

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Волейбол»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» физкультурно-спортивной направленности составлена с учетом методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных развивающих программ, Москва, 2015г. Программа курса рассчитана на 136 учебных часов (4 часа в неделю).

Актуальность программы.

Так как секционные занятия проводятся на базе средней школы, программа создана на основе общеобразовательной программы обучения игре в волейбол. В ней сделан акцент для привлечения интереса школьников к игре в волейбол. Сама игра в волейбол, предоставляет уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей: развития познавательных процессов, выработки воли и характера, воспитания чувства коллективизма.

Внеурочные секционные занятия являются основной и ведущей формой физического воспитания. Главными требованиями к их проведению являются: прикладная направленность, систематическое и комплексное воспитание двигательных качеств, формирование необходимых навыков в волейболе, достижение закаляющего эффекта (проведение занятий на открытом воздухе), воспитание привычки самостоятельно заниматься физическими упражнениями, индивидуальный подход к учащимся.

Предусматривается проведение систематической контрольной проверки уровня физической, специальной и общей подготовленности школьников, с применением методики тестирования. Тестирование осуществляется в начале учебного года в форме и в конце года для прослеживания мониторинга физического развития.

Цели и задачи:

Игра в волейбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы - углубленное 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.

Методы и формы обучения.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5-2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы проведения: индивидуальная, фронтальная. Групповая, поточная.