

Аннотация

программы дополнительного образования «Волейбол» 8-11 кл.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Актуальность применения данной программы состоит в реализации восполнения недостатка двигательной активности, имеющийся у школьников в связи с высокой учебной нагрузкой, углубленном изучении спортивной игры волейбол, оздоровительном эффекте занятий, а также их благотворном влиянии на все органы и системы подростка и формирование правильной осанки. Замечено также, что учащиеся, занимающиеся в спортивных секциях, являются образцом для подражания для сверстников и верными помощниками для учителя, что улучшает учебный процесс по предмету «Физическая культура» в школе в целом.

Отличительными особенностями волейбола является игровая и соревновательная деятельность. Соревновательное противостояние волейболистов происходит в пределах установленных правил посредством присущих только волейболу соревновательных действий — приемов игры (техники)

Цель занятий: формирование физической культуры школьников, углубленное изучение спортивной игры волейбол, укрепление здоровья.

Задачи: совершенствование функциональных возможностей организма; способствовать развитию у детей физических качеств выносливости, ловкости, координации движений, внимательности; инициативы в принятии решений; воспитание силы воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы; формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия; формирование умений в организации и судействе в волейболе.

Возраст обучающихся: 15-17 лет.

Уровень, объём и срок освоения программы.

Уровень- базовый.

Объём программы- 72 часа.

Срок освоения программы- 1 год (2021-2022).

Форма обучения - очная.

Форма занятий: групповая.

Режим занятий: суббота – 10.10-10.50 11.00-11.40