

Аннотация  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе «Волейбол»

Программа «Волейбол» спортивной направленности создана для детей и подростков 14-17 лет.

**Актуальность программы** заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее время значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы организма.

**Цель программы «Волейбол» – развитие личности подростка на основе единства интеллектуального, физического и духовного развития.**

**Задачи программы:**

***образовательные:***

- освоить технику игры в волейбол
- ознакомиться с основами физиологии и гигиены спортсмена
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

***развивающие:***

- способствовать укреплению здоровья;
- содействовать гармоничному физическому развитию;
- развивать двигательные способности детей; создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.п.

***воспитательные:***

- прививать любовь к спорту, навыки здорового образа жизни; воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность.

Занятия направлены на всестороннюю физическую подготовку, на совершенствование основ техники в изучаемом виде спорта, а также, на ознакомление с новыми видами подвижных игр и спортивных подводных игр.

Учебная работа содержит материал теоретических и практических занятий. Теоретические занятия имеют короткую форму и проходят в процессе практических занятий. Практические занятия разнообразны и эмоциональны. При обучении применяются упражнения, эстафеты, подвижные игры, в которых активно участвуют все занимающиеся; обучаемые должны ежедневно делать утреннюю гимнастику, принимать водные процедуры, кроме того, выполнять задания педагога по самостоятельному повышению уровня своей физической подготовки. Особое внимание на занятиях уделяется развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация.

В группы принимаются дети 14-17 лет, имеющие желание заниматься данным видом спорта. Набор детей в спортивную секцию «Волейбол» осуществляется, согласно заявления родителей, при наличии медицинской справки о состоянии здоровья ребёнка.

Формирование групп осуществляется в начале учебного года.

В объединении занимаются три группы по 15 человек разных возрастов, занятия проводятся три раза в неделю по 1 часу. Программа рассчитана на 1 год

### **Формы контроля:**

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении. Применяются следующие виды и формы контроля:

- *предварительный контроль* (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования. Проводится в сентябре на каждом году обучения;
- *текущий контроль* (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения. Проводится на протяжении всего учебного года;
- *промежуточный контроль* (за подготовленностью и функциональным состоянием обучающихся) проводится один раз в полугодие в форме тестирования;
- *итоговая аттестация*, проводится в конце каждого учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений по общей физической подготовке, освоению учащимися учебного материала, а также теоретических знаний.

В каждой возрастной группе предусматривается прием контрольных нормативов по общей физической подготовке, определяется уровень освоения детьми образовательных знаний, умений и навыков.

**Формы обучения:**

Основными формами обучения игры в волейбол, являются: групповые занятия, которые предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, участие в соревнованиях.

В групповых занятиях обучающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

**Материально-техническое обеспечение:**

1. Помещение спортзала (баскетбольная площадка во дворе школы);
2. Волейбольные мячи - 20 шт;
3. Сетки - 2 шт;
4. Набивные мячи - 10 шт;
5. Скакалки - 20 шт;
6. Стойки - 6 шт;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190459

Владелец Усова Ольга Николаевна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024