

Муниципальное автономное образовательное учреждение-  
средняя общеобразовательная школа №156

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом Школы  
Протокол № 9 от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ № 156  
Н.В. Павлова  
августа 2021 г.

Приказ



Дополнительная общеобразовательная программа  
кружка «Волейбол»

Направленность: физкультурно- спортивная  
Возраст детей 15-18 лет  
Срок реализации: 2 года

## Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Волейбол»

Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г №28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» «Концепция развития дополнительного образования детей» (утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).
- Письмо Министерства образования и науки от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

**Актуальность.** Волейбол – олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия волейболом способствуют решению социально – культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в волейбол – одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения предмета «Волейбол» у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Игра в волейбол является одним из самых демократичных и массовых видов спорта. В волейбол могут играть как дети младших возрастов, так и люди довольно зрелого возраста. Как мужчины, так и женщины. Для этой игры не требуется дорогостоящего инвентаря, достаточно иметь мяч, сетку и небольшую площадку. Играть можно на небольшой площадке, так и вне. Например, в кругу, на отдыхе. Как вшестером, командой, так и в паре, тройке и т.д. Из - за зрелищности спортивных соревнований, эмоциональности и доступности практически людям всех возрастов, игра привлекает всё больше и больше поклонников. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта. Это же и подчёркивает оздоровительный характер. Эту игру любят и играют в неё миллионы людей.

**Отличительной особенностью данной программы является:** Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в

оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности волейболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий.

Программа организована согласно модульному принципу и имеет 3 модуля и соответствует «базовому» уровню сложности.

#### **Адресат программы: учащиеся 14-17 лет**

Набор учащихся свободный. Количество учащихся до 15 человек. Состав группы постоянный.

**Объем и срок освоения программы** – 306 часов, 2 года. **Форма обучения** – очная.

**Уровень освоения программы** – базовый.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

В группе занимаются и мальчики, и девочки. Программа позволяет уделить внимание каждому ребенку и дать им полный объем знаний и умений. В группе собираются дети с разным уровнем развития. Набор в группу осуществляется не на конкурсной основе, главное – желание ребенка заниматься в секции. Кроме того, предусматриваются индивидуальные занятия, которые направлены на развитие детей, подготовленных слабее.

**Цель программы** - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

#### **Задачи программы:**

##### **Обучающие:**

- Продолжить знакомство с волейболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

##### **Развивающие:**

- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей.

##### **Воспитательные:**

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.
- Расширять спортивный кругозор детей.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575806

Владелец Павлова Наталья Викторовна

Действителен с 25.03.2021 по 25.03.2022