

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по волейболу

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу МУ ДО СШ МО п.Михайловский (далее СШ) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Актуальность программы заключается в том, что объём социального заказа на обучение детей волейболу резко увеличился и продолжает увеличиваться. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Педагогическая целесообразность программы заключается в воспитании высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, патриотизма, дисциплинированности и трудолюбия. Реализация программы позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов. Успешно усвоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу различного уровня. Практика показывает эффективность ранней подготовки обучающихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Отличительные особенности программы. Волейбол — неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет строгую специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

Адресат, возрастные особенности обучающихся Программа рассчитана на обучающихся 12-17 лет. В группе от 12 до 20 человек.

Сроки и объём реализации программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, что составляет 10,5 месяцев- 42 недели или 336 часа.

Режим занятий. Тренировочные занятия проводятся 8 часов в неделю согласно расписанию 4 раза по 2 часа (продолжительность 1 часа-45 минут (в соответствии с нормами СанПина).

Цель программы Сформировать у юных спортсменов устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Научить играть в волейбол на достойном уровне.

Задачи:

Образовательные:

- обучать техническим приёмам и правилам игры в волейбол;
- обучать тактическим действиям;
- обучать приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- учить овладевать навыками регулирования психического состояния.

Воспитательные:

- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребности к ведению здорового образа жизни.

Развивающие

- повышать техническую и тактическую подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умения игры;
- развивать физические качества, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма.