

# Enjoy Sport Волейбол

Развитие личности ребёнка через тренировки  
и активности

📍 Сочи

7–17 лет





# Первоклассный отдых для детей

**10+**

Лет опыта

Успешно проводим  
детские программы  
с 2015 года

**88%**

Довольны отдыхом

Индекс  
удовлетворённости  
клиентов Enjoy Camp

**100+**

Сотрудников

Профессиональная  
команда вожатых  
и преподавателей

**5000+**

Детей приезжают ежегодно

Ребят посетило наш  
лагерь в России, Дубае  
и Англии за 2025 год



# Миссия Enjoy Sport

Мы помогаем детям гармонично развиваться — физически и личностно — в безопасной и поддерживающей среде.

Наша цель — привить любовь к спорту, научить осознанно тренироваться, понимать своё тело и уверенно двигаться к своим спортивным целям и результатам.

# Принципы Enjoy Sport

- Интерес и удовольствие от тренировок важнее, чем спортивные достижения.
- Развитие не только физических, но и личностных, интеллектуальных, творческих и коммуникативных навыков.
- Взаимодействие с детьми — через взаимное уважение, доверие и диалог.





# Формула Enjoy Sport

- Тренировки
- Теоретические занятия
- Самодиагностика и самоконтроль
- Отдых и восстановление
- Дополнительные занятия
- Вечерние мероприятия

# Enjoy Sport Волейбол

Узнаем, как правильно подавать, передавать и принимать мяч, изучим нападающий удар, блокирование и базовые элементы защиты. А также разберём расстановку игроков на площадке, принципы переходов и стратегию игры.

Особое внимание — командному взаимодействию: учимся слышать других игроков, быстро принимать решения и поддерживать друг друга в игре.

Развиваем координацию, выносливость, силу и ловкость, укрепляем сердечно-сосудистую систему.





# Тренировки

3 ак. часа в день

- Общая физическая подготовка — бассейн, игровые виды спорта, силовые упражнения и другие
- Специальная физическая подготовка — занятия по волейболу

Программа подходит для ребят с разным уровнем подготовки: новички освоят базу игры, а опытные спортсмены будут совершенствовать навыки под руководством опытных тренеров.



# Теоретические занятия

1 ак. час в день

- Изучаем историю волейбола, основы питания, анатомию, посещаем психологические тренинги
- Вместо скучных лекций — дискуссии, исследования, игры и практические задания



## Отдых и восстановление

Чтобы тренировочный процесс оставался безопасным и комфортным, важно качественно восстанавливать силы.

Для этого ребята посещают бассейн, занятия по йоге и другие.

---

## Дополнительные занятия

Во время тихого часа дети могут по желанию посещать дополнительные занятия — точный список клубов будет доступен перед сменой.

# Вечерние мероприятия

Программа гибко адаптируется с учётом состояния и интересов детей.

## Примеры активностей:

- Квесты
- Игры по станциям
- Ярмарка
- Дискоотеки
- Кинорефлексии
- Театральные постановки
- Турниры
- Квизы
- Ролевые игры





# Гуманистический подход Enjoy Camp

Наша главная цель — развитие личности ребёнка.

## 5 принципов нашего подхода:

- Интерес ребёнка на первом месте
- Дети могут выбирать
- Отсутствие дистанции
- Командная работа
- Фокус на процессе и навыках



## Интерес ребёнка на первом месте

Помогаем ребёнку реализовать его собственные идеи, а не навязываем свои.

Например, дети придумывают свой сюжет для картины или оформление логотипа.

---

## Дети могут выбирать

У ребёнка есть возможность выбирать наиболее подходящие для него активности.

Например, при распределении по мастерским учитываются предпочтения детей.

## Отсутствие дистанции

Нет иерархии «учитель — ученик», педагог на смене — наставник и соавтор.

Например, преподаватель мастерской не учит «как правильно», а создаёт пространство для фантазии и диалога.

---

## Командная работа

Дети учатся договариваться, слышать друг друга и использовать всё, что их окружает.

Например, ребята с разных направлений объединяются в команды и совместно работают над проектом для выставки-фестиваля.





## Фокус на процессе и навыках

Не ставим оценки и не воспринимаем ошибки как провал, важнее — полученный опыт и навыки, а не только результат.

Например, каждый день смены завершается рефлексией: обсуждаем, что получилось и как мы себя чувствовали.



# Примерное расписание дня — Enjoy Sport Волейбол

07:45 — 08:30

Просыпаемся и делаем зарядку

08:30 — 09:00

Завтрак

09:15 — 10:45

Тренировка по волейболу

10:50 — 11:15

Отдых

11:20 — 12:30

Море или бассейн

12:30 — 13:30

Время команды

13:30 — 14:00

Обед

14:00 — 15:30

Тихий час

16:00 — 16:45

Занятие по теории



# Примерное расписание дня — Enjoy Sport Волейбол

17:00 — 17:45

Тренировка ОФП

18:00 — 19:00

Время команды

19:00 — 19:30

Ужин

20:00 — 21:00

Вечернее мероприятие

21:20 — 22:00

«Свечка»

22:00 — 22:30

Готовимся ко сну

# Команда программы

Тренировки проводят профессиональные тренеры, которые умеют находить подход к детям и делать занятия эффективными и интересными.



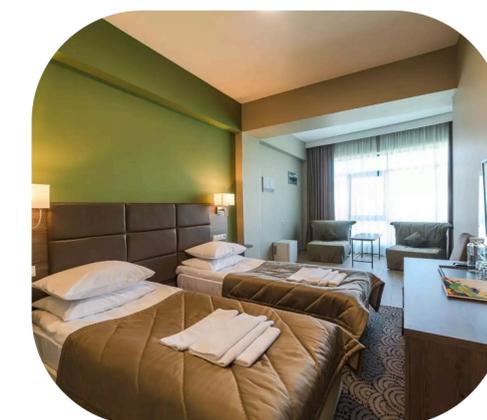
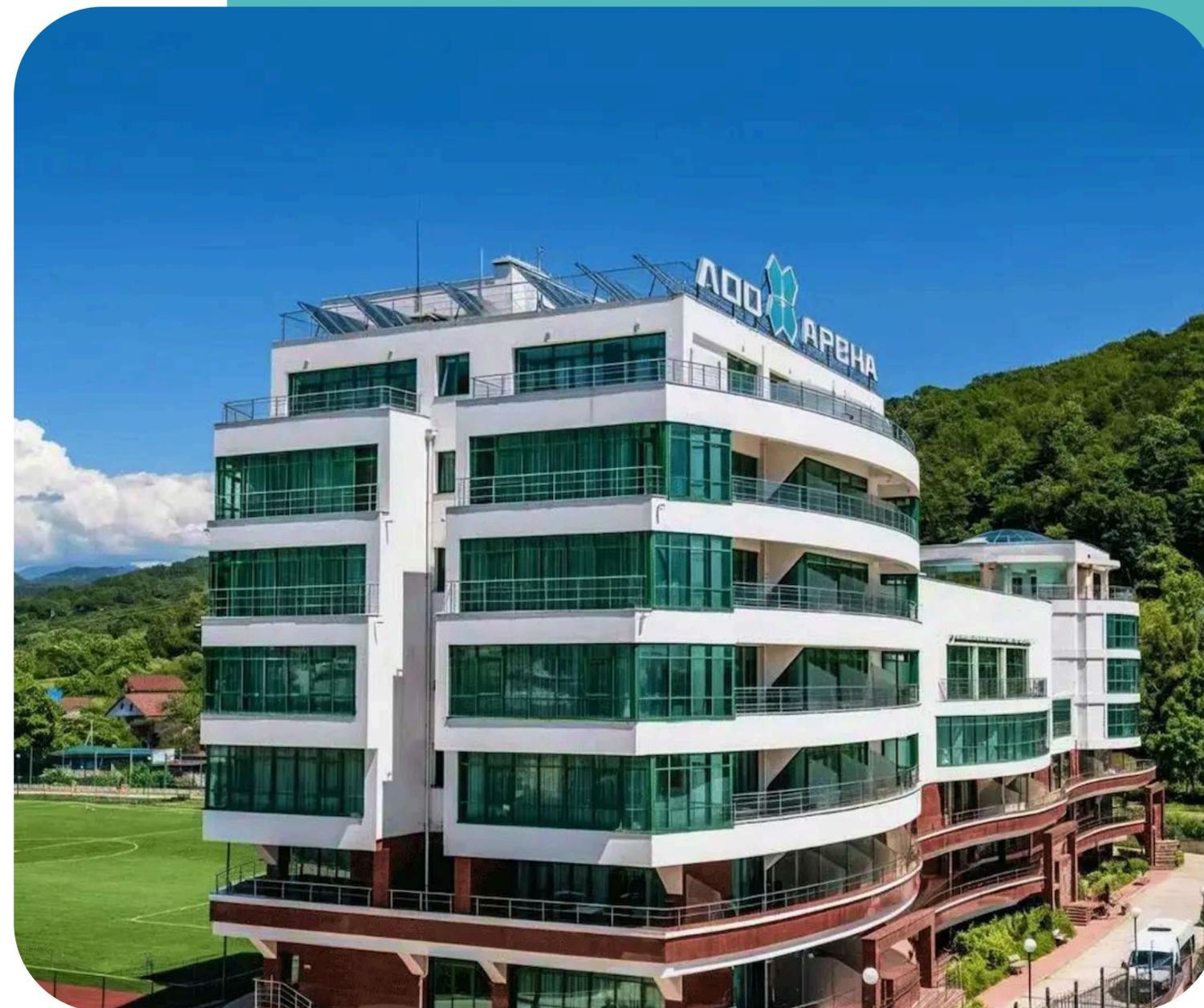
# С чем ребёнок возвращается домой

- Уверенность в себе, смелость пробовать новое и лучшее понимание себя
- Опыт работы в команде, навык договариваться и слышать другого
- Друзья и совместные воспоминания о творческих днях
- Навыки игры в волейбол и полезные знания о тренировочном процессе
- Обратная связь от тренеров



# Площадка «Лоо-Арена»

- Премиальная площадка с бассейном, спортивным залом и площадками
- Номера на 3-4 человека с собственной ванной комнатой
- Сбалансированное 5-разовое питание с выбором блюд
- Трансфер до моря





# Подарите ребёнку яркие творческие каникулы

+7 (495) 032-20-77

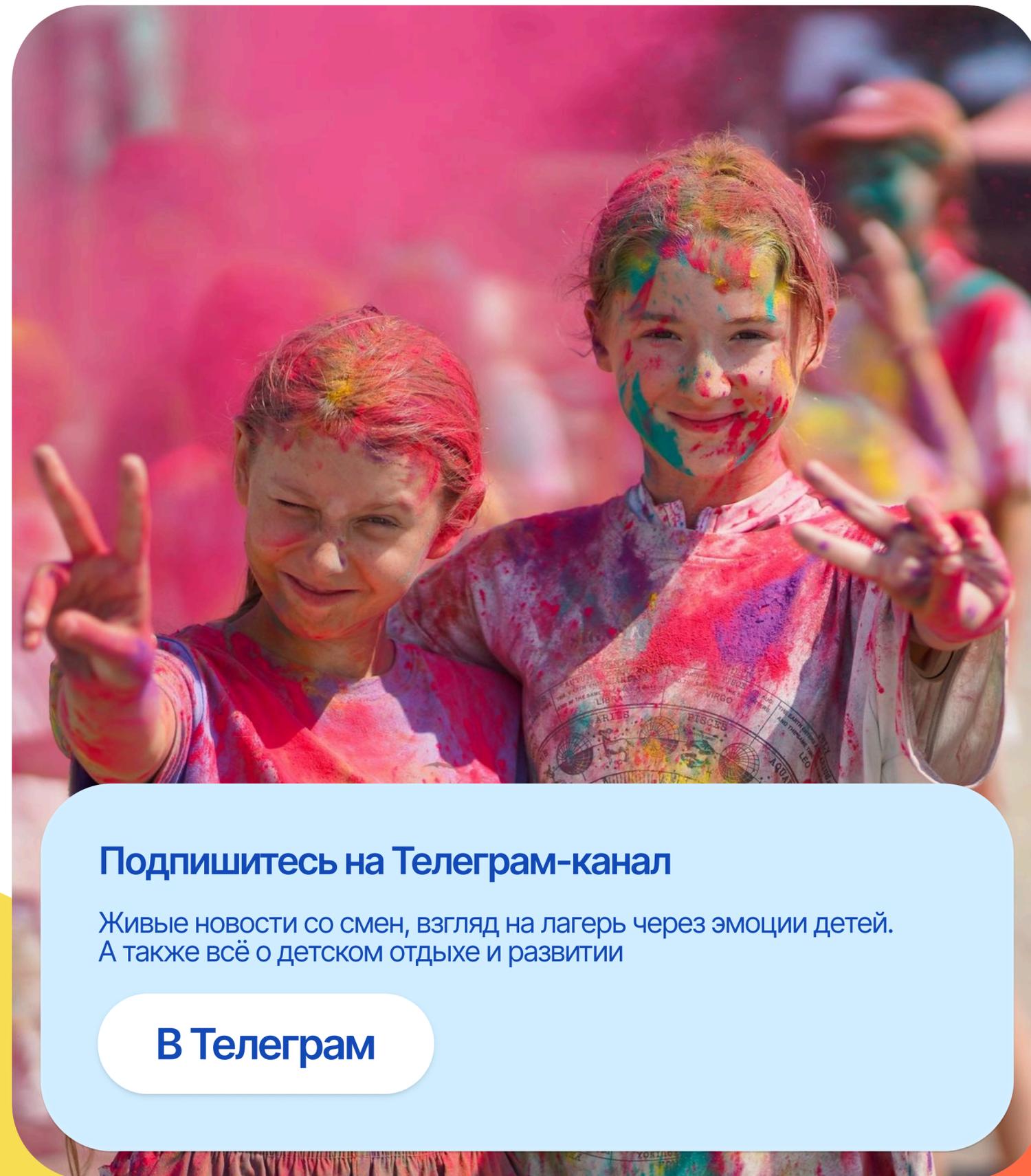
[enjoy-camp.ru](http://enjoy-camp.ru)

Написать в Телеграм

[info@enjoy-camp.ru](mailto:info@enjoy-camp.ru)

Написать в Мах

Написать в WhatsApp



**Подпишитесь на Телеграм-канал**

Живые новости со смен, взгляд на лагерь через эмоции детей.  
А также всё о детском отдыхе и развитии

**В Телеграм**