

Аннотация к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Волейбол»

Автор-составитель: Дёмин С.Е., педагог
дополнительного образования

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Волейбол» соответствует всем предъявляемым требованиям.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность и новизна программы. На протяжении последних лет ухудшается состояние здоровья населения Российской Федерации, о чем свидетельствует медицинская статистика. Особенно актуально стоит вопрос сохранения и укрепления здоровья обучающихся, ведь именно с детства необходимо закладывать основу здорового образа жизни и укреплять здоровье подрастающего поколения. Одним из путей решения данной проблемы является активизация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных учреждениях. Прежде всего, это повышение двигательной активности обучающихся, которая не должна ограничиваться только уроками физической культуры. Обучающиеся должны активно заниматься спортом во второй половине дня: в спортивных секциях, кружках, объединениях, чему должна предшествовать целенаправленная работа по привитию интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Программа рассчитана на 4 года обучения, в неделю проводятся 2 занятия по 2 часа. Программа предназначена для работы с детьми в системе дополнительного образования. Рекомендуемый возраст обучающихся от 9 до 16 лет.

Цели и задачи.

Основной целью реализации программы является создание условий для формирования нравственно и физически здоровой личности обучающихся, формирования у обучающихся теоретических знаний и практических умений, навыков в области спортивной игры «Волейбол». Основой подготовки обучающихся по программе является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры. В связи с этим дополнительной общеобразовательной программой ставятся следующие задачи: - укрепление здоровья и содействие правильному разностороннему физическому развитию; - укрепление опорно-двигательного аппарата; - развитие быстроты, гибкости, ловкости; - обучение основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча, нападающего удара; - начальное обучение простейшим тактическим действиям в защите и нападении; - привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, популяризация спортивной игры «Волейбол».

Ожидаемые результаты. В результате реализации данной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы по волейболу обучающиеся должны освоить технику перемещений и стоек, технику подачи мяча, приема и передачи мяча, нападающих ударов, основы тактических действий в нападении и защите, технику игры в защите и нападении, теоретические знания об истории спорта и волейбола, об

основах физиологии и техники безопасности, правила игры «Волейбол»; должно улучшиться общее состояние здоровья обучающихся и наблюдаться развитие их физических качеств, должен быть сформирован устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.