

Аннотация к рабочей программе дополнительного образования «Волейбол»

Программа дополнительного образования «Волейбол» разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта, программы «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. Волейбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.

Актуальность программы: Волейбол – игровой вид спорта в программе физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждениях. Игра в волейбол подразумевает умение быстро выполнять двигательные действия, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью, высоко прыгать. Занятия данным видом спорта укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, увеличивают силу и эластичность мышц, а постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. В результате чего развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Благодаря своей эмоциональности волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. **Отличительная особенность программы** заключается в том, что в ней предусмотрено разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку.

На занятиях представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у учащихся в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы организма.

Участниками программы дополнительного образования по волейболу являются учащиеся 9–12 классов МБОУ ВСОШ. Набор учащихся свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут. Программа дополнительного образования по волейболу рассчитана на 1год обучения. Включает в себя 36 часов учебного времени.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 426ae4e4947742494c277fe0f51311fc571cb160

Владелец **Козин Валерий Сергеевич**

Действителен с 17.09.2021 по 17.12.2022