

Департамент образования администрации г. Южно-Сахалинска
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка - детский сад № 14 «Рябинка»
г. Южно-Сахалинска

Принята на заседании
методического совета
от «30» мая 2025 г.
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 14
«Рябинка» г. Южно-Сахалинска
А.А. Сапегина
Приказ № 277
от «30» мая 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Мини-волейбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень сложности: стартовый
Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-разработчик:
Егоров Сергей Борисович,
педагог дополнительного
образования

г. Южно-Сахалинск
2025 г.

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	4
1.3. Учебный план.....	5
1.4. Содержание программы	5
1.5. Планируемые результаты.....	7
2. Комплекс организационно-педагогической деятельности	7
2.1. Календарный учебный график	7
2.2. Условия реализации программы	7
2.2.1. Материально-техническое обеспечение	7
2.2.2. Кадровое обеспечение программы.....	7
2.2.3. Информационно-методическое обеспечение.....	7
2.3. Форма контроля	8
2.4. Оценочные материалы.....	8
2.5. Список литературы	9
Приложение 1	11
Приложение 2	12

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-волейбол» разработана и реализуется в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
4. Приказ министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Письмо Министерства образования Сахалинской области от 11.12.2023г. №3.12-Вн-5709/23 «О направлении методических рекомендаций»;
9. Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Центр развития ребенка – детский сад № 14 «Рябинка» г. Южно-Сахалинска, утвержденный Департаментом образования администрации города Южно-Сахалинска от 17.05.2017 г. № 312.<https://madou14ys.gosuslugi.ru/svedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/dokumenty/ustav-obrazovatelnoy-organizatsii.html>

Направленность: физкультурно-спортивная

Вид деятельности: спортивные игры

Актуальность программы.

Игра в мини-волейбол – одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Систематические занятия мини волейболом помогут развитию:

- физические качества обучающихся – быстроту, ловкость, силу, выносливость;
- координационные способности;
- опорно-двигательный аппарат, подвижность и гибкость суставов.

Мини-волейбол - это командная игра. Подобно другим командным играм, повышает чувство ответственности и развивает дух коллективизма, учит работать в команде и полностью доверять окружающим. В процессе занятий у обучающихся формируются потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, укрепляют здоровье.

Программа направлена на всестороннее физическое развитие, и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Тип программы - одноуровневая

Уровень программы: стартовый

Адресат программы: программа ориентирована на обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет без ОВЗ, не имеющих медицинских противопоказаний, с любым уровнем физической подготовленности.

Наполняемость группы: 10-15 человек.

Объем и сроки освоения программы

Период	Продолжительность занятия, ч	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю, ч	Кол-во недель	Кол-во часов в год
9 месяцев	1	3	3	36	108

1 академический час:

Для детей 5-6 лет - 25 мин

Для детей 6-7 лет - 30 минут

Форма обучения: очная

Форма организации работы: групповая, в парах, индивидуальная.

Форма проведения занятий:

- игра;
- викторины;
- практические занятия;
- соревнования.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование представления об игре мини-волейбол, развитие навыков для успешной игры в данный вид спорта.

Задачи:

Предметные:

- познакомить детей с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- познакомить с основами техники и тактики игры;
- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний.

Метапредметные:

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;
- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
- развивать специальные технические и тактические навыки игры; подготовить обучающихся к соревнованиям по мини-волейболу.

Личностные:

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет);
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

1.3. Учебный план

№п/п	Разделы, темы учебного материала	Кол-во часов			Форма аттестации/контроля
	Вводная часть	Всего	Теория	Практика	наблюдения
I. Правила безопасности поведения обучающихся на занятиях мини-волейболом					
1.	Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения на занятиях.	1	1	1	Опрос, практические задания
2.	Общая характеристика игры мини-волейбол, тестовые упражнения	3	1	2	Входной контроль
II. Обучение техническим приемам					
1.	Передвижение игрока	9	3	6	наблюдения
2.	Стойка готовности	6	2	4	контроль
3.	Передача мяча двумя руками сверху на месте (на месте, над собой)	20	5	15	наблюдения
4.	Передача мяча двумя руками снизу на месте (на месте, над собой)	12	3	9	контроль
5.	Подача верхняя прямая на точность	12	3	9	игровая деятельность
6.	Прием двумя руками снизу/сверху	14	3	11	наблюдения
7.	Применение разученных приемов в игре. Повторение правил волейбола. Учебные игры, участие в соревнованиях	20	3	17	наблюдения
8.	Воспитание физических качеств. Упражнения. Подвижные игры	8	2	6	игровая деятельность
9.	Итоговое занятие. Контрольные упражнения	3	1	2	итоговый контроль-диагностика, соревнования/минитурниры.
		108	32	76	

1.4. Содержание программы

Раздел I. Правила безопасности поведения обучающихся на занятиях мини-волейболом

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения на занятиях.

Теория: Значение разминки для профилактики травматизма. Требования к соблюдению дисциплины. Требования к подготовке инвентаря, одежды и обуви к занятиям мини-волейболом.

Общая характеристика игры мини-волейбол (спортивное оборудование, инвентарь, правила обращения с ним). Правила игры и соревнований по мини-волейболу.

Практика: обращение с инвентарем с учетом полученного инструктажа.

Тема 2. Общая характеристика игры мини-волейбол, тестовые упражнения.

Теория: Общая характеристика игры мини-волейбол (спортивное оборудование, инвентарь, правила обращения с ним). Правила игры и соревнований по мини-волейболу.

Практика: выполнение тестовых упражнений.

Раздел II. Обучение техническим приемам

Тема 1. Передвижение игрока

Теория: Передвижение игрока. Стойка готовности

Практика: Овладение техникой передвижений и стоек.

Тема 2. Стойка готовности.

Теория: стойка готовности: высокая, средняя, низкая.

Практика: перемещения в стойке мини-волейболиста; перемещения по ориентирам, по звуковому сигналу, сочетание перемещений с остановками.

Тема 3. Передача мяча двумя руками сверху на месте (на месте, над собой)

Теория: передача мяча, пас, верхний прием.

Практика: передача мяча двумя руками сверху на месте: с ударом о стену, в паре, над собой.

Тема 4. Передача мяча двумя руками снизу на месте (на месте, над собой)

Теория: передача мяча, пас, нижний прием.

Практика: передача мяча двумя руками снизу на месте: с ударом о стену, в паре с отскоком от пола и без.

Тема 5. Подача верхняя прямая на точность.

Теория: подача, перевод мяча, результат успешной подачи.

Практика: подача верхняя прямая: в стену, в паре, через сетку в 2-4.5 м от нее, постепенно увеличивая расстояние, через сетку в 5 м от нее, с места подачи. Подача в установленный квадрат, в определённую зону площадки.

Тема 6. Прием двумя руками снизу/сверху

Теория: техника приема, результат успешного приема.

Практика: прием двумя руками снизу: в парах на боковых линиях, прием подачи в парах на одной стороне площадки, на расстоянии 1 м от сетки, в 2 м от сетки. Выбор места при приеме подачи: выход под мяч в зависимости от направления полета мяча. Выбор способа приема подачи: в зависимости от траектории и скорости полета мяча прием подачи выполнять двумя руками сверху, либо двумя руками снизу.

Тема 7. Применение разученных приемов в игре. Повторение правил волейбола. Учебные игры, участие в соревнованиях.

Теория: повторение разученных приемов в игре. Повторение правил волейбола.

Практика: учебные игры, участие в соревнованиях.

Тема 8. Воспитание физических качеств. Упражнения. Подвижные игры

Теория: техника выполнения упражнений. Разучивание правил игры.

Практика: выполнение упражнений. Подвижные игры.

Тема 9. Итоговое занятие. Контрольные упражнения

Теория: : правила, техника игры.

Практика: при проведении учебных игр применять разученные технико- тактические действия. Сдача нормативов.

1.5. Планируемые результаты

Предметные:

- познакомлены с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- познакомлены с основами техники и тактики игры;
- приобретены необходимые теоретические знания.

Метапредметные:

- овладели основными приемами техники и тактики игры;
- развит устойчивый интерес к данному виду спорта;
- развиты специальные технические и тактические навыки игры;

Личностные:

- воспитанна воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, чувство дружбы;
- привита общая культура поведения (основ гигиены, этикет);
- сформирована потребность в здоровом образе жизни.

2. Комплекс организационно-педагогической деятельности

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во часов	Режим занятий
9 месяцев	02.09.2025	31.05.2026	36	108	3 раза в неделю по 1 академическому часу- 30 мин.

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение

- Спортивный зал;
- доска;
- лавочки;
- шкафы для хранения дидактического материала;
- стеллажи и корзины для хранения спортивного оборудования;
- спортивные снаряды;
- компьютер;
- медиапроектор;
- музыкальная колонка;
- официальные мячи японской Ассоциации Мини-волейбола;
- мячи разных видов, и размеров (пляжные, детские резиновые);
- волейбольная сетка;
- скакалки;
- мультимедиа презентации, фото-видео материалы;
- спортивная одежда (белая футболка, черные шорты, чешки;
- дидактические развивающие пособия.

2.2.2. Кадровое обеспечение программы

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Мини- волейбол» обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее физкультурно-спортивной направленности и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и профессиональном стандарте по должности «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» в соответствии с Приказом Минтруда РФ от 22.09.2021 № 652н.

2.2.3. Информационно-методическое обеспечение

Разработанная программа по мини-волейболу разработана с опорой на теорию и практику:

1. Пасюков П.Н., профессор, д.п.н., «Мини-волейбол» программа занятий по физическому воспитанию детей 6-7 лет с использованием японского мини- волейбола»;
2. Фурманова А.Г., Болдырева Д.М. «Волейбол» (Методика обучения техническим элементам волейбола);
3. Адашкявич Э.Й. «Волейбол для дошкольников» (Последовательность обучения двигательным действиям без мяча с мячом).

2.3. Форма контроля

Программа рассчитана на 1 год обучения. В течении периода обучения, обучающиеся получают определенные практические умения и теоретические знания. С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся вводный контроль, текущий контроль, итоговая аттестация.

1. Входной контроль (проводится в начале обучения в сентябре).

Цель: изучение базовых возможностей обучающихся. Проводится в форме диагностики обучающихся для выявления сформированности умений и навыков. (Приложение 1).

2. Текущий контроль (осуществляет на протяжении периода обучения) осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

3. Итоговая аттестация (проводится по итогу обучения в мае).

Цель: определение уровня сформированности специальных умений и навыков, умений применять знания, полученные за период обучения в разных ситуациях.

Итоговая аттестация проводится в форме турнира среди обучающихся объединения.

2.4. Оценочные материалы

Уровень знаний, умений и навыков, обучающихся определяется посредством постоянного педагогического наблюдения.

Для осуществления мониторинга по данной программе (входной диагностики, промежуточной и аттестация по итогам года) используются следующие формы и методы: мониторинг, который педагог проводит по собственным разработкам, отталкиваясь от требований программы, включенное наблюдение на занятиях, создание проблемной ситуации на занятии, мотивация к её разрешению.

Материалы мониторинга представлены в Приложении 2.

Сдача нормативов. (Приложение 3)

2.5. Список литературы

Методические пособия для педагога:

4. Вавилова, Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. М.: «Просвещение», 1983. 160 с.
5. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье. Программа и технологии физического воспитания детей 5-7 лет. М.: АРКТИ, 2004. 144 с.
6. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. М: Владос, 2002. 144 с.
7. Пензулаева, Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. М.: Мозаика- Синтез, 2015. 128с.
8. Пензулаева, Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная группа. М.: Мозаика- Синтез, 2015. 112с.
9. Пензулаева, Л.И. «Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений. Для занятий с детьми (3-7 лет). М.: Мозаика-Синтез, 2015. 128с.
10. Рунова, М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. М. Мозаика – Синтез, 2002. 220с.
11. Сивачева, Л.Н. Физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. СПб.: Детство Пресс, 2003. 145с.
12. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. М.: Творческий центр, 2005. 160 с.

Журналы/периодика

13. Магола, И.Н. Региональный мониторинг качества дошкольного образования: основные результаты и направления их использования//Современное дошкольное образование.2023. № 11. С.20-27
14. Лявукова, Е.В. Развитие коммуникативной компетентности старших дошкольников посредством подвижных игр в ДОУ//Современное дошкольное образование.2023. № 11. С.20-27

Электронные ресурсы

15. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»: Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022г.№678-р [Электронный ресурс]:URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/> (дата посещения 20.05.2025)
16. «Разновидности волейбола»: Он-лайн энциклопедия [Электронный ресурс]: URL: https://sitekid.ru/sport/volleybol/raznovidnosti_volleybola.html (дата посещения 20.05.2025)

Для обучающихся:

17. Кенеман А.В., Кистяковский М.Ю., Осокина Т.И. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. – Москва: «Просвещение», 1980. 144 с.
18. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод пособие. – Москва: Изд-во. НИЦ ЭНАС, 2006. 144 с.
19. Клещев Ю.Н., Фурманов А.Г. Юный волейболист. – Москва: Физкультура и спорт, 1979. 231 с.

Для родителей:

20. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. Для воспитателя дет. Сада. – Москва: Просвещение. 1992. 159 с.

21. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности и спорте: Учебное пособие для студ. высших. учеб. заведений. – Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 296 с.
22. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. – Волгоград: Учитель, 2007. 238 с.
23. Муравьев В.А., Назарова Н.Н. Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста: Методическое пособие. – Москва: Айриспресс, 2004. 112 с.

Приложение 1

План воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Название мероприятия	Срок выполне ния	Ответственны й исполнитель	Планируемый результат
1	Работа с обучающимися и из родителями	« Весёлые старты»	Ноябрь	Педагог дополнительно го образования	Удовлетворённос ть родителей и обучающихся.
2	Работа с родителями	Индивидуальные беседы	В течении всего периода обучени я	Педагог дополнительно го образования	Удовлетворённос ть родителей и обучающихся деятельностью программы
3	Организация досуга	Соревнования	Февраль -март	Педагог дополнительно го образования	Оформление тематического уголка с фотографиями участников

Приложение 2

Тесты для определения уровня усвоения двигательных умений и навыков движений с мячом

Таблица 1.

№	Двигательные задания	Возраст	
		5-6	6-7
1	Подбрасывание волейбольного мяча вверх и ловля его двумя руками несколько раз подряд (кол-во раз)	до 10	10-20
2	Отбивание мяча от стены (кол-во раз)	4-8	8-10
3	Метание малого мяча на дальность (м)	3-6	5-9 м
4	Метание малого мяча в цель	с расстояния 3-5м	
5	Бросок набивного мяча вперед (м)	1	1-3
6	Передачи мяча в парах, через сетку (колво раз)	до 5	5-10

Уровень усвоения двигательных умений и навыков движения с мячом

Таблица 2.

Уровень	Старшая группа 5-6	Подготовительная группа 6-8
Высокий	Уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен продумать новые варианты действий с мячом.	Технически правильно, результативно, уверенно, точно выполняет все упражнения с мячом. Правильно оценивает движения с мячом других детей. Проявляет элементы творчества в работе с мячом. Самостоятельно составляет простые варианты упражнений с мячом.
Средний	Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.	Технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом, проявляет усилия, активность и интерес. Способен оценить движения с мячом других детей, упорен в достижении своей цели. Может придумать и выполнить несложные действия с мячом.
Низкий	Неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм работы с мячом.	Допускает ошибки в основных упражнениях с мячом. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке.

Диагностика базовых возможностей обучающихся

Данная таблица представляет сравнительный анализ на начало и конец учебного периода

[illegible]

