

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Партизанская средняя общеобразовательная школа имени П. П. Петрова»

|  |  |
|--|--|
| Согласовано:<br>«19» августа 2022г.<br>заместитель директора по воспитательной работе<br> /О.В. Гизбрехт/ | Утверждено:<br>«22» августа 2022г.<br>директор школы:<br> Н.И. Христюк/ |
|--|--|

**Рабочая программа дополнительного образования**

Волейбол

---

название учебного курса

**Преподаватель: Якушенко Николай Владимирович**  
Ф.И.О. разработчика программы

с. Партизанское, 2022 г.

**Полное наименование:** «Волейбол»

**Публичное наименование:** «Волейбол»

**Краткое описание:** Укрепление здоровья, воспитание морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, развитие физических качеств.

**Форма обучения:** очная

**Продолжительность программы:** 1 год.

**Возрастные ограничения:** от 10 до 15 лет.

**Размер группы:** до 20 человек.

**Подробное описание:** Программа направлена на обеспечение разносторонней подготовленности обучающихся, их физическое развитие и укрепление здоровья; повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства; укрепление опорно-двигательного аппарата обучающихся; оптимальное выполнение контрольных и контрольно-переводных нормативов; обеспечение эмоционального благополучия учащихся, приобщение их к общечеловеческим ценностям. Большое внимание в программе уделяется СФП, направленной на техническую и тактическую подготовку игры в защите, т.к. при обучении волейболистов защитным действиям главное внимание сосредотачивается на умении перемещаться, правильно выбирать место и принимать мяч в различных игровых ситуациях.

**Направленность программы:** «физкультурно - спортивная»

**Тип программы:** общеразвивающая.

**Содержание программы:** в основу отбора и систематизации материала содержания программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности. Принцип комплексности программы выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебно- тренировочного процесса: теоретической, практической, физической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля. Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями возрастающего мастерства спортсменов, постепенном, от этапа к этапу усложнении содержания тренировок, в росте объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, единстве задач, средств и

методов подготовки. Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки спортсменов. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи учитель может вносить свои коррективы в построении учебно-тренировочных занятий, не нарушая общих подходов. Учебный материал усложняется в зависимости от года обучения.

**Цель программы:** подготовка детей к начинающим достижениям игры в волейбол.

**Ожидаемые результаты:** обучающиеся должны знать технику приема и передачи мяча в волейболе, технику нападающего удара в волейболе, технику подачи мяча; должны уметь играть по упрощённым правилам волейбола.

**Особые условия:** не требуются

**Материально-техническая база:** игровой (спортивный) зал, спортивный инвентарь (мячи волейбольные), спортивная (волейбольная) форма, оборудование (фишки, скакалки, мячи).