МАОУ СОШ №1 г.Ивделя
Подписано цифровой подписью: МАОУ СОШ №1 г.Ивделя
Дата: 2024.12.10 16:47:04 +05'00'

Аннотация к рабочей программе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол».

Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол» разработана для обучающихся 13-15 лет составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основаного общего образования.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Цель программы: обучение игре в волейбол, совершенствование умений и навыков спортивной игры в волейбол, укрепление здоровья. Повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по волейболу.

Контингент обучающихся: программа рассчитана на детей 13-15 лет.

Продолжительность реализации программы: 1год

Режим тренировок: тренировки 2 раза в неделю, всего 136 часов в год

Форма организации процесса обучения: тренировки организуются в группе по 15 человек.

Краткое содержание: Волейбол – командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолев трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Актуальность программы является то, что занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Ожидаемый результат:

- Уметь играть по правилам;
- Освоить технику верхней прямой подачи мяча;
- Освоить технику нападающего удара;

- Овладеть навыками судейства;
- Научить работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- Овладеть техникой блокировки в защите;
- Овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.