


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

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

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).