

Описание

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Волейбол»

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

Форма обучения: очная.

Нормативный срок обучения: программа рассчитана на 1 год обучения обучающихся 13-15 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, специальные упражнения, технико-тактические упражнения, игровые упражнения, игры), беседы по правилам и судейству соревнований.

Направленность: физкультурно-противная.

Цель программы: изучение спортивной игры волейбол на базовом уровне.

Основными задачами программы являются:

- 1.Формирование и закрепление устойчивой потребности в здоровом образе жизни и систематических занятиях спортом.
- 2.Укрепление здоровья и содействие физическому развитию учащихся.
- 3.Приобретение необходимых теоретических знаний.
- 4.Привитие учащимся организаторских навыков.
- 5.Повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по волейболу.
6. Подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу.

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического совершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научаться играть в волейбол и принимать участие в соревнованиях.