

Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе

«ВОЛЕЙБОЛ»

Статус программы: Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Уставом и локальными актами МАУ ФОК «Чайка»

Направленность – физкультурно-спортивная.

Цель программы – является выявление и развитие способностей каждого занимающегося, формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей, социально активной личности, обладающей прочными знаниями, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной впоследствии на участие в социальном и духовном развитии общества.

Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Контингент обучающихся: в спортивно-оздоровительную группу первого года обучения зачисляются все желающие дети с 10 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

Продолжительность реализации программы: 3 года

Режим занятий: Программа рассчитана на 684 часа, 38 учебных недель в год, 3 раза в неделю по 2 часа.

Форма организации процесса обучения: теоретические и групповые практические занятия, тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных и гендерных особенностей, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях, учебно-тренировочные занятия в оздоровительно-спортивном лагере, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Планируемые результаты:

1. Динамика индивидуальных показателей развития физических качеств обучающихся.
2. Формирование знаний по здоровому образу жизни.
3. Освоение обучающимися правил игры в волейбол, овладение обучающимися понятиями «Техника игры», «Тактика игры» и применение обучающимися полученных знаний в игре.
4. Приобретение дополнительных знаний истории и происхождении волейбола. Выполнение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении и защите; выполнение технических действий с мячом и без мяча в нападении и защите. Приобретение обучающимися организаторских навыков и умения действовать в коллективе.

По окончании первого этапа обучения, обучающиеся должны:

- Иметь общее представление о технических приемах в волейболе.
- Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку.
- Уметь играть по упрощенным правилам игры.
- Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции.
- Получить навыки технической подготовки волейболиста.
- Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и защите.
- Освоить технику верхних передач.
- Освоить технику передач снизу.
- Освоить технику верхнего приема мяча.
- Освоить технику нижнего приема мяча.
- Освоить технику подачи мяча снизу.

По окончании второго этапа обучения, обучающиеся должны:

- Уметь играть по правилам.
- Освоить технику верхней прямой подачи мяча.
- Освоить технику нападающего удара.
- Овладеть навыками судейства.
- Уметь управлять своими эмоциями.
- Знать методы тестирования при занятиях волейбола.
- Знать основные понятия и термины в теории и методике волейбола.
- Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.
- Овладеть техникой блокирования.
- Овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.

По окончании третьего этапа обучения, обучающиеся должны:

- Овладеть техникой прямой подачи в прыжке.
- Уметь принимать мяч от сетки.
- Овладеть контратакующими действиями в волейболе.
- Научиться работать в команде, уметь согласовывать свои действия и находить взаимопонимание.
- Научиться делать отвлекающие действия при вторых передачах.
- Получить навыки командных действий в защите и нападении.
- Овладеть тактикой нападения.
- Овладеть тактикой защиты.