

АННОТАЦИЯ

к программе по дополнительному образованию «Волейбол»

Образовательная программа дополнительного образования детей «Волейбол» составлена на основе нормативных документов, регламентирующих работу спортивных секций школы по подготовке учащихся к соревнованиям, а также стремлению учащихся к овладению правил спортивной игры в волейбол и физическому совершенствованию через здоровый образ жизни.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность: Волейбол - один из наиболее увлекательных, массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Занятия волейболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению зрения, точности и ориентировке в пространстве. У детей развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Широкому распространению волейбола содействует доступное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

Программа актуальна, так как предусматривает решение проблем оздоровления и закаливания организма обучающихся, обеспечения оптимального для данных возрастных групп уровня физической работоспособности и физических качеств. Кроме повышения уровня физического развития программа обучает основам техники и тактики игры, формирует навыки волейболистов.

Новизна программы состоит в том, что призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «Волейбол».

Отличительные способности программы

При изучении раздела программы «Технические и тактические приемы» применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Адресат программы: Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы составляет 11- 17 лет. Объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям спортом. Количество обучающихся в группе - 15 человек.

Вид программы по уровню освоения – стартовый (ознакомительный), одноуровневый

Объём программы 36 часов (1 час в неделю, 36 недель)

Срок освоения 1 год обучения

Формы обучения : очная

Режим занятий Занятия проходят 1 раз в неделю по 40 – минут.

Форма организации образовательного процесса учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в волейбол.

Особенности организации образовательного процесса: Данная программа предполагает групповые формы учебных занятий. В учебные группы зачисляются учащиеся, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача для занятий. Возможен добор отдельных учащихся в случае отчисления детей, по каким-либо причинам. Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением детей технике и тактике в волейбол. Кроме средств волейбола, составной его частью являются специальные

упражнения (подготовительные), играющие важную роль на начальном этапе обучения. Обучение тактическим действиям начинается с первых же занятий. По мере овладения техникой волейбола юные спортсмены изучают тактические действия, связанные с ней.

Цель программы сохранение и укрепление здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни посредством игры в волейбол; воспитание моральных и волевых качеств воспитанников, содействие развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи программы

Образовательные:

Обучение техническим и тактическим основам спортивной игры – волейболу, дальнейшее совершенствование технических и тактических приемов игры. Освоение учащимися знаний для занятий волейболом. Овладение умениями и навыками игры в волейбол. Развитие силы, ловкости, координации движений, быстроты реакции. Воспитание интереса к волейболу.

Развивающие:

Развитие спортивных способностей обучающихся. Развитие желания участвовать в соревнованиях проводимых в течение года.

Воспитательные:

Воспитать упорство, трудолюбие, настойчивость в достижении цели. Воспитание трудолюбия, коммуникабельности, чувства товарищества и патриотизма.