

## Описание

### Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-оздоровительной направленности «Волейбол»

Наименование образовательной программы - Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - оздоровительной направленности «Волейбол».

Форма обучения: очная.

Нормативный срок обучения: программа рассчитана на 1 год обучения обучающихся 10-12 лет.

Язык, на котором осуществляется обучение: русский.

Учебные предметы, курсы, дисциплины (модули): «Волейбол».

Методы и формы работы: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Занятия в рамках программы проводятся, в форме тренировок, лекций, экскурсий, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий.

Форма проведения занятий: физические упражнения (разминка, ОРУ, специальные упражнения, технико-тактические упражнения, игровые упражнения, игры), беседы по правилам и судейству соревнований. Направленность: физкультурно-оздоровительная.

Цель программы – создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом , формирование навыков здорового образа жизни.