

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основе программы «Волейбол» Ю.Д. Железняк (г. Москва, 2007 г.) допущенным Федеральным агентством по физической культуре и спорту. Программа составлена на основании нормативно-правовых документов: Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ, Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2022 г. № 678-р, Приказом просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9.11.2018 г. № 196, Федеральным законом «О физической культуре и спорту» от 04.12.2007 г. № 329 – ФЗ, Уставом МБОУ «Заречномедлинская СОШ» локальными актами, регламентирующими образовательную деятельность.

Направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в секции способствуют повышению самооценки. Ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Новизна программы. В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Педагогическая целесообразность. Позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у обучающихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Цель программы – мотивация обучающихся на физическое воспитание и развитие творческой личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Основными задачами реализации Программы являются:

- ознакомление с историей развития волейбола, правил соревнований;
- освоение и совершенствование основ техники волейбола и тактических действий;
- ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена, техники безопасности на занятиях и режиме дня.
- развитие основных физических качеств, двигательных умений и навыков;
- развитие специальных физических качеств, характерных для избранного вида спорта: быстроты, выносливости, координации, внимания, скоростно-силовых качеств;
- развитие стремления к совершенствованию как способа достижения наивысших результатов через участие в соревнованиях;
- развитие коммуникативных навыков.
- воспитание волевых, смелых дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- воспитание патриотизма и любви к родному краю;
- привитие стойкого интереса к занятиям физкультурой и спортом.

Отличительная особенность.

В группу допускаются все лица, желающие заниматься спортом независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний. Большой акцент направлен на начальную подготовку детей.

Возраст детей: программа предназначена для девушек и юношей желающих заниматься волейболом, не имеющих медицинских противопоказаний с 10-14 лет, с учетом возрастных возможностей восприятия и усвоения теоретического материала и практических занятий.

Адресат программы: Занятие проводится на базе общеобразовательного учреждения. Количество занимающихся в группе 12 – 14 человек.

Уровень освоения – базовый. Знакомятся техникой волейбола, осваивают технику и тактику игры, перемещения, блокирования и подачи игроков. Ловли и передачи мяча, нападающих ударов. Знакомятся тактикой нападения и защиты. Подвижные и спортивные игры. Изучают историю волейбола, гигиенические сведения, технику, тактику и правила волейбола. Форма обучения индивидуальная и коллективная. Анализ и оценка результатов деятельности осуществляется через тестирование, контрольные и практические задания. Участие в матчевых соревнованиях.

Предполагает переход от простых видов перемещения, передач, и подача мяча более сложным. Программа направлена на совершенствование техники и тактики игры. Привитие практических навыков игры. Обучающиеся изучают также историю волейбола, технику, тактику и правила игры. Анализ и оценка результатов деятельности осуществляется через контрольный опрос, сдачи итоговых тестов, участие в районных и республиканских соревнованиях. На основе полученных знаний обучающиеся участвуют в школьных, районных соревнованиях. О результатах обучения можно судить по итогам участия в районных, соревнованиях.

Сроки реализации: В соответствии с ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» гл. 10 ст. 75 п. 4. Содержание дополнительных общеразвивающих программ и сроки обучения по ним определяются образовательной программой, разработанной и утвержденной организацией, осуществляющей образовательную деятельность. Занятия рассчитаны на 36 недель.

Форма обучения – очная. Занятия проводятся в форме групповых тренировок, лекций, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных испытаний, мониторинга, контрольного тестирования, индивидуальных занятий. По непредвиденным обстоятельствам обучение проводится с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. С использованием письменных план-заданий с помощью мессенджеров Ватсап, Вайбер, Вконтакте и т.п.

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия не более двух академических часов.

Объем программы составляет 72 часа.