

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №6»**

**Программа дополнительного образования
«Волейбол»**

Описание программы

Волейбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по волейболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Предлагаемые упражнения не имеют количественного выражения. Их дозировку педагог должен определить самостоятельно, исходя из физической и технической подготовленности учащихся, их возрастных и половых особенностей, а также наличия и состояния спортивных сооружений, учебного оборудования и инвентаря.

Содержание программы

Краткое содержание изучаемого курса учебно-тренировочной группы обучения

1. Гигиена волейболиста.
2. Техническая подготовка.
3. Тактическая подготовка
4. Основные приемы техники игры в волейбол и способы их выполнения: перемещения;
5. Тактика нападения и тактика защиты:
6. Правила игры в волейбол
7. Общая физическая подготовка.
8. Специальная физическая подготовка.
9. Контрольные испытания.
10. Судейство во время товарищеских игр:
11. Соревнования.
12. Судейство во время игры

Цель программы

Подготовка детей к начинающим достижениям игры в волейбол.

Ожидаемые результаты

- учащиеся овладевают техникой и тактикой игры в волейбол;
- овладевают строевыми командами и подбором упражнений по общей физической подготовки (разминки);
- учащиеся приобретают навыки инструктора-общественника;
- самостоятельно осуществляют практическое судейство игры волейбол;
- могут организовывать соревнования в группе, в школе, в лагере отдыха;
- умеют вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях; таблицу учёта результатов;
- участвуют в спартакиаде школы по волейболу;

– выполнение начальных спортивных разрядов.

Особые условия

Допуск по состоянию здоровья.

Возрастные ограничения

12-18 лет.

Преподаватели

Давыденко Татьяна Алексеевна, преподаватель первой категории, стаж работы 20 лет.

Материально-техническая база

МТБ соответствует требованиям, с применением современных ЦОР.