



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ВЫЯВЛЕНИЯ, ПОДДЕРЖКИ И РАЗВИТИЯ
СПОСОБНОСТЕЙ И ТАЛАНТОВ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ
(КГАНОУ РЦ «СИРИУС. ПРИМОРЬЕ»)

690013, Приморский край, г. Владивосток, ул. Спиридонова, д. 9
ИНН 2536353474 КПП 253601001

ПОЛОЖЕНИЕ
О ПОРЯДКЕ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ
РЕГУЛЯРНОЙ ОЧНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
«ВОЛЕЙБОЛ»

Срок освоения – 158 академических часов
Возраст обучающихся – 9-17 лет
(15 сентября 2026 года по 31 мая 2027 года)

Разработчик:
Яценко Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного образования
Регионального центра выявления, поддержки и развития
способностей и талантов у детей и молодежи «Сириус. Приморье»

Владивосток, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа направлена на обучение, углубленное развитие и тренировку физических, специальных, технических и тактических навыков участников программы, обучающихся как классическому, так и пляжному волейболу, подготовку к участию в соревнованиях (первенствах города, Приморского края, Дальневосточного федерального округа, России), а также на совершенствование морально-волевых качеств.

Направленность программы: спорт.

Актуальность программы

Программа по волейболу актуальна как для начинающих спортсменов, так и для спортсменов, имеющих достаточный опыт и желающих продолжать своё развитие в волейболе. Актуальность программы обусловлена современными тенденциями образования и необходимостью раннего выявления талантливых спортсменов и их системной подготовки к соревнованиям разного уровня. Знания и навыки, полученные в результате применения современных тренерских практик и проведения интенсивных сборов под руководством ведущих профессиональных наставников, выходят за рамки стандартных учебных программ общеобразовательных учреждений.

Адресат программы

Участниками Программы могут быть обучающиеся 3-11 классов общеобразовательных организаций г. Владивостока (по состоянию на 01 сентября 2026 г.), заявившие в добровольном порядке свое намерение участвовать в мероприятиях программы в срок, установленный Региональным центром выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи «Сириус. Приморье», и прошедшие предварительный конкурсный отбор. Также, участниками могут быть победители/призеры соревнований по волейболу.

Объем и сроки освоения программы

Очная программа «ВОЛЕЙБОЛ», 3–11 классы, рассчитана на 158 академических часов. Срок реализации программы: с 15 сентября 2026 года по 31 мая 2027 года (35 учебных недель).

Режим занятий

Занятия проводятся в очном режиме согласно расписанию. Форма занятий - очная, групповые занятия. Количественное наполнение группы – 15 человек.

Отличительные особенности

Программа реализует комплексный подход к развитию обучающихся, охватывая не только физическую подготовку, но и теоретические знания, тактику ведения игры, психологическую устойчивость и медицинские аспекты спортивной деятельности. Занятия построены с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена, что позволяет максимально эффективно развивать навыки и достигать высоких результатов. Программа включает регулярные тренировки в режиме соревновательной интенсивности, работу с тренером, разработку индивидуальных стратегий ведения игры. Помимо спортивных навыков, программа уделяет внимание формированию таких качеств, как дисциплина, целеустремленность, ответственность и уважение к соперникам.

Цели и задачи программы

Цель программы

Повышение индивидуального мастерства обучающихся и уровня игры в команде, качественного улучшения класса игры. Формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья и разностороннее развитие обучающихся через обучение волейболу. Формирование, укрепление и профессиональная подготовка сборных команд юношей и девушек 2009-2010, 2011-2012, 2013-2014, 2015-2016 гг.р. РЦ «Сириус.Приморье» для участия в соревнованиях разного уровня.

Задачи программы:

1. Образовательные задачи:

- Сформировать систему знаний о теории, правилах игры, биомеханике основных технических приемов и принципах построения тактических систем в волейболе.
- Обучить дыхательным техникам и растяжке.
- Сформировать навыки тактического мышления и применения игровых схем (в нападении и защите) в условиях соревновательной деятельности.
- Обучить методам анализа и разбора технико-тактических действий на примере матчей высококвалифицированных волейболистов, молодежных команд и видеозаписей собственных игр обучающихся.
- Раскрыть междисциплинарные связи между волейболом и другими областями знаний (математика, физика, культура, история, другие виды спорта).
- Развить умения соблюдать технику безопасности и профилактики травматизма.

2. Практико-ориентированные задачи:

- Обучить техническим приемам игры (подача, прием и передача мяча, атакующий удар, блокирование) и закрепить их выполнение до уровня стабильного навыка.
- Обеспечить адаптацию спортсменов к условиям соревнований через моделирование соревновательной интенсивности на тренировках.
- Обучить навыкам безопасного и продуктивного использования современных ресурсов для обучения волейболу (тренажеры, инвентарь и оборудование, справочники, учебные платформы).

3. Развивающие задачи:

- Стимулировать игровую и интеллектуальную креативность в процессе создания собственных видов тактических систем.
- Развить базовые физические качества, необходимые в волейболе: прыгучесть, скоростно-силовые способности, координацию движений, гибкость, общую и специальную выносливость.
- Развить аналитическое мышление и способность быстро принимать тактические решения в постоянно меняющихся игровых ситуациях.
- Совершенствовать навыки самоконтроля и самоанализа, умение объективно оценивать сильные и слабые стороны своего технического мастерства для его дальнейшей корректировки.
- Развить пространственную ориентацию, скорость двигательной реакции и периферическое зрение.
- Развивать мотивацию к познавательной деятельности в изучении волейбола и достижению результата.
- Развивать деловые качества: самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность.
- Формировать потребность в самопознании и саморазвитии через рефлексию собственных успехов и затруднений.

4. Воспитательные и профориентационные задачи:

- Привить культуру здорового образа жизни, регулярных занятий спортом и соблюдения спортивной этики (уважение к соперникам, судьям и партнерам по команде).
- Воспитать командный дух, чувство коллективизма, взаимовыручки и личной ответственности за общий результат команды.
- Популяризировать значимость волейбола в современном мире и в различных профессиональных сферах.
- Сформировать волевые качества личности: целеустремленность, дисциплинированность, самообладание, стрессоустойчивость и настойчивость в достижении цели.
- Сформировать устойчивый интерес к избранному виду спорта и мотивацию к спортивному самосовершенствованию.

Планируемые результаты

В результате освоения профильной образовательной программы планируется, что участниками должны быть достигнуты определенные результаты:

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программы:

- Умение ответственно относиться к информации с учётом правовых и этических аспектов её распространения.
- Умение самостоятельно и в команде решать поставленную техническую или тактическую задачу, подбирать средства для её решения.
- Способность сопоставлять учебное содержание с собственным жизненным опытом, видеть применение волейбольных навыков в реальной жизни.
- Готовность к повышению своего образовательного уровня и продолжению обучения.
- Готовность и способность к саморазвитию и реализации потенциала в предметно-продуктивной деятельности за счет развития пространственного, образного, алгоритмического и логического мышления.
- Развитое чувство коллективизма, умение эффективно взаимодействовать внутри команды, поддерживать партнеров и брать на себя ответственность в ключевые моменты игры.
- Дисциплинированность, высокая мотивация к тренировкам, эмоциональная устойчивость и воля к победе, как в тренировочном, так и в соревновательном процессах.
- Демонстрация уважительного отношения к соперникам, судьям, тренеру и зрителям; строгое соблюдение принципов честной игры.
- Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности через самоанализ и самоконтроль результатов тренировок и соревновательных игр.
- Развитие чувства уверенности в своих способностях и готовности принимать вызовы в формате соревнований.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей участников программы, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- Физическая подготовленность. Повышение уровня развития специальных физических качеств (высота прыжка, скоростная выносливость, координация, быстрота реакции).
- Принятие решений. Способность мгновенно оценивать игровую ситуацию, предугадывать действия соперника и принимать оптимальные тактические решения в условиях дефицита времени.
- Самоанализ и контроль. Умение объективно оценивать качество выполнения своих игровых действий на основе видео разборов, корректировать ошибки и осознанно работать над их устранением.
- Умение уверенно ориентироваться в различных предметных областях за счёт использования и изучения межпредметных терминов и понятий (математика, физика, культура, история, другие виды спорта).
- Проявление самостоятельности в учебно-познавательной деятельности, способность осуществлять поиск информации и самостоятельно разбираться в сложных вопросах.

Предметные результаты характеризуют опыт участников программы в:

- Знание и понимание. Обучающиеся знают правила соревнований по волейболу, терминологию, основы биомеханики технических приемов и принципы взаимодействия игроков в рамках различных тактических систем.
- Владение техникой. Выполняют базовые и усложненные технические приемы (подачи, прием, передачи, нападающие удары, одиночное и групповое блокирование) с минимальным количеством технического брака.
- Владение тактикой. Своевременно и правильно перестраиваются на площадке в рамках командных тактических систем защиты и нападения, эффективно применяют индивидуальные тактические действия.

- Навыки анализа. Обучающиеся умеют самостоятельно разбирать, оценивать и анализировать технико-тактические действия (свои, товарищей по команде, а также игроков молодежных и мировых топ-команд), выявляя сильные и слабые стороны игры.

Руководитель Программы:

Яценко Ольга Сергеевна, педагог дополнительного образования Регионального центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи «Сириус. Приморье», лицензированный ВФВ тренер по волейболу и пляжному волейболу.

Преподаватель Программы:

Яценко Ольга Сергеевна, педагог дополнительного образования Регионального центра выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи «Сириус. Приморье», лицензированный ВФВ тренер по волейболу и пляжному волейболу.

Условия реализации программы

Условия набора: Участниками Программы могут быть обучающиеся 3-11 классов общеобразовательных организаций г. Владивостока (по состоянию на 01 сентября 2026 г.), заявившие в добровольном порядке свое намерение участвовать в мероприятиях программы в срок, установленный Региональным центром выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи «Сириус. Приморье», не имеющие медицинских противопоказаний, соответствующие указанным антропометрическим показателям, проявившие спортивный талант (на основании выполнения нормативов и тестов) и прошедшие предварительный конкурсный отбор.

Требования к антропометрическим данным:

- 1) девушки 2017 – 2014 гг.р. (3 – 6 классы) ростом 156 – 168 см и выше;
- 2) девушки 2012 – 2010 гг.р. (7 – 9 классы) ростом от 174 см и выше;
- 3) юноши 2017 – 2014 гг.р. (3 – 6 классы) ростом 155 – 162 см и выше;
- 4) юноши 2012 – 2009 гг.р. (7 – 10 классы) ростом от 175 см и выше.

Порядок подачи заявки на участие и отбора:

1. Заполнение анкеты на официальной странице программы «ВОЛЕЙБОЛ». Все актуальные требования указаны непосредственно в форме анкеты. Необходимо прикрепить к ней файлы портфолио. Принимаются во внимание все имеющиеся на текущий момент спортивные достижения (сведения о присвоении разрядов/званий, грамоты/дипломы соревнований, спортивных фестивалей, результаты сдачи норм ГТО и т.п.)
2. Рассмотрение заявок. Руководитель программы осуществляет регулярный анализ поступивших анкет. Кандидаты, соответствующие критериям получают официальный ответ или приглашение на очный просмотр.
3. Очный просмотр. В назначенную дату приглашенные спортсмены выполняют специальные комплексы упражнений и контрольные нормативы под наблюдением педагога.
4. Зачисление. По итогам просмотра принимается решение. На программу «ВОЛЕЙБОЛ» зачисляются спортсмены, показавшие наилучшие результаты и продемонстрировавшие высокий потенциал.

Условия формирования групп:

В Программе одновременно принимают участие **15 обучающихся** (2 группы по 15 человек).

Формы организации и проведения занятий:

Групповые практические занятия, теоретические лекции, соревнования.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

Фронтальная (работа педагога со всеми обучающимися одновременно), групповая (по амплуа/микрогруппы), самостоятельная работа (выполнение тренировочных заданий и

комплексов по индивидуальному плану без прямого присутствия тренера), спортивные соревнования (соревновательная форма проверки навыков и пика формы).

Формы итогового контроля

По итогам реализации Программы предполагается проведение итогового тестирования (сдача контрольных нормативов), учебные игры, турнир.

Материально-техническое оснащение программы

1. Большой спортивный зал со специальным инвентарем и оборудованием.
2. Тренажерные залы.

Организатор Программы

3.1. Организатором Программы является Центр.

3.2. Функции и полномочия Организатора:

- обеспечение организации и проведения Программы;
- обеспечение сбора и хранения всей документации необходимой для проведения Программы;
- обеспечение информирования о проведении Программы, ее целях и задачах, условиях отбора, результатах Программы;
- согласование списков руководителей и преподавателей Программы.

3.3. Организатор Программы вправе в одностороннем порядке вносить изменения в настоящее Положение.

3.4. Организатор оставляет за собой право изменить даты проведения Программы, форму обучения, содержание Программы.

3.5. Информирование о Программе осуществляется посредством размещения информации на официальной странице Центра <https://sirius-prim.ru/>

3.6. Научно-методическое и кадровое сопровождение Программы осуществляет Центр.

4. Участники Программы

4.1. Для участия в Программе приглашаются обучающиеся 3-11-х классов (далее — Участники) общеобразовательных учреждений г. Владивостока, по состоянию на 01 сентября 2026г.

4.2. Подача заявок осуществляется на официальной странице Центра

4.3. Общее количество Участников Программы: 15 человек.

4.4. Список Участников, прошедших конкурсный отбор публикуется на официальном сайте Центра.

4.5. Подачей заявки Участники подтверждают своё согласие с условиями участия в Программе, определенными в настоящем Положении.

5. Условия участия в Программе

5.1. Для Участников не допускается возможность участия в отдельных мероприятиях Программы в связи с целостностью и содержательной логикой Программы, интенсивным режимом занятий и объемом академической нагрузки, если только они не были приглашены организаторами программ.

5.2. При регулярном отсутствии на занятиях в рамках программы «ВОЛЕЙБОЛ» без уважительных причин организаторы имеют право отчислить учащегося с программы.