014

№41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196

«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г.

№09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

- Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

**Новизна программы** заключается в том, что она предполагает освоение содержания исходя из результатов диагностики и стартовых возможностей участников программы. Данный подход предоставляет шанс каждому ребёнку организовать своё обучение для достижения поставленных целей таким образом, чтобы максимально использовать свои возможности, прежде всего учебные.

**Актуальность программы** обусловлена положительным оздоровительным эффектом. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, тренер-преподаватель помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте.

Волейбол – спортивная игра, которая пользуется большой популярностью во всем мире, особенно среди молодежи. Занятия волейболом способствуют развитию многих физических способностей: силы рук и плечевого пояса, прыгучести, быстроты реакции, координации движений в пространстве и во времени. Волейбол считается одним из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными, как невысокого роста, так и высокого. Занятия с мячом улучшают реакцию ребенка, формируя и укрепляя ее, кроме того, в



процессе игры тренируются сразу нескольких групп мышц, а также общая выносливость организма, что очень важно для детского организма. К тому же, волейбол – это командная игра. Поэтому, играя, ребенок становится ближе к коллективу, налаживая товарищеские отношения и улучшая свои навыки общения. Также детский спорт развивает дух соперничества между игроками разных команд. С самого детства ребенок будет стремиться к высотам, развивая упорство и силу воли, которые потом обязательно пригодятся ему в будущем. Волейбол один из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными.

Программа направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- выявление, развитие и поддержку талантливых детей, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию;
- социализацию и адаптацию к жизни в обществе;
- формирование общей культуры;
- профилактику асоциального поведения.

#### **Отличительные особенности программы:**

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий как в спортивном зале, так и на спортивной площадке. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

В течение учебного года вместо выбывших обучающихся могут набираться новички.

**Цель программы:** обеспечение разностороннего физического развития и укрепления здоровья учащихся посредством занятий волейболом.

#### **Задачи программы:**

- популяризация волейбола и привлечение максимального количества детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- укрепление здоровья обучающихся, закаливание организма, утверждение здорового образа жизни;
- всестороннее развитие физических способностей обучающихся;
- воспитание личностных качеств юных спортсменов;
- овладение основами выбранного вида спорта – волейбол.

**Форма обучения:** очная, при необходимости очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

**Режим занятий:** Продолжительность тренировочных занятий в течение учебного года следующая: при нагрузке 6 часов занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Расписание занятий составляется и утверждается директором МАОУ «СШОР № 4 по волейболу» по представлению тренеров-преподавателей с учётом наиболее благоприятного режима тренировочных занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов.

**Адресат Программы (возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество детей в группах)**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана для спортивно-оздоровительного этапа подготовки для детей в возрасте от 7 до 9 лет. Срок её реализации – 2 год.

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта.

Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся, имеющих разрешение врача и на основании заявления родителей.

Минимальная наполняемость учебной группы на спортивно - оздоровительном этапе подготовки – 15 человек.

**Объём и сроки реализации программы:** программа рассчитана на 2 год обучения (46 недель и объём 276 часов в год). В течение учебного года обучающиеся могут быть переведены на более высокий уровень сложности освоения программы. По окончании обучения, обучающиеся могут быть зачислены на этап начальной подготовки по программе спортивной подготовки либо отчислены из МАОУ ДО «СШОР № 4 по волейболу».

## **2. Учебно-тематический план**

Планирование и учет являются важнейшими условиями, обеспечивающими непрерывный рост спортивных достижений в процессе многолетней подготовки волейболистов. Основным документом является годовой учебный план. Годовой учебный план включает почасовое распределение всех видов физической подготовки. Продолжительность учебного года 46 недель.

### **Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки**

<b>Этапный норматив</b>	<b>Спортивно-оздоровительный этап</b>
<b>Год подготовки</b>	<b>1-й, 2-й</b>
Количество часов в неделю	6
Количество тренировок в неделю	3
Общее количество часов в год (46 недель)	276
Общее количество тренировок в год	138



**Длительность этапов подготовки,  
минимальный возраст для зачисления на этапы спортивно-оздоровительной  
подготовки**

Год обучения	Возраст учащихся	Минимальное количество учащихся в группе	Максимальное кол-во часов в неделю	Требования к освоению программы
<b>Спортивно-оздоровительный этап (СОГ)</b>				
1 год	7-8	15	6*	Посещаемость занятий. Сдача контрольных нормативов
2 год	8-9	15		

\*- в группах спортивно-оздоровительного этапа с целью большего охвата занимающихся максимальный объем тренировочной нагрузки на группу в неделю может быть снижен, но не более чем на 10% от годового объема и не более чем на 2 часа в неделю с возможностью увеличения в каникулярный период, но не более чем на 25% от годового тренировочного объема

### 3. Содержание программ

**Соотношение объемов тренировочного процесса по разделам подготовки**

Виды спортивной подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
<b>Год подготовки</b>	<b>1-2-й</b>
Физическая подготовка (общая и специальная) (%)	80
Техническая подготовка (%)	8
Акробатика (%)	10
Теоретическая подготовка (%)	2

**Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки**

Этапный норматив	Спортивно-оздоровительный этап
<b>Год подготовки</b>	<b>1-й, 2-й</b>
Количество часов в неделю	6
Количество тренировок в неделю	3
Общее количество часов в год (46 недель)	276
Общее количество тренировок в год	138

**1. Физическая подготовка (общая и специальная)** - комплексный процесс всестороннего физического воспитания, направленный на укрепление здоровья, опорно-двигательного аппарата и развитие общей выносливости волейболистов. Это физическая подготовка, осуществляемая безотносительно к конкретному виду деятельности. С помощью ОФП и СФП спортсмены овладевают двигательными навыками, умениями, физическими, психомоторными, морально-волевыми качествами, которые служат решению следующих задач.

Основными средствами ОФП являются общеразвивающие упражнения, бег, плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, велосипедах, спортивные и подвижные игры.

Основными средствами СФП являются соревновательные упражнения и специально подготовительные упражнения. СФП обеспечивает избирательное развитие отдельных групп мышц, несущих основную нагрузку при выполнении специализированных для волейбола упражнений.

**2. Техническая подготовка** - это процесс обучения будущих юных волейболистов технике движений и действий, служащих средством ведения игры, а также их совершенствования. Спортивная техника должна рассматриваться в тесной взаимосвязи с уровнем развития физических качеств обучающегося.

Основные элементы технической подготовки спортивно оздоровительного этапа следующие: основы перемещения и стойки, приём мяча снизу, подача.

**3. Акробатика** – это вид спорта, включающие сложные движения высокой степени и пластичности, координации и точности в сочетании с силовыми элементами. а именно падения, перекаты во время игры в защите.

Основными элементами акробатики в волейболе являются: падения, перекаты вовремя игры в защите, кувырки.

**4. Теоретическая подготовка** включает в себя формирование знаний об истории развития и современного состояния волейбола, строении и функциях организма человека, понятия о физической культуре двигательной активности, здоровом образе жизни.

История развития и современное состояние волейбола: истоки; история развития; анализ результатов достижений российских волейболистов; задачи, тенденции и перспективы развития.

Строение и функции организма человека: краткие сведения в доступной форме об опорно-мышечном аппарате; строение и функции внутренних органов, органов дыхания, кровообращения, пищеварения и нервной системы.

Общая и специальная физическая подготовка: понятие об общей и специальной физической подготовке, понятие двигательных качеств (гибкости, быстроты, ловкости, прыгучести, силы, выносливости и равновесия); основные термины.

Режим питания и гигиена: понятие о режиме, его значение; понятие о правильном питании; понятие о гигиене гимнастики.



**Распределение учебных часов  
в спортивно-оздоровительных группах  
(6 час)**

Разделы подготовки	Всего за год
	46 недель
Теоретическая подготовка	9
Физическая подготовка (общая и специальная)	210
Техническая подготовка	25
Акробатика	32
<b>Итого</b>	<b>276</b>

**4. Планируемые результаты освоения учащимися содержания программы**

На конец учебного года основными показателями выполнения требований программы на спортивно-оздоровительном этапе являются:

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- уровень освоения основ техники волейбола;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Тренер должен регулярно следить за успеваемостью своих воспитанников в общеобразовательной школе, поддерживать контакт с родителями, учителями-предметниками и классными руководителями.

**Ожидаемые результаты обучения:**

Будет знать	Будет уметь
расстановку игроков на поле; правила перехода игроков по номерам; правильность счёта по партиям; расстановку игроков на поле при приёме и подаче соперника; классификацию упражнений, применяемых в тренировочном процессе; переход средней линии; положение о соревнованиях; способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный; обязанности судей.	выполнять перемещения и стойки; выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками; выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча; выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров; выполнять падения; выполнять передачи мяча сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара; выполнять передачи мяча сверху двумя руками у сетки, стоя спиной по направлению;



## 5. Формы аттестации

Для оценки уровня освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится промежуточная и переводная аттестации обучающихся в форме сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке. Приём промежуточных контрольных нормативов проводится в октябре, а переводных контрольных нормативов в мае тренером-преподавателем.

### Нормативно оценочные таблицы

Нормативно-оценочные таблицы

1. Мальчики, юноши

Баллы за результат

Измеряемый параметр	лет	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Доп.балл (1 балл)	
<b>Рост, см</b>	7	127	130	133	136	138	141	143	144	145	146		
	8	132	135	138	141	143	145	147	148	148	150		
	9	137	140	143	145	147	149	151	152	153	154		
	10	144	146	148	150	152	154	156	157	158	159		
	11	147	150	153	156	158	160	162	163	164	165	за 3см	
	12	152	155	157	161	163	165	167	168	169	170		
	13	164	166	168	170	171	172	173	174	175	176		
	14	171	173	175	177	178	179	180	181	182	183		
	15	178	180	182	184	185	186	187	188	189	190		
	16	180	183	184	186	188	190	192	193	194	196		
	17	183	185	188	189	190	192	193	194	196	198		
	<b>Прыжок в длину, см</b>	7	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	
		8	125	130	135	140	145	150	155	160	165	170	
		9	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	
		10	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195	
		11	155	160	165	170	175	180	185	190	195	200	за 5 см
		12	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	
13		165	170	175	180	185	190	195	200	205	210		
14		180	185	190	195	200	205	210	215	220	225		
15		185	190	195	200	210	215	220	225	230	235		
16		200	215	220	225	230	235	240	245	250	255		
17		225	230	235	240	245	250	255	260	265	270		
<b>Вертикальный прыжок, см</b>		7	198	200	202	204	206	208	210	212	214	216	
		8	204	206	208	210	212	214	216	218	220	222	
		9	212	214	216	218	220	222	224	226	228	230	
		10	220	222	224	226	228	230	234	236	238	240	
		11	234	236	238	240	242	244	246	248	250	252	
		12	250	252	254	256	258	260	262	264	266	268	за 3 см
	13	262	264	266	268	270	272	274	276	278	280		
	14	273	276	279	282	285	288	291	294	297	300		
	15	283	286	288	292	295	298	301	304	307	310		
	16	286	288	292	295	298	301	303	307	311	315		
	17	297	299	301	303	305	308	311	314	317	320		
	<b>Елочка (сек)</b>	7	34,7	34,2	33,7	33,2	32,7	32,2	31,6	31,1	30,6	30,1	
		8	33,3	33,0	32,7	32,4	31,9	31,4	30,9	30,4	29,9	29,4	
		9	32,7	32,3	32,0	31,7	31,2	30,7	30,2	29,7	29,2	28,7	
		10	31,6	31,3	30,9	30,6	30,2	29,6	29,2	28,5	28,4	28,0	
		11	29,8	29,5	29,2	28,9	28,6	28,3	28,0	27,4	27,7	27,1	
		12	29,4	29,1	28,8	28,5	28,2	27,9	27,6	27,3	27,0	26,7	за 3сек
13		29,1	28,8	28,5	28,2	27,9	27,6	27,3	27,0	26,7	26,4		
14		28,6	28,3	28,0	27,7	27,4	27,1	26,8	26,5	26,2	25,9		
15		28,0	27,9	27,6	27,3	27,0	26,7	26,4	26,1	25,8	25,5		
16		26,6	26,4	26,2	26,0	25,8	25,6	25,4	25,2	25,0	24,8		
17		26,0	25,8	25,6	25,4	25,2	25,0	24,8	24,5	24,3	24,1		
<b>метание снай</b>		7	2,9	3,1	3,3	3,5	3,7	3,9	4,1	4,3	4,5	5,0	
		8	3,4	3,6	3,8	4,0	4,2	4,4	4,6	4,8	5,0	5,5	
		9	3,6	3,8	4,0	4,2	4,3	4,6	4,9	5,2	5,5	6,0	
		10	3,8	4,0	4,2	4,5	4,8	5,1	5,4	5,7	6,0	7,0	
		11	4,3	4,8	5,2	5,5	5,8	6,1	6,4	6,7	7,0	8,0	
		12	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	за 50 см
	13	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5		
	14	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0		
	15	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5		
	16	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0		
	17	12,0	12,5	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0	15,5	16,0	16,5		



**Нормативно-оценочные таблицы**  
1. Девочки, девушки.

		Баллы за результат										Доп. балл (1 балл)
Измеряемый параметр	лет	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Рост (см)	7	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	
	8	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	
	9	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	
	10	148	149	151	153	155	156	157	158	159	160	
	11	153	155	157	159	160	161	162	163	164	165	за 5 см
	12	156	158	160	162	163	164	165	166	167	168	
	13	160	162	164	165	166	167	168	169	170	171	
	14	162	164	166	168	170	171	172	173	174	175	
	15	167	169	171	173	174	175	176	177	178	179	
16	170	172	174	176	177	178	179	180	181	182		
17	172	174	176	178	180	181	182	183	184	185		
Прыжок в длину (см)	7	110	115	120	125	130	135	140	145	150	155	
	8	115	120	125	130	135	140	145	150	155	160	
	9	120	125	130	135	140	145	150	155	160	165	
	10	130	135	140	145	150	155	160	165	170	175	
	11	136	141	146	151	156	161	166	171	176	181	
	12	147	152	157	162	167	172	177	182	187	192	за 5 см
	13	165	170	175	178	183	188	193	198	203	208	
	14	175	180	185	190	195	198	201	204	207	210	
	15	180	185	190	195	200	203	206	209	210	215	
16	191	194	197	200	203	208	211	214	217	220		
17	198	201	204	207	210	213	216	219	222	225		
Вертикальный Прыжок (см)	7	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	
	8	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	
	9	212	213	214	215	216	218	219	222	224	226	
	10	214	217	220	223	228	233	236	238	240	242	
	11	217	222	227	232	237	240	243	246	249	252	
	12	234	237	240	244	245	248	251	254	257	260	за 3 см
	13	237	240	243	247	249	254	259	262	265	268	
	14	246	249	252	255	258	261	264	270	273	276	
	15	253	258	265	268	273	276	278	280	283	286	
16	273	275	277	279	281	283	285	287	289	291		
17	274	276	278	280	283	286	289	291	294	297		
«Блочко» (сек)	7	36,8	36,1	35,4	34,7	34,0	33,3	32,6	31,9	31,2	30,5	
	8	35,0	34,6	34,0	33,4	32,8	32,2	31,6	31,0	30,4	29,8	
	9	33,8	33,3	32,8	32,3	31,9	31,4	30,9	30,4	29,9	29,4	
	10	32,6	32,2	31,8	31,4	31,0	30,6	30,2	29,8	29,4	29,0	
	11	31,3	31,0	30,7	30,4	30,1	29,8	29,5	29,2	28,9	28,6	
	12	30,9	30,6	30,3	30,0	29,7	29,4	29,1	28,8	28,5	28,2	за 0,3 сек
	13	30,4	30,2	29,9	29,6	29,3	29,0	28,7	28,4	28,1	27,8	
	14	30,1	29,8	29,5	29,2	28,9	28,6	28,3	28,0	27,7	27,4	
	15	29,7	29,4	29,1	28,8	28,5	28,2	27,9	27,6	27,3	27,0	
16	29,0	28,7	28,4	28,1	27,8	27,5	27,2	26,9	26,6	26,3		
17	28,7	28,4	28,1	27,8	27,5	27,2	26,9	26,6	26,3	26,0		
Метание стока	7	2,7	2,9	3,1	3,3	3,5	3,7	3,9	4,1	4,3	5,0	
	8	3,2	3,4	3,6	3,8	4,0	4,2	4,4	4,6	4,8	5,50	
	9	3,4	3,6	3,8	4,0	4,2	4,3	4,6	4,9	5,2	6,0	
	10	3,6	3,8	4,0	4,2	4,5	4,8	5,1	5,4	5,7	6,5	
	11	3,8	4,3	4,8	5,2	5,5	5,8	6,1	6,4	6,7	7,0	
	12	4,0	4,5	5,0	5,4	5,8	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	за 0,5 м
	13	4,5	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	
	14	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	
	15	6,5	7,0	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	
16	7,5	8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0		
17	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0		

**Таблица зачетных требований**

- 30 баллов и выше – отлично;
- 20 баллов – 29 баллов – хорошо;
- 10 баллов – 19 баллов – удовлетворительно;
- 9 баллов и ниже – плохо.

## 6. Учебно-методическое обеспечение программы

**Основными формами** тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;
- групповые теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- сдача контрольно переводных нормативов.

Основной формой является групповое тренировочное занятие. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть включает в себя построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями.

Основная часть направлена на решение главных задач занятия.

Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий.

**Рекомендации по организации образовательного процесса.** На время командировок и болезни тренера-преподавателя предусматривается самостоятельная работа. На самостоятельное обучение предпочтительнее выносить такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка. Тренер-преподаватель осуществляет контроль за самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалов и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий и другие формы).

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности.

**Воспитательная работа.** Воспитание – это целенаправленное управление процессом развития личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Тренер-преподаватель решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы (команды), учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты ребенка, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по решению собственных проблем.

Функции тренера-преподавателя при построении воспитательной работы в коллективе:

- организация разнообразной деятельности в коллективе;
- забота о развитии каждого обучающегося;
- помощь в решении возникающих проблем.



Основой формирования коллектива является цель, достижению которой подчинена деятельность его членов. Намеченная цель должна показывать коллективу возможности развития и перспективы. В спорте такой перспективой будет победа в матче, турнире, первенстве. Достижение одной цели должно сопровождаться постановкой другой, более сложной.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, лекций, экскурсий, участия в различных праздниках, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебно-тренировочным занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

Содержание сотрудничества тренера – преподавателя с родителями включает три основных направления:

- психолого-педагогическое просвещение родителей (родительские университеты, индивидуальные и тематические консультации);
- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс (дни творчества детей и их родителей, открытые уроки, укрепление материально-технической базы МАОУ «СШОР № 4 по волейболу», шефская помощь, совместные мероприятия детей и родителей);
- участие семей обучающихся в управлении учебно-воспитательным процессом в МАОУ «СШОР № 4 по волейболу» (участие родителей в работе попечительского совета школы, участие в работе общественного совета содействия семье и школе).

В работе с юными спортсменами применяется широкий круг средств и методов воспитания.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов

Воспитательная работа должна создавать условия для самосовершенствования и саморазвития, самоактуализации каждого обучающегося.

Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности, формирование спортивного характера.

**Требования техники безопасности.** В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по волейболу, лёгкой атлетике, при проведении спортивных соревнований.

## 7. Материально-техническое оснащение

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы по волейболу необходимы:

<b>№</b>	<b>Наименование оборудования</b>	<b>Количество</b>
1	Спортивный зал	1
2	Раздевалки для спортсменов	1
3	Волейбольные стойки	2
4	Волейбольная сетка	1
5	Мячи теннисные	15
6	Мячи волейбольные	15
7	Скакалки	15

## Список литературы

1. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2009 г.
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: Физическая культура и спорт, 1980 г.
3. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие. – М.: Физическая культура и спорт, 1987 г.
4. Спортивные игры: Техника. Тактика. Методика обучения: учебник для студентов высших пед. учебных заведений / под редакцией Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М.: Академия, 2002 г.
5. Жуков М.Н. Подвижные игры: учебник для пед. вузов. – М.: Академия, 2000 г.
6. Никитушкин В.Г. Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта – М.: ИКА, 1998г.



