**Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**

**программе (ДООП) физкультурно-спортивной направленности**

**«Волейбол»**

Возраст обучающихся 13-15 лет

Срок реализации 1 год ( 3 года обучения)

ДООП “Волейбол” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

В основу программы положена Учебная программа Волейбол: Железняк Ю.Д., для

ДЮСШ и ДЮСШОР 1994.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику допол-

нительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься

этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает

возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали

проходить раздел «волейбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здоро-

вого образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои дей-

ствия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоян-

но взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность

имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчи-

нять свои действия интересам коллектива.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, мет-

кости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение по-

беды, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с

максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе

спортивной борьбы.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимаю-

щихся основных физических качеств, формированию различных двигательных

навыков, укреплению здоровья.

Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые

игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за про-

цессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчи-

во и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления иг-

ровых действий требует также проявления высокой самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивиду-

альных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или не-

успех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Вы-

сокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к

игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у

занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действи-

ями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих уста-

новок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими сред-

ствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его

информированность в области оздоровления и развития организма.

Теоретическая подготовка юных волейболистов должна включать в себя и вопросы

основ знаний, таких как:

 гигиена занимающихся, их одежда,

 профилактика травматизма,

 правила игры,

 сведения об истории волейбола,

 сведения о современных передовых волейболистах, командах.

Теоретические сведения должны сообщаться ученикам в ходе практических

занятий в разных частях занятия, в паузах между упражнениями, в перерывах между

играми.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный об-

раз жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информаци-

онной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаи-

модействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тре-

нируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются стро-

гие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его

скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости сво-

бодного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса

детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с

большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гипо-

динамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образо-

вания «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении,

оздоровлении и поддержании функциональности организма.

ЦЕЛЬ:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств,

овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством

занятий волейболом.

ЗАДАЧИ:

1. Образовательные:

 обучить учащихся техническим приемам волейбола;

 дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;

 дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физи-

ческой культуры и спорта – спортивные игры (волейбол);

 обучить учащихся техническим и тактическим приёмам волейбола;

 научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

2. Развивающие:

 развить координацию движений и основные физические качества.

 способствовать повышению работоспособности учащихся,

 развивать двигательные способности,

 формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями

во время игрового досуга;

3. Воспитательные:

 воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;

 воспитывать дисциплинированность;

 способствовать снятию стрессов и раздражительности;

Способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам

коллектива в достижении общей цели.