

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Волейбол»

Цель программы — углублённое изучение спортивной игры волейбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по волейболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по волейболу.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Подобная реализация программы «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

В ходе реализации программы «Волейбол» обучающиеся смогут узнать:

1. значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
 2. правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
 3. названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
 4. наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
 5. упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
 6. контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
 7. основное содержание правил соревнований по волейболу;
 8. жесты волейбольного судьи;
 9. игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола;
- и смогут научиться:
1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях волейболом;
 2. выполнять технические приёмы и тактические действия;
 3. контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях волейболом;
 4. играть в волейбол с соблюдением основных правил;
 5. демонстрировать жесты волейбольного судьи;
 6. проводить судейство по волейболу.