

## Аннотация

к дополнительной общеобразовательной программе « Волейбол »  
МБОУДО ДЮСШ го г.Кумертау РБ

( тренер – преподаватель по волейболу: Янина Татьяна Евгеньевна).

Программа составлена на основании примерной программы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. Программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ. В ней отражены основные принципы спортивной подготовки юных спортсменов.

### Содержание:

Образовательная программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоение материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом учащихся.

Цель программы: - всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

### *Обучающие:*

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

### *Развивающие:*

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья учащихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации учащихся к познанию и творчеству.

### *Воспитательные:*

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;

-воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;

-воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Сроки реализации: 9 лет.

Возраст детей – 6-18 лет.

Количество воспитанников в группе: 15-20 человек.

Состав группы постоянный, но при наличии объективных причин допускается переход воспитанника из одной группы в другую и разного возраста, при наличии заявления от родителей и медицинской справки.

Основной формой занятий в ДЮСШ, является учебно-тренировочное занятие. Продолжительность занятия и число обучающихся в группах соответствует нормативным требованиям подготовки спортсменов.

*Формы оценки:*

1.Индивидуальная проверка

2.Проверка в группе с выявлением победителя

Основными педагогическими приемами в обучении детей среднего возраста являются:

1.Объяснение

2.Показ

3.Демонстрация и повтор упражнения

Основными формами организации учебно-тренировочной работы на всех этапах подготовки учащихся являются:

1. Теоретические и практические занятия, соревнования

2. Инструкторская и судейская практика

3. Тренировочные занятия в спортивных лагерях

4. Учебно-тренировочные сборы

5. Профилактические и оздоровительные мероприятия

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, овладение теоретическими и практическими знаниями.

Итоги реализации программы проводятся в форме проведения контрольно-переводных нормативов по общей физической, специальной физической, технико-тактической подготовке внутри школьных, районных, республиканских и межрегиональных соревнований.