Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец пионеров и школьников им. Н.К. Крупской г. Челябинска»

РЕКОМЕНДОВАНО
Экспертным советом
МАУДО «ДПШ»
Протокол №3 от 17.04.2026

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «ДПШ»
_____ Ю.В. Смирнова
Приказ МАУДО «ДПШ»
№275-ОД от 20.04.2026

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа «Волейбол»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 6,5-12 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов по программе: 148 часов
Год разработки программы: 2024

**Авторы-составители:**
Гучанов Ильсур Мансурович,
педагог дополнительного образования

Челябинск, 2026 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. Пояснительная записка ..... 3
Раздел 2. Содержание Программы ..... 8
2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» ..... 8
2.2. Содержание учебного плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» ..... 9
Раздел 3. Воспитательная деятельность ..... 20
Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы ..... 20
Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации Программы ..... 26
5.1. Методические материалы ..... 26
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ..... 27
5.2 Материально-техническое обеспечение и оснащенность образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол» ..... 28
Приложение 1 ..... 29
Приложение 2 ..... 30
Приложение 3 ..... 32

## Раздел 1. Пояснительная записка

**Перечень нормативно-правовых актов:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 08.03.2026).

2. Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 20.02.2026).

3. Стратегия реализации молодёжной политики в Российской Федерации на период до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 №2233-р).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (ред. от 24.12.2025).

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») (ред. от 24.12.2025).

6. Паспорт федерального проекта «Всё лучшее детям» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Молодёжь и дети»).

7. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (ред. от 17.12.2025).

8. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изм. и доп. от 21.04.2023).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

14. Методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобранауки России совместно с ГАОУ ВО «МГПУ», ФГАУ «ФИРО» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование» (письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015).

15. Закон Челябинской области от 30.08.2013 №515-ЗО «Об образовании в Челябинской области» (ред. от 29.07.2024).

16. Локальные акты МАУДО «ДПШ».

**Направленность Программы «Волейбол»** (далее - Программа): физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения Программы:** базовый.

**Актуальность Программы** обусловлена тем, что развитие массового спорта и вовлечение детей в регулярные занятия физической культурой является одним из приоритетов государственной политики в сфере спорта. Волейбол как командный вид спорта способствует гармоничному развитию детей, формированию навыков сотрудничества и командной работы. Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» ставит задачу увеличения доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом. Реализация образовательной программы по волейболу способствует достижению данной цели.

Согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года, одним из ключевых направлений является вовлечение детей и подростков в систематические занятия физической культурой и спортом, в том числе в командных видах спорта. Волейбол является одним из приоритетных видов спорта в данной стратегии. Волейбол развивает координацию, ловкость, быстроту реакции, что важно для гармоничного физического развития обучающихся. Волейбол является одним из самых массовых и популярных видов спорта среди детей, так как не требует больших финансовых затрат, инвентарь и площадки доступны во многих школах и спортивных центрах.

Родители заинтересованы в физическом и социальном развитии детей, волейбол отвечает этим запросам. Программа позволит родителям организовать досуг ребенка, обеспечить ему занятия спортом.

Занятия волейболом в детском возрасте могут стать основой для дальнейшего развития спортивных навыков и построения карьеры.

В целом, Программа отвечает потребностям всестороннего развития ребенка, является доступной и популярной, а также может стать основой для дальнейших спортивных достижений.

**Воспитательный потенциал Программы**

На занятиях в рамках реализации Программы оказывается существенное воспитательное воздействие на обучающегося, способствующее включению воспитанников в систематические занятия спортом, воспитывающие чувство

коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки; дисциплинированность; морально-волевые качества; формируя самопознание, ценности, наполняя жизнь смыслом.

В содержание Программы включены темы: «Мой Дворец», «Мой выбор». Тема «Мой Дворец» предполагает знакомство с историей и традициями Дворца. Тема «Мой выбор» рассчитана на профессиональную ориентацию обучающихся.

**Отличительные особенности Программы:**

1. Упор на базовую подготовку:

- большое внимание уделяется обучению основным техническим элементам волейбола (передача, подача, прием мяча и т.д.);
- акцент на развитие координации, ловкости, быстроты реакции.

2. Игровой подход:

- большое количество игровых упражнений и подвижных игр с элементами волейбола;
- постепенное усложнение игровых ситуаций.

3. Безопасность:

- тщательный подбор упражнений с учетом возрастных особенностей обучающихся;
- постепенное усложнение нагрузок.

4. Индивидуальный подход:

- учет личных качеств и физических возможностей каждого обучающегося;
- гибкая система оценивания прогресса.

Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия на базе Муниципального автономного образовательного учреждения «Образовательный центр №5 г. Челябинска».

**Адресат Программы:** 6,5-12 лет.

*Младший школьный возраст -6,5-11 лет.* Ключевым, психолого-педагогическим аспектом данного возрастного периода является развитие психики детей на основе ведущей деятельности – учения. Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, своего рода созерцательной любознательностью. Восприятие на этом уровне психического развития связано с практической деятельностью ребёнка.

*Средний школьный возраст - 12-14 лет.* Одним из ключевых факторов, характеризующих средний школьный возраст, является развитие мышления. Идеальная форма – то, что ребенок осваивает в этом возрасте, с чем он реально взаимодействует, - это область моральных норм, на основе которых строятся социальные взаимоотношения. Общение со своими сверстниками – ведущий тип деятельности в этом возрасте. В данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Период характеризуется особенным вниманием ребёнка к собственным недостаткам.

Объем, структура, содержание, формы и методы обучения определены в соответствии с возрастными, физиологическими и психологическими особенностям обучающихся.

Данная Программа может быть освоена обучающимися с ОВЗ (по запросу родителей (законных представителей) обучающихся. В данном случае составляется

индивидуальный учебный план освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Оптимальное количество обучающихся по Программе (в одной группе) – 15 человек.

**Цель Программы:** всестороннее развитие и формирование здорового образа жизни обучающегося, посредством занятий волейболом.

**Задачи Программы:**

*Личностные:*

- формирование основ социального взаимодействия;
- формирование потребности в постоянном поиске форм физического совершенствования на основе полученных ценностных ориентаций.

*Метапредметные:*

- развитие навыков конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений;
- формирование общетрудовых умений и навыков (планировать последовательность действий; выполнять и контролировать ход работы и т.п.).

*Предметные (образовательные):*

- освоение базовых технических элементов волейбола (передача, подача, прием мяча);
- формирование игровых навыков и тактического мышления;
- знакомство с правилами игры в волейбол.

**Планируемые образовательные результаты** освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

*Личностные:*

- сформированы основы социального взаимодействия;
- сформированы потребности в постоянном поиске форм физического совершенствования на основе полученных ценностных ориентаций.

*Метапредметные:*

- развиты навыки конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений;
- сформированы общетрудовые умения и навыки (планировать последовательность действий; выполнять и контролировать ход работы и т.п.).

*Предметные (образовательные):*

- освоены базовые технические элементы волейбола: обучающиеся освоили технику верхней и нижней передачи мяча; прямой подачи (нижней, верхней); технику приема мяча снизу и сверху;
- обучающиеся научились применять освоенные технические элементы в игровых ситуациях и понимают основные тактические действия в нападении и защите; умеют взаимодействовать с партнерами; развито игровое мышление, способность принимать решения в игровых ситуациях;
- обучающиеся знают основные правила игры в волейбол, такие как размеры площадки, количество игроков, счет, ошибки и нарушения.

**Объем Программы:** 148 часов.

**Формы обучения:** очная. Программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий.

**Виды занятий**: практическое занятие, беседа, объяснение, спортивное соревнование.

**Срок освоения Программы:** 1 год.

**Режим занятий**: два раза в неделю по 2 академических часа; перерыв между занятиями 10 мин.

Условием приема обучающихся на Программу является наличие допуска-справки от врача о состоянии здоровья. В состав объединения необходимо включать обучающихся основной и подготовительной медицинских групп, прошедших медицинский осмотр и по результатам осмотра, имеющих допуск к занятиям в секции спортивных игр «волейбол».

**Формы контроля:**

Текущий контроль: опрос.

Итоговый контроль: контрольное занятие.

## Раздел 2. Содержание Программы

### 2.1 Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»

Предмет: «Физическая культура»

| № п/п | Наименование разделов и тем | Общее кол-во часов | Из них: | | Форма аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | теория | практика | |
| **1.** | **Раздел 1. Открываем мир волейбола** | **10** | **10** | **-** | |
| 1.1 | «Мой Дворец». Ведение в Программу. Правила поведения и техника безопасности на занятиях | 2 | 2 | - | |
| 1.2 | Физическая культура в России. Краткий обзор развития волейбола | 2 | 2 | - | |
| 1.3 | Влияние физических упражнений на организм человека | 2 | 2 | - | |
| 1.4 | Основы техники и тактики, правила игры в волейбол, спортивные соревнования | 2 | 2 | - | |
| 1.5 | Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Текущий контроль | 2 | 2 | - | опрос |
| **2.** | **Раздел 2. Общая физическая подготовка** | **40** | **-** | **40** | |
| 2.1 | Упражнения без предметов и с предметами | 8 | - | 8 | |
| 2.2 | Акробатические упражнения | 8 | - | 8 | |
| 2.3 | Легкоатлетические упражнения | 8 | - | 8 | |
| 2.4 | Спортивные и подвижные игры | 8 | - | 8 | |
| 2.5 | Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий | 8 | - | 8 | |
| **3.** | **Раздел 3. Специальная физическая подготовка** | **48** | **-** | **48** | |
| 3.1 | Бег с остановками и изменениями направления | 6 | - | 6 | |
| 3.2 | Упражнения для развития прыгучести | 6 | - | 6 | |
| 3.3 | Упражнения с отягощениями (мешки с песком, штанги, пояса, манжеты) приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, прыжки на обеих ногах | 6 | - | 6 | |
| 3.4 | Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча | 6 | - | 6 | |
| 3.5 | Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач | 8 | - | 8 | |
| 3.6 | Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении | 8 | - | 8 | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | нападающих ударов | | | | |
| 3.7 | Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании | 8 | - | 8 | |
| **4.** | **Раздел 4. Технико-тактическая подготовка** | **50** | **2** | **48** | |
| 4.1 | Техническая подготовка. Техника нападения | 8 | - | 8 | |
| 4.2 | Техническая подготовка. Техника защиты | 8 | - | 8 | |
| 4.3 | Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху и снизу | 6 | - | 6 | |
| 4.4 | Отработка техники подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая) | 6 | - | 6 | |
| 4.5 | Развитие навыков игры в нападении (атакующие удары, розыгрыш мяча) | 6 | - | 6 | |
| 4.6 | Командные тактические взаимодействия в нападении и защите | 6 | - | 6 | |
| 4.7 | Игровая практика и соревновательная деятельность | 6 | - | 6 | |
| 4.8 | «Мой выбор»: профессии волейбольного мира | 2 | 2 | - | |
| 4.9 | Итоговое занятие «Волейбол». Промежуточная аттестация | 2 | - | 2 | контрольное занятие |
| | **Итого:** | **148** | **12** | **136** | |

## 2.2 Содержание учебного плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»

**Раздел 1. Открываем мир волейбола (10 часов).**

**Тема 1.1 «Мой Дворец». Ведение в Программу. Правила поведения и техника безопасности на занятиях (2 часа).**

Теория (2 часа).

Беседа о Дворце пионеров и школьников им. Н.К. Крупской и его традициях. Вводный инструктаж по технике безопасности. Общие правила безопасности. Правила поведения на площадке. Специфические рекомендации для волейбола:

- Как правильно падать и избегать травм.
- Использование правильной обуви и одежды.
- Исправность инвентаря (мяч, сетка и т.д.). Обсуждение важности правил поведения и техники безопасности на занятиях по волейболу.

**Тема 1.2 Физическая культура в России. Краткий обзор развития волейбола (2 часа).**

Теория (2 часа).

Беседа: Что такое физическая культура и почему она важна для здоровья и развития.

Объяснение: что такое волейбол. Определение волейбола. История волейбола в России. Первые соревнования и развитие игры. Запуск первых турниров и популяризация волейбола среди молодежи. Развитие волейбола: формирование федераций и спортивных организаций. Создание Всероссийской федерации волейбола. Участие в международных соревнованиях. Первые успехи российских команд на чемпионатах мира и Олимпийских играх. Развитие пляжного волейбола в России. Упоминание о выдающихся спортсменах. Примеры известных игроков и их достижения. Влияние волейбольных успехов на популяризацию спорта в стране.

**Тема 1.3 Влияние физических упражнений на организм человека (2 часа).**

Теория (2 часа).

Что такое физические упражнения: объяснение понятия физических упражнений. Различные виды физических упражнений: аэробные, силовые, гибкости. Влияние физических упражнений на организм. Особенности волейбольных упражнений: какие упражнения характерны для волейбола; как они влияют на различные группы мышц. Польза от игры в волейбол

**Тема 1.4 Основы техники и тактики, правила игры в волейбол, спортивные соревнования (2 часа).**

Теория (2 часа).

Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Костюм игроков. Начало игры и подача. Перемена подачи. Удары по мячу. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология. Спортивные соревнования, их организация и проведение. Роль соревнований в подготовке занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований, подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях. Спортивные соревнования по волейболу. Разновидности соревнований: школьные турниры, клубные соревнования, чемпионаты.

**Тема 1.5 Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Текущий контроль (2 часа).**

Теория (2 часа).

Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Временные ограничения и противопоказания к занятиям, предупреждение травм при физкультурно-спортивных занятиях, доврачебная помощь пострадавшим. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль. Режим дня и питание. Гигиена тренировочного процесса. Текущий контроль. Обучающиеся отвечают на заранее подготовленные вопросы. Опрос может проводиться в устной или письменной форме. Педагог оценивает качество ответов на основании разработанных критериев.

**Раздел 2 Общая физическая подготовка (40 часов).**
**Тема 2.1 Упражнения без предметов и с предметами (8 часов).**
Практика (8 часов).
1. Разминка - общеразвивающие упражнения:
- Круговые вращения головой, плечами и тазом.
- Наклоны туловища и ноги (вперед, в стороны).
- Прыжки на месте.
- Игровая разминка:
Игра «Передай мяч»: обучающиеся в кругу передают мяч друг другу, при этом выполняют упражнения (приседания, наклоны и т.д.) перед передачей мяча.
2. Выполнение упражнений без предметов:
- Приседания (15 раз).
- Отжимания от пола (по возможности; можно от колен) (10 раз).
- Выпады вперед (по 10 на каждую ногу).
- Планка (30 секунд).
Игровая часть: «Светофор»: обучающиеся выполняют упражнения в соответствии с цветом светофора, который поднимает педагог. Красный - стоим, желтый - наклоны, зеленый - прыжки.
3. Упражнения с предметами:
- Введение предметов (мячи, скакалки, бутылки с водой и т.д.): передача мяча по кругу, используя разные виды движений (наклоны, приседания).
- Прыжки через скакалку (по 1-2 минуты, меняя скорость).
- Упражнение с бутылками (передача с одной стороны на другую, выполнение приседаний с бутылкой в руках).
- Комплексная игра с предметами: «Эстафета с предметами»: разбить на команды, пройти полосу препятствий с мячом или скакалкой, включить различные элементы ОФП. Расслабляющие упражнения на растяжку (наклоны, повороты).

**Тема 2.2 Акробатические упражнения (8 часов).**
Практика (8 часов).
Разминка: ОРУ, упражнения на растяжку. Обучение группировке, перекатам вперед и назад. Обучение стойке на лопатках, «березке». Обучение кувырку вперед и назад. Упражнения на развитие гибкости: мост, шпагаты. Упражнения на развитие силы: отжимания, подъем туловища. Развитие равновесия: ходьба по гимнастической скамейке, упражнения на одной ноге. Игры и эстафеты с акробатическими элементами.

**Тема 2.3 Легкоатлетические упражнения (8 часов).**
Практика (8 часов).
Выполнение разминки: выполнение разнообразных разминочных упражнений (прыжки, бег, махи руками и ногами) для подготовки мышц к дальнейшей нагрузке.
Обучение основным легкоатлетическим упражнениям:
- Бег на короткие дистанции;
- Прыжки в длину;

- Метание мяча;
- Прыжки через препятствие.

Разделение обучающихся на группы и выполнение упражнений под руководством педагога. Контроль за правильным выполнением техники упражнений и исправление ошибок. Растяжка. Легкоатлетические упражнения включают упражнения в беге, прыжках и метаниях. Бег — 20, 30 м., повторный бег, эстафетный бег, бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями, кросс; прыжки через планку, в высоту с разбега, в длину, с места и разбега. Метания малого мяча в стенку или в щит на дальность отскока, на дальность, метание гранаты.

**Тема 2.4 Спортивные и подвижные игры (8 часов).**

Практика (8 часов).

Разминка (бег, ходьба, общеразвивающие упражнения). Спортивные и подвижные игры: баскетбол, ручной мяч, футбол, бадминтон. Обучение основным приемам техники игры в нападении и защите. Индивидуальные тактические действия и простейшие взаимодействия игроков в защите и нападении. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Перестрелки», «Пионербол» и др. Эстафета с элементами волейбола (передача, прием мяча).

**Тема 2.5 Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий (8 часов).**

Практика (8 часов).

Обучение технике передачи мяча сверху, снизу, подачи.

Упражнения на быстрые ответные действия:

- Упражнение «Быстрая реакция»: обучающиеся стоят в шеренге, педагог бросает мяч в разные стороны, дети ловят мяч.
- Упражнение «Волейбольный теннис»: обучающиеся делятся на пары, перебрасывают мяч через сетку, стараясь как можно быстрее отбить его обратно.
- Подвижная игра «Охотники и утки»: обучающиеся делятся на 2 команды, одна команда – «охотники», другая – «утки», «охотники» стараются попасть мячом в «уток».
- Бег по сигналу из исходных положений: стойка волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии), с приставными шагами и т.д.

**Раздел 3. Специальная физическая подготовка (48 часов).**

**Тема 3.1 Бег с остановками и изменениями направления (6 часов).**

Практика (6 часов).

Челночный бег на 5, 6, 10 м., с продвижение лицом вперед, затем спиной и т.д. Бег в колонне по одному приставными шагами с выполнением заданий: ускорение, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот, прыжок, падение, перекат и т.д. Подвижные игры: «День и ночь», «Вызов», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салочки», специальные эстафеты с

выполнением перечисленных заданий в разнообразных сочетаниях и преодолением препятствий.

**Тема 3.2 Упражнения для развития прыгучести (6 часов).**

Практика (6 часов).

Обучение технике выполнения прыжковых упражнений. Разминка: ОРУ, упражнения на растяжку. Специальные беговые упражнения. Прыжки вверх с места (5-6 подходов по 10-12 прыжков). Прыжки вверх с разбега (5-6 подходов по 8-10 прыжков). Многоскоки (5-6 серий по 6-8 прыжков). Прыжки через скамейку (5-6 подходов по 10-12 прыжков). Челночный бег на 5, 6, 10 м., с продвижение лицом вперед, затем спиной и т.д. Бег в колонне по одному приставными шагами с выполнением заданий: ускорение, остановка, изменение направления или способа передвижения, поворот, прыжок, падение, перекат и т.д. Подвижные игры: «День и ночь», «Вызов», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салочки», специальные эстафеты с выполнением перечисленных заданий в разнообразных сочетаниях и преодолением препятствий.

Игра «Волейбол» с акцентом на прыжковые элементы.

**Тема 3.3 Упражнения с отягощениями (мешки с песком, штанги, пояса, манжеты) приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, прыжки на обеих ногах (6 часов).**

Практика (6 часов).

Обучение технике приседаний с отягощениями. Выпрыгивание вверх из приседа с отягощениями. Прыжки на обеих ногах с отягощениями (пояса, манжеты). Подвижная игра с элементами прыжков и приседаний. Многократные броски набивного мяча над собой в прыжке и ловля после приземления. Прыжки на одной и на обеих ногах в движении, то же с отягощением, напрыгивание на тумбу с постепенным увеличением высоты и количества прыжков, спрыгивание, прыжки с преодолением препятствий, с доставанием подвешенного предмета, прыжки на скакалке, через рвы, канавы.

**Тема 3.4 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча (6часов).**

Практика (6 часов).

1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на внимание.
2. Упражнения на развитие ловкости:
- Ведение мяча в движении с изменением направления.
- Передача мяча в парах с перемещением.
- Прием мяча от стены с последующей передачей.
3. Упражнения на развитие быстроты реакции:
- Ловля мяча, брошенного партнером.
- Перемещения по сигналу тренера с последующим приемом мяча.
- Игра «Салки с мячом».
4. Упражнения на совершенствование техники приема и передач мяча:

- Передача мяча в парах, тройках.
- Прием мяча снизу, сверху двумя руками.
5. Учебная игра в волейбол с акцентом на технику приема и передач.
Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в различных положениях, с опорой о стену одновременное и попеременное сгибание и разгибание рук, в упоре лежа — передвижение на руках вправо, влево, по кругу, носки ног на месте. Многократные броски набивного мяча от груди двумя руками и ловля, на дальность. Многократные передачи, броски и ловля д баскетбольных и набивных мячей. Упражнения с гантелями, с кистевым эспандером.

**Тема 3.5 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач (8 часов).**
Практика (8 часов).
1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие координации.
2. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач:
- Броски и ловля мяча в парах, тройках (с акцентом на точность).
- Упражнения на гибкость и подвижность плечевого пояса.
- Прыжковые упражнения с акцентом на взрывную силу.
3. Обучение технике различных видов подач:
- Нижняя прямая подача.
- Верхняя прямая подача.
- Боковая подача.
- Подача с вращением.
4. Подвижные игры с элементами подач.
Круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой. Упражнения с резиновыми амортизаторами. Упражнения с набивными мячами. Броски из-за головы двумя руками с максимальных прогибанием при замахе, броски через сетку из-за лицевой линии в пределах площадки и на точность. Подача мяча слабейшей рукой.

**Тема 3.6 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов (8 часов).**
Практика (8 часов).
1. Разминка: общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения.
2. Прыжковые упражнения:
- Многоскоки с доставанием подвешенного предмета.
- Прыжки вверх с доставанием предмета.
- Прыжки вверх с поворотом.
3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:
- Броски набивного мяча из-за головы.
- Рывки с ускорением.
- Имитация нападающего удара.
4. Обучение технике нападающего удара:

- Имитация замаха и удара по мячу.
- Нападающий удар с собственного подбрасывания.
- Нападающий удар после передачи партнера.

5. Игровые упражнения с элементами нападающего удара.
6. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке, броски через сетку. Имитация прямого нападающего удара, держа в руках мешочки с песком. Метание теннисного мяча в цель на стене или полу с места, с разбега, после поворота, в прыжке, то же через сетку. Соревнования на точность метания малых мячей. Совершенствование ударного движения нападающего удара по мячу, укрепленном на резиновом амортизаторе, то же с отягощением. Работа в парах.

**Тема 3.7 Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании (8 часов).**

Практика (8 часов).

1. Прыжковые упражнения в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного набивного, волейбольного мяча. Стоя у стены с 6/6 мячом в руках, подбросить мяч вверх, подпрыгнуть и двумя руками отбить его в стену, приземлившись, поймать мяч и т.д. Мяч отбивать в высшей точке взлета. Партнер выполняет отвлекающие и обманные движения. Передвижение вдоль сетки лицом к ней приставными шагами правым и левым боком, остановка и принятие исходного положения для блокирования, то же, спиной к сетке и с поворотом на 180гр., на расстоянии 1-1,5м. Передвижение вдоль сетки, остановка, прыжок вверх с выносом рук над сеткой, то же по сигналу. Зеркальное выполнение движений в паре вдоль сетки.
2. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость.
3. Упражнения для развития прыгучести: многоскоки, прыжки вверх с доставанием предмета, прыжки через барьеры.
4. Имитация техники блокирования у стены, у сетки.
5. Упражнения в парах у сетки: блокирование ударов партнера.
6. Учебная игра в волейбол с акцентом на блокирование.

**Раздел 4. Технико-тактическая подготовка (50 часов).**

**Тема 4.1 Техническая подготовка. Техника нападения (8 часов).**

Практика (8 часов).

1. Перемещения и стойки: стойки основная, низкая; ходьба, бег, перемещения приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.
2. Передачи: передача мяча сверху двумя руками: подвешенного на шнуре; над собой — на месте и после перемещения различными способами; с набрасываниями партнера — на месте и после перемещения; в парах; в треугольнике: зоны 6-3-4, 6-3-2, 1-3-2; передачи в стену с изменением высоты и расстояния — на месте и в сочетании с перемещениями; на точность с собственного подбрасывания и партнера.

3. Отбивание мяча кулаком через сетку в непосредственной близости от нее: стоя на площадке и в прыжке, после перемещения.
4. Подачи: нижняя прямая (боковая); подача мяча в держателе (подвешенного на шнуре); в стену — расстояние 6-9м, отметка на высоте 2м.; через сетку — 9 расстояние 6, 9м.; из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую половины площадки.
5. Нападающие удары: прямой нападающий удар; ритм разбега в три шага; ударное движение кисти по мячу: стоя на коленях на гимнастическом мосте, стоя у стены, по мячу на резиновых амортизаторах, бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбегу; удар по мячу в держателе через сетку в прыжке с разбега; удар через сетку по мячу, подброшенному партнером; удар с передачи. Ходьба, бег со средней скоростью на дорожке. Подъемы и спуски на одноступенчатую лесенку. Подъемы и спуски на двухступенчатую лесенку.
6. Объяснение и показ техники нападения в волейболе:
- Стойка и перемещения нападающего игрока.
- Техника выполнения нападающего удара.
- Техника выполнения подачи.
7. Упражнения для обучения технике нападения:
- Имитация нападающего удара.
- Передача мяча над собой с последующим нападающим ударом.
- Подача мяча через сетку.
- Игровые упражнения с акцентом на нападение.

**Тема 4.2 Техническая подготовка. Техника защиты (8 часов).**
Практика (8 часов).
1. Перемещения и стойки: то же, что в нападении, внимание низким стойкам; скоростные перемещения на площадке и вдоль сетки; сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро.
2. Прием сверху двумя руками: прием мяча после отскока от стены (расстояние 1 2м.); после броска партнером через сетку (расстояние 4-6м.); прием нижней прямой подачи.
3. Прием снизу двумя руками: прием подвешенного мяча, наброшенного партнером — на месте и после перемещения; в парах направляя мяч вперед вверх, над собой, один на месте, второй перемещается; жонглирование стоя и на месте и в движении; прием подачи и первая передача в зону нападения.
4. Блокирование: одиночное блокирование поролоновых, резиновых мячей «механическим блоком» в зонах 3,2,4; «ластами» на кистях — стоя на подставке и в прыжке; ударов по мячу в держателе.
Выполнение упражнений: сгибание, выпрямление рук в упоре на брусьях или в упоре лежа, сгибание, выпрямление рук в упоре на стуле или низкой опоре, сгибание, выпрямление рук в упоре стоя у высокой опоры.
5. Обучение технике перемещений в защите (приставные шаги, скачки, выпады).
6. Обучение технике приема мяча снизу (исходное положение, движение рук, приземление).

7. Обучение технике блокирования (исходное положение, выход к сетке, прыжок, постановка рук).
8. Подвижные игры и эстафеты, направленные на закрепление защитных действий.

**Тема 4.3 Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху и снизу (6 часов).**

Практика (6 часов).

1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие координации.
2. Повторение техники приема и передачи мяча сверху и снизу:
- Передача мяча сверху двумя руками на месте.
- Передача мяча сверху двумя руками в движении.
- Прием мяча снизу двумя руками на месте.
- Прием мяча снизу двумя руками в движении.
3. Упражнения для совершенствования техники:
- Передача мяча сверху двумя руками в парах.
- Прием мяча снизу двумя руками в парах.
- Передача мяча сверху двумя руками через сетку.
- Прием мяча снизу двумя руками через сетку.
4. Подвижные игры с элементами волейбола:
- «Пас через сетку»:

Описание игры:

- Дети делятся на две команды и встают по разные стороны сетки (или веревки, натянутой на высоте 2 метров).
- Каждая команда по очереди перебрасывает мяч через сетку, стараясь, чтобы он приземлился на стороне соперника.
- Игроки должны принять мяч и вернуть его обратно через сетку.
- Если мяч упал на стороне команды, то она получает штрафное очко.
- Выигрывает команда, набравшая меньше штрафных очков.
- «Не дай мячу упасть».

Описание игры:

- Дети встают в круг, один ребенок в центре с мячом.
- Ребенок в центре подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков в круге.
- Названный игрок должен успеть подбежать, принять мяч и передать его обратно в центр, не давая мячу упасть на пол.
- Если мяч упал, то игрок, который не смог его поймать, становится в центр с мячом.
- Игра продолжается, пока все дети не побывают в центре.

**Тема 4.4 Отработка техники подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая) (6 часов).**

Практика (6 часов).

1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие гибкости, координации движений.
2. Повторение техники выполнения нижней прямой и верхней прямой подачи:

- Показ и объяснение техники выполнения подач.
- Отработка техники подач у стены.
3. Упражнения на совершенствование техники подач:
- Подача мяча через сетку с разной дистанции.
- Подача мяча в заданные зоны площадки.
- Подача мяча на точность (в цель).
4. Двусторонняя игра с акцентом на выполнение подач.

**Тема 4.5 Развитие навыков игры в нападении (атакующие удары, розыгрыш мяча) (6 часов).**

Практика (6 часов).

1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на развитие координации.
2. Совершенствование техники выполнения атакующих ударов:
- Отработка нападающего удара (с собственного подброса, с передачи партнера).
- Отработка бокового удара (с собственного подброса, с передачи партнера).
- Отработка взаимодействий игроков при розыгрыше мяча в нападении:
3. Выполнение передач на удар.
4. Выполнение передач для организации контратаки.
5. Игровые упражнения с акцентом на нападающие действия.

**Тема 4.6 Командные тактические взаимодействия в нападении и защите (6 часов).**

Практика (6 часов).

1. Общая разминка (бег, ОРУ, упражнения на гибкость).
2. Специальные беговые упражнения.
3. Имитационные упражнения с мячом.
4. Отработка взаимодействий в нападении:
- Упражнение «Передача мяча в тройках» (2 передачи, атака).
- Упражнение «Атака из зоны 4» (пас связующего, атака из зоны 4).
- Упражнение «Атака из зоны 2» (пас связующего, атака из зоны 2).
5. Отработка взаимодействий в защите:
- Упражнение «Страховка при атаке» (блокирующие, игроки в защите).
- Упражнение «Организация защитных действий» (игроки в защите, розыгрыш мяча).
6. Учебная игра с акцентом на командные действия в защите.

**Тема 4.7 Игровая практика и соревновательная деятельность (6 часов).**

Практика (6 часов).

1. Разминка: общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость и координацию.
2. Специальные беговые упражнения, прыжки.
3. Отработка техники приема и передачи мяча сверху и снизу в парах, тройках.
4. Выполнение нападающих ударов с различных зон площадки.
5. Учебная игра 6х6 с акцентом на командное взаимодействие в нападении и защите.

6. Разбор ошибок, допущенных обучающимися.
7. Игра-эстафета «Передай мяч».
Описание:
- Дети делятся на команды по 5-6 человек.
- Каждая команда выстраивается в колонну за линией старта.
- Первый игрок держит мяч в руках.
- По сигналу первый игрок передает мяч сверху или снизу следующему игроку в колонне.
- Игрок, получивший мяч, также передает его следующему и так до конца колонны.
- Последний игрок бежит с мячом в руках в начало колонны и становится первым.
- Игра продолжается до тех пор, пока первоначальный порядок команды не будет восстановлен.
- Выигрывает команда, первой вернувшая игрока с мячом на исходную позицию.

**Тема 4.8 «Мой выбор»: профессии волейбольного мира (2 часа).**
Практика (2 часа).
Рассказ о профессиях в волейболе: игрок (нападающий, связующий, либеро, блокирующий), тренер, судья, спортивный врач, спортивный массажист. спортивный психолог, спортивный менеджер.
Обсуждение каждой профессии:
- Что входит в обязанности представителя данной профессии?
- Какими качествами должен обладать специалист?
- Где можно получить образование по этой специальности?
Просмотр видеороликов или фотографий, иллюстрирующих работу специалистов в волейболе.

**Тема 4.9 Итоговое занятие «Волейбол». Промежуточная аттестация (2 часа).**
Практика (2 часа).
Итоговое занятие «Волейбол». Промежуточная аттестация. Обучающийся выполняет задания теоретического и практического уровня. Общая оценка выставляется как среднее арифметическое баллов, полученных в теоретической и практической частях.

## Раздел 3. Воспитательная деятельность

### 3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

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

**Задачами воспитания** по ДООП «Волейбол» являются:

- формирование коммуникативных навыков и способности к совместной работе;
- формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
- формирование здорового образа жизни: воспитание правильного питания, регулярных занятий спортом и отказа от вредных привычек.

Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях, что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети.

**Основные целевые ориентиры** воспитания детей ДООП «Волейбол»:

- формирование командного духа и умения работать в коллективе: тренировка сотрудничества, взаимопомощи и совместной работы для достижения общей цели.;
- воспитание ответственности за свои действия, уважение к окружающим и недопущение насилия и агрессии;
- развитие самоконтроля и силы воли: тренировка устойчивости к стрессам, умение преодолевать трудности и добиваться поставленных целей;
- формирование сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья, соблюдения правил личной и общественной безопасности;
- формирование установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;
- формирование установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

- воспитание высоких морально-этических норм и нравственных качеств у спортсмена - гражданина России;

- воспитание волевых проявлений, связанных со спортивной деятельностью, но имеющих непосредственное отношение к воспитанию общих черт характера, важных для трудовой и общественной деятельности.

**3.2. Формы и методы воспитания**

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основными формами воспитания по методу воздействия в ДООП «Волейбол» являются:

- получение информации об истории возникновения и развития волейбола; упоминание вклада советских спортсменов и тренеров в развитие волейбола; изучение биографий знаменитых спортсменов, которые оставили след в истории волейбола и т.д., как источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения (важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.):

- практические занятия обучающихся (учебно-тренировочные, подготовка к соревнованиям) - способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию умений в области целеполагания, планирования, укреплению внутренней дисциплины, дают опыт долгосрочной системной деятельности;

- участие в воспитательных мероприятиях коллектива/объединения, где проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи;

- итоговые мероприятия (соревнования) - способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, воспитывают ответственность, целеустремленность, самообладание, патриотизм, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу обучающихся.

В воспитательной деятельности с обучающимися по ДООП «Волейбол» используются следующие методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- методы самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

## 3.3. Условия осуществления воспитательного процесса, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на базе Муниципального автономного образовательного учреждения «Образовательный центр №5 г. Челябинска» в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организацияхс учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

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

Анализ результатов воспитания по программе предусматривает не определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижении в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, о влиянии воспитательных мероприятий в рамках реализации программы на коллектив обучающихся.

## 3.4. Календарный план воспитательной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

| № п/п | Название мероприятия | Цель мероприятия | Сроки | Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события |
|---|---|---|---|---|
| 1. | «Давайте познакомимся» | формирование благоприятной психологической атмосферы для дальнейших занятий в коллективе | сентябрь | фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте |
| 2. | Спортивный квест «Путь чемпиона» (квест с волейбольными | мотивация к личностному росту обучающихся, продвижение здорового образа жизни, гармоничное и всестороннее | декабрь | фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | заданиями, эстафетами, головоломками на тему волейбола) | развитие личности обучающихся, | | ВКонтакте |
| 3. | Спортивный праздник «Волейбольные забавы» (игровая программа с различными волейбольными активностями) | формирование устойчивого интереса к спортивному миру, профессиональная ориентация обучающихся; укрепление командного духа и здорового образа жизни | март | фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте |

## Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы

**Текущий контроль**

**Форма контроля:** опрос.

Обучающиеся отвечают на заранее подготовленные вопросы.

Опрос может проводиться в устной или письменной форме.

Педагог оценивает качество ответов на основании разработанных критериев.

| Форма контроля | Уровень освоение материала | Зачетные требования |
|---|---|---|
| опрос | низкий | - обучающийся демонстрирует недостаточные знания по большинству тем;<br>- может назвать лишь некоторые правила поведения и техники безопасности на занятиях волейболом;<br>- имеет ограниченные представления о развитии физической культуры и волейбола;<br>- слабо понимает влияние физических упражнений на организм человека;<br>- знает лишь базовые основы техники и тактики, правил игры в волейбол, а также спортивные соревнования;<br>- демонстрирует поверхностное понимание вопросов гигиены, врачебного контроля и самоконтроля |
| | средний | - обучающийся демонстрирует достаточные знания по большинству тем;<br>- может объяснить основные правила поведения и технику безопасности на занятиях волейболом;<br>- имеет общие представления о развитии физической культуры и волейбола;<br>- понимает влияние физических упражнений на организм человека;<br>- знает основы техники и тактики, правила игры в волейбол, а также некоторые спортивные соревнования;<br>- демонстрирует общее понимание вопросов гигиены, врачебного контроля и самоконтроля |
| | высокий | - обучающийся демонстрирует глубокие знания и понимание всех тем;<br>- может подробно объяснить правила поведения и технику безопасности на занятиях волейболом;<br>- имеет обширные знания о развитии физической культуры и волейбола;<br>- хорошо понимает влияние физических упражнений на организм человека;<br>- отлично знает основы техники и тактики, правила игры в волейбол, а также спортивные соревнования;<br>- демонстрирует глубокое понимание вопросов гигиены, врачебного контроля и самоконтроля |

**Промежуточная аттестация**

**Форма контроля:** контрольное занятие.

Обучающийся выполняет задания теоретического и практического уровня.

Общая оценка выставляется как среднее арифметическое баллов, полученных в

теоретической и практической частях.

| Форма контроля | Уровень освоение материала | Зачетные требования |
|---|---|---|
| Контрольное занятие | низкий | обучающийся допустил многочисленные ошибки в ответах на вопросы теоретической части; испытывает трудности в выполнении основных технических приемов; имеет поверхностные знания о тактических действиях в волейболе |
| | средний | обучающийся ответил правильно на большинство вопросов теоретической части; в целом владеет техникой выполнения основных приемов, но допускает незначительные ошибки; знает основные тактические действия, но не всегда может их правильно применить в игре |
| | высокий | обучающийся правильно ответил на все вопросы теоретической части; демонстрирует отличное владение техникой выполнения основных приемов (подача, прием, передача, нападающий удар); демонстрирует глубокое понимание тактических действий в волейболе (расстановка игроков, взаимодействие, выбор момента для атаки и т.д.) |

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» оцениваются по карте педагогического наблюдения (приложение 3).

Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» оцениваются специально подобранным психологическим инструментарием (приложение 3).

## Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации Программы

### 5.1. Методические материалы

*Форма обучения* – очная; с применением дистанционных образовательных технологий.

*Основные формы учебных занятий:*

1.Беседа – диалогический метод обучения, при котором преподаватель путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит обучающегося к пониманию нового материала или проверяет усвоение уже изученного.

2.Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения.

3.Объяснение – словесный метод обучения, заключающийся в истолковании закономерностей, существенных свойств изучаемых объектов, отдельных понятий, фактов или явлений при изучении, как правило, теоретического материала различных наук, при раскрытии коренных причин и следствий в явлениях природы и общественной жизни.

4. Соревнование (конкурс, турнир) – учебные, познавательные конкурсы основываются на принципах соревновательности, интереса, быстрой реакции; в ходе занятия группа делится на две команды, которые соревнуются между собой. Судейская бригада ставит баллы командам (оцениваются теоретические знания, реакция, полнота и оригинальность ответов, приобретенные практические умения и навыки);

*Методы обучения*: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, метод круговой тренировки.

*Форма организации образовательного процесса*: индивидуальная и групповая.

*Методы воспитания*: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

*Педагогические технологии*: технология коллективного взаимообучения, здоровьесберегающие технологии и др.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Основная литература*


1. Банников, А.М., Костюков В.В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001. – 100с.
2. Волейбол / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - Москва, 2000. – 99с.
3. Железняк, Ю.Д., Ивойлов, А.В. Волейбол. - Москва, 1991. – 122с.
4. Железняк, Ю.Д. К мастерству в волейболе. - Москва, 1978. – 99с.
5. Железняк, Ю.Д. Юный волейболист. - Москва, 1988. – 76с.
6. Железняк, Ю.Д., Кунянский, В.А. У истоков мастерства. - Москва, 1998. – 111с.
7. Марков, К. К. Руководство тренера по волейболу. - Иркутск, 1999. – 112с.
8. Марков, К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999. – 200с.
9. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999. – 188с.
10. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофмана. – Москва, 1998. – 200с.
11. Никитушкип, В.Г., Губа, В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. - Москва, 1998. – 213с.
12. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - Москва, 1982. – 88с.
13. Платонов, В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997. – 244с.
14. Система подготовки спортивного резерва. - Москва, 1999. – 100с.
15. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - Москва, 1995. – 111с.


Литература для обучающихся:


1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В.С.Родиченко и др. - Москва, 2005. - 144 с.
2. Клещев, Ю.Н. Юный волейболист. – Москва: Физкультура и спорт, 1989. – 33с.
3. Фурманов, А.Г. Волейбол на лужайке, в парке, во дворе. - Москва: Физкультура и спорт. 1982. – 44с.
1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания [Текст]/ Б.А. Ашмарин - Москва: Физкультура и спорт, 1990. – 235 с.
2. Барбара, Л. Волейбол [Текст]./. Л.Барбара, Б. Фергюсон; - Москва: ООО «Издательство АСТ», 2004. - 180 с.
3. Белинович, В.В. Обучение в физическом воспитании [Текст]/ В.В. Белинович. - Москва: Физкультура и спорт, 2000. - 240 с.
4. Беляев, А. В., Савин, М. В., Волейбол [Текст]/ А. В. Беляев, М. В. Савина, - Москва: Физкультура, образование, наука, 2000. - 368 с., ил.
5. Васильев, Г.В. Значение общей физической подготовки для спортсмена [Текст]./. Г.В.Васильев. - Москва: ФиС, 2004. - 158 с.

6. Волейбол. [Текст]/ Под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина, - 3 изд., перераб. и доп. - Москва: Физкультура и спорт. 2006. – 360 с.
7. Габай, Т.В. Педагогическая психология [Текст]/ Т.В. Габай. - Москва: Издательский центр «Академия», 2005. - 240 с.
8. Гандельсман, А.Б. Физическое воспитание детей школьного возраста [Текст]/ А. Б. Гандельсман, Д.М. Смирнов. - Москва: Просвещение, 1986. - 398 с.
9. Голомазов, В.А. Волейбол в школе [Текст]/ В.А. Голомазов. Москва: «Просвещение». 1976. - 348с.

## 5.2 Материально-техническое обеспечение и оснащенность образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

| № п/п | Наименование основного оборудования | Кол-во единиц |
|---|---|---|
| I. Печатные пособия | | |
| 1. | Дополнительная общеобразовательная программа | 1 |
| 2. | Инструктаж по работе в спортивном зале | 1 |
| 3. | Видеоматериалы о технических приёмах в волейболе | 6 |
| II. Учебно-практическое (учебно-лабораторное, специальное, спортивный инвентарь, инструменты и т.п.) оборудование | | |
| 1. | Волейбольные мячи | 10 |
| 2. | Инвентарь для проведения занятий (фишки, конусы, скакалки, утяжелители и т.д.). | 15 |
| 3. | Гимнастические маты | 10 |
| 4. | Шведская стенка | 2 |
| 5. | Комплекты индивидуальной экипировки волейболиста (спортивная форма соревновательная) | 15 |
| 6. | Секундомер | 5 |
| III. Мебель | | |
| 1. | Шкаф для хранения одежды | 2 |
| 2. | Скамейка для раздевалки | 4 |

**Приложение 1**

# Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» на 2026-2027 учебный год

Комитет по делам образования города Челябинска

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования "Дворец пионеров и школьников им. Н.К. Крупской г. Челябинска"

Утверждаю: Директор МАУДО "ДПШ"
_____ Ю.В. Смирнова
1 сентября 2026 г.

Первый заместитель директора _____
А.А. Завьялов
1 сентября 2026 г.

**Календарный учебный график**

Филиал на 2026-2027 год

| название программы, группа | Сентябрь | | | | | Октябрь | | | | Ноябрь | | | | Декабрь | | | | | Январь | | | | Февраль | | | | Март | | | | | Апрель | | | | Май | | | | Июнь | | | | | Июль | | | | Август | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 31 августа-6 сентября | 7-13 сентября | 14-20 сентября | 21-27 сентября | 28 сентября -4 октября | 5-11 октября | 12-18 октября | 19-25 октября | 26 октября-1 ноября | 2-8 ноября | 9-15 ноября | 16-22 ноября | 23-29 ноября | 30 ноября-6 декабря | 7-13 декабря | 14-20 декабря | 21-27 декабря | 28 декабря-3 января | 4-10 января | 11-17 января | 18-24 января | 25-31 января | 1-7 февраля | 8-14 февраля | 15-21 февраля | 22-28 февраля | 1-7 марта | 8-14 марта | 15-21 марта | 22-28 марта | 29 марта-4 апреля | 5-11 апреля | 12-18 апреля | 19-25 апреля | 26 апреля-2 мая | 3-9 мая | 10-16 мая | 17-23 мая | 24-30 мая | 31 мая-6 июня | 7-13 июня | 14-20 июня | 21-27 июня | 28 июня-4 июля | 5-11 июля | 12-18 июля | 19-25 июля | 26 июля-1 августа | 2-8 августа | 9-15 августа | 16-22 августа | 23-29 августа |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 |
| | первое полугодие 01.09.2026 - 31.12.2026 | | | | | | | | | | | | | | | | | | второе полугодие 01.01.2027 -31.05.2027 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| "Волейбол" | 4 | 4 | 4/т | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | В | В | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4/т | | | | | | | | | | | | |

т- текущий контроль
п-промежуточная аттестация
в-выходные праздничные дни

**Приложение 2**

# КАРТОЧКА
## дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» для публикации в АИС «Навигатор дополнительного образования Челябинской области»

| Наименование | Содержание |
|---|---|
| название ДООП/модуля (каждый модуль отдельно) | «Волейбол» |
| краткое название ДООП/модуля | «Волейбол» |
| направленность программы | физкультурно-спортивная |
| краткое описание | Программа направлена на всестороннее физическое развитие и оздоровление детей, а также на обучение игре в волейбол. В ходе занятий дети осваивают технику и тактику волейбола, развивают скоростно-силовые качества, координацию движений, гибкость. Особое внимание уделяется воспитанию морально-волевых качеств, таких как целеустремленность, дисциплинированность, коллективизм. В Программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей |
| содержание программы учебного плана (наименование разделов и тем) | 1. Раздел 1. Открываем мир волейбола<br>1.1 «Мой Дворец». Ведение в Программу. Правила поведения и техника безопасности на занятиях<br>1.2 Физическая культура в России. Краткий обзор развития волейбола<br>1.3 Влияние физических упражнений на организм человека<br>1.4 Основы техники и тактики, правила игры в волейбол, спортивные соревнования<br>1.5 Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Текущий контроль<br>2. Раздел 2. Общая физическая подготовка<br>2.1 Упражнения без предметов и с предметами<br>2.2 Акробатические упражнения<br>2.3 Легкоатлетические упражнения<br>2.4 Спортивные и подвижные игры<br>2.5 Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий<br>3. Раздел 3. Специальная физическая подготовка<br>3.1 Бег с остановками и изменениями направления<br>3.2 Упражнения для развития прыгучести<br>3.3 Упражнения с отягощениями (мешки с песком, штанги, пояса, манжеты) приседания, выпрыгивание вверх из приседа, полуприседа, прыжки на обеих ногах<br>3.4 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач мяча<br>3.5 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач |

| | |
|---|---|
| | 3.6 Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов<br>3.7 Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании<br>4. Раздел 4. Технико-тактическая подготовка<br>4.1 Техническая подготовка. Техника нападения<br>4.2 Техническая подготовка. Техника защиты<br>4.3 Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху и снизу<br>4.4 Отработка техники подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая)<br>4.5 Развитие навыков игры в нападении (атакующие удары, розыгрыш мяча)<br>4.6 Командные тактические взаимодействия в нападении и защите<br>4.7 Игровая практика и соревновательная деятельность<br>4.8 «Мой выбор»: профессии волейбольного мира<br>4.9 Итоговое занятие «Волейбол». Промежуточная аттестация |
| ключевые слова для поиска программы | командная игра, координация, физическая активность, волейбол |
| цель и задачи | всестороннее развитие и формирование здорового образа жизни обучающегося, посредством занятий волейболом |
| Результат | - освоены базовые технические элементы волейбола: обучающиеся освоили технику верхней и нижней передачи мяча; прямой подачи (нижней, верхней); технику приема мяча снизу и сверху;<br>- обучающиеся научились применять освоенные технические элементы в игровых ситуациях и понимают основные тактические действия в нападении и защите; умеют взаимодействовать с партнерами; развито игровое мышление, способность принимать решения в игровых ситуациях;<br>- обучающиеся знают основные правила игры в волейбол, такие как размеры площадки, количество игроков, счет, ошибки и нарушения. |
| материальная база | Волейбольные мячи - для проведения тренировок и игр.<br>Волейбольная сетка - для организации игрового поля.<br>Стойки для крепления сетки.<br>Волейбольная площадка с разметкой - для проведения тренировок и игр |
| требования к состоянию здоровью | медицинская справка |
| наличие медицинской справки для зачисления | да |
| возрастной диапазон | 6,5-12 лет |
| число учащихся в группе | 15 |
| способ оплаты | бюджет |
| продолжительность | 1 год |
| общее количество и количество часов в неделю | 148/4 |

**Приложение 3**

## Контрольно - измерительные материалы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

**Текущий контроль**

**Форма контроля**: опрос.

Обучающиеся отвечают на заранее подготовленные вопросы. Опрос может проводиться в устной или письменной форме. Педагог оценивает качество ответов на основании разработанных критериев.

**Вопросы с ответами:**

1. Что нужно делать, чтобы избежать травм на занятиях волейболом?

Ответ: Соблюдать правила техники безопасности, слушать тренера, разминаться перед тренировкой.

2. Когда был создан волейбол?

Ответ: Волейбол был создан в 1895 году Вильямом Морганом в США.

3. Какие физические качества развивает волейбол?

Ответ: Волейбол развивает ловкость, быстроту, координацию движений, прыгучесть.

4. Сколько игроков в команде в волейболе?

Ответ: В волейбольной команде 6 игроков на площадке.

5. Что такое «эйс» в волейболе?

Ответ: Эйс - это подача, которая приносит очко без касания мяча игроками команды соперника.

6. Какие существуют способы передачи мяча в волейболе?

Ответ: Передачи снизу, сверху, с отскоком от площадки.

7. Что такое «блок» в волейболе?

Ответ: Блок - это игровое действие, при котором игроки команды, находящиеся у сетки, пытаются помешать атакующему игроку команды соперника.

8. Сколько партий играют в волейболе?

Ответ: В волейболе играют до 3 или 5 партий.

9. Какие упражнения нужно выполнять, чтобы укрепить мышцы спины?

Ответ: Упражнения на растяжку и укрепление мышц спины, такие как наклоны, повороты туловища, подъемы ног.

10. Что нужно делать, чтобы избежать обезвоживания во время тренировок?

Ответ: Пить достаточное количество воды до, во время и после тренировки.

11. Какие правила поведения нужно соблюдать на занятиях волейболом?

Ответ: Слушать тренера, не бегать по площадке во время игры, не толкать и не толкаться, убирать за собой.

12. Когда был создан первый волейбольный мяч?

Ответ: Первый волейбольный мяч был создан в 1900 году.

13. Какие соревнования по волейболу проводятся в России?

Ответ: В России проводятся Чемпионаты России, Кубок России, Молодежные и юношеские первенства.

14. Как называется игрок, который подает мяч в волейболе?

Ответ: Игрок, который подает мяч, называется подающим.
15. Что такое «либеро» в волейболе?
Ответ: Либеро - это специальный игрок в волейбольной команде, который играет только в защите.
16. Какие основные технические приемы используются в волейболе?
Ответ: Подача, передача, нападающий удар, блокирование.
17. Что такое «зона подачи» в волейболе?
Ответ: Зона подачи - это специальная зона за пределами площадки, откуда игрок производит подачу.
18. Как называется игрок, который атакует мяч в волейболе?
Ответ: Игрок, который атакует мяч, называется нападающим.
19. Какие физические качества необходимы для игры в волейбол?
Ответ: Для игры в волейбол необходимы сила, быстрота, ловкость, прыгучесть, выносливость.
20. Что такое «доигровка» в волейболе?
Ответ: Доигровка - это игровое действие, при котором игрок, не успевший завершить атаку, пытается сыграть мяч повторно.

**Критерии оценивания:**

**1 балл (низкий уровень):**

- обучающийся затрудняется ответить на большинство вопросов по программе;
- имеет поверхностные знания об истории волейбола и правилах техники безопасности;
- не может объяснить значение личной гигиены волейболиста.

**2 балла (средний уровень):**

- обучающийся отвечает на основные вопросы по программе, но с некоторыми неточностями;
- имеет общие представления об истории волейбола и правилах техники безопасности;
- понимает важность личной гигиены волейболиста, но не может подробно объяснить.

**3 балла (высокий уровень):**

- обучающийся уверенно и полно отвечает на вопросы по программе;
- демонстрирует хорошие знания об истории волейбола и правилах техники безопасности;
- четко объясняет значение личной гигиены волейболиста.

**Промежуточная аттестация**

**Форма контроля**: контрольное занятие.

Обучающийся выполняет следующие задания:

1. Теоретическая часть:

Часть А. Правила игры в волейбол (5вопросов);

Часть Б. Основные технические приемы в волейболе (5вопросов);

Часть С. Тактика игры в волейбол (3 вопроса).

2. Практическая часть:

Часть А. Выполнение технических приемов:
- Подача (нижняя, верхняя).
- Прием мяча (снизу, сверху).
- Передача (сверху, снизу).
- Нападающий удар.

Часть Б. Учебная игра (5-10 минут).

Оценивание: Общая оценка выставляется как среднее арифметическое баллов, полученных в теоретической и практической частях.

**Вопросы для обучающихся по теоретической части Программы:**

**Часть А. Правила игры в волейбол:**

1. Сколько игроков находится на площадке в команде в волейболе?

Ответ: 6 игроков.

Как называется линия, через которую перебивается мяч?

Ответ: Сетка.

2. Сколько касаний мяча разрешено одной команде, прежде чем перебить его на сторону соперника?

Ответ: 3 касания.

3. Что нельзя делать при приеме мяча?

Ответ: Нельзя ловить или держать мяч, нужно отбивать его.

4. Сколько партий нужно выиграть, чтобы выиграть матч?

Ответ: Для победы в матче нужно выиграть 3 партии.

**Часть Б. Основные технические приемы в волейболе:**

1. Что такое подача в волейболе?

Ответ: Подача - это способ введения мяча в игру. Игрок, находящийся на задней линии, подбрасывает или отбивает мяч над собой и направляет его через сетку на сторону соперника.

2. Что такое прием мяча в волейболе?

Ответ: Прием мяча - это способ остановки и направления мяча после подачи или атакующего удара соперника. Основными приемами являются: прием снизу двумя руками, прием сверху двумя руками.

3. Что такое передача мяча в волейболе?

Ответ: Передача мяча - это способ направления мяча партнеру по команде. Основными передачами являются: передача сверху двумя руками, передача снизу двумя руками.

4. Что такое нападающий удар в волейболе?

Ответ: Нападающий удар - это атакующий технический прием, при котором игрок посылает мяч через сетку с целью приземления на половине поля соперника.

5. Что такое блокирование в волейболе?

Ответ: Блокирование - это действие игроков, которые прыгают в сетку, чтобы помешать нападающему сопернику послать мяч на свою сторону.

**Часть С. Тактика игры в волейбол:**

1. Что такое тактика в волейболе?

Ответ: Тактика в волейболе - это выбор наиболее эффективных способов ведения игры для достижения победы.

2. Какие основные тактические действия выделяют в волейболе?
Ответ: Основные тактические действия в волейболе - это атака, защита и страховка.
3. Что такое командная тактика в волейболе?
Ответ: Командная тактика в волейболе - это согласованные действия всех игроков команды для достижения победы.

**Критерии оценивания:**

Теоретическая часть:

3 балла - правильно ответил на все вопросы; обучающийся четко и подробно описывает основные правила игры в волейбол (количество игроков, размер площадки, счет, правила подачи, передачи, атаки и т.д.);

2 балла - ответил правильно на большинство вопросов; обучающийся знает основные правила игры, но описывает их неполно или с незначительными ошибками;

1 балл - допустил ошибки в ответах на вопросы; обучающийся знает лишь несколько базовых правил игры в волейбол.

*27-39 баллов - обучающийся освоил теоретическую часть образовательной программы на высоком уровне;*

*14-26 баллов - обучающийся освоил теоретическую часть образовательной программы на среднем уровне;*

*0-13 баллов - обучающийся освоил теоретическую часть образовательной программы на низком уровне.*

Практическая часть:

3 балла - обучающийся выполнил все технические приемы правильно, показал хорошее взаимодействие в учебной игре;

2 балла - обучающийся выполнил большинство технических приемов правильно, но допустил незначительные ошибки в игре;

1 балл - обучающийся допустил ошибки в выполнении технических приемов, слабо проявил себя в учебной игре.

*8-9 баллов - обучающийся освоил практическую часть образовательной программы на высоком уровне;*

*4-6 баллов - обучающийся освоил практическую часть образовательной программы на среднем уровне;*

*0-3 баллов - обучающийся освоил практическую часть образовательной программы на низком уровне.*

**Общая оценка выставляется как среднее арифметическое баллов, полученных в теоретической и практической частях:**

*33-48 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на высоком уровне;*
*17-32 балла - обучающийся освоил образовательную программу на среднем уровне;*
*0-16 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на низком уровне.*

## Карта педагогического наблюдения метапредметных результатов

| № п/п | Фамилия, имя обучающегося | Критерии оценки | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотнесения своих действий с результатом на основе самоанализа | | | | Развитие навыков конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений и освоение различных социальных ролей, умения работать на общий результат и нести ответственность за свои обязанности и поручения. | | | |
| | | Развиты навыки планирования своей работы | Умеет нести ответственность за результаты действий | Умеет определять способы действия в рамках предложенных условий и требований | Способен ставить цель и выбирать пути её достижения | Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом | Развита социальная компетентность, готовность к осуществлению общественно значимой деятельности | Владеет различными социальными ролями | Владеет и применяет нормы взаимоотношения в коллективе |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

+ 1 – владеет в совершенстве
0 – средний уровень
- 1 – не владеет

Педагог дополнительного образования _____

## Анкета определения сформированности знаниевого компонента личностных результатов дополнительной общеобразовательной программы

### Ценностное основание/ориентир: Знания

| № | Утверждение/основание/вопрос | Варианты ответа (подчеркните выбранный) |
|---|---|---|
| 1. | Стремление к знанию – одна из основных черт человека | 4 – полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 2. | Каждое полученное знание несёт в себе цель и значимость, пусть даже оно покажется слишком простым | 4 – полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 3. | Самообразование — это изучение новой информации и получение знаний, навыков самостоятельно | 4-– полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |

7 – 12 баллов – показатель полностью сформирован
5 – 6 баллов – показатель частично сформирован
0 – 4 баллов - показатель не сформирован

## Ценностное основание/ориентир: Человек как представитель моего социального окружения

| № | Утверждение/основание/вопрос | Варианты ответа (подчеркните выбранный) |
|---|---|---|
| 1. | Общение для человека - это главное условие его психического и социального становления | 4 –-полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 2. | Коммуникация – это конструктивный процесс взаимодействия между людьми или их группами с целью передачи информации либо обмена сведениями | 4-– полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 3. | Дружба – это искренние, бескорыстные взаимоотношения, построенные на доверии и взаимном уважении | 4-– полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 4. | Командная работа — это огромная возможность для личностного и профессионального роста всех членов команды | 4-– полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |

10 – 16 баллов – показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 баллов – показатель не сформирован

## Ценностное основание/ориентир: Труд

| № | Утверждение/основание/вопрос | Варианты ответа (подчеркните выбранный) |
|---|---|---|
| 1. | Труд нужен человеку для саморазвития, получения каких-то новых навыков или знаний | 4 -- полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 2. | Труд нужен, чтобы получать деньги | 4 -- полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 3. | Когда, ты трудишься, ты делаешь себе лучше | 4 – полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |
| 4. | Труд является существенным признаком отличия человека от животного | 4 – полностью согласен (-а)<br>3 – в общем, это верно<br>2 – это не совсем так<br>1 – это неверно |

10 – 16 баллов - показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 баллов – показатель не сформирован