

## Аннотация

К рабочей программе «Волейбол»

МБОУ СОШ №5 г. Вязьмы

(преподаватель по волейболу: Маршинский Виктор Михайлович).

Программа составлена на основании примерной программы для детско-юношеских спортивных школ. 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 обучающихся.

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 обучающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся 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: 1 год.

Возраст детей – 13-17 лет.

Количество воспитанников в группе: 1 года обучения – 15 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.

Режим работы: 1 год обучения 2 раза в неделю по 2 часа

Количество часов: 1 год - 136

Основной формой занятий в школе, 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 обучающихся 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 обучающихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, овладение теоретическими и практическими знаниями.

Программный материал	Группа 1 года обучения	
	Теория	Практика
1. Теоретическая подготовка	4	на каждом занятии
2. Общая физическая подготовка		
3. Специальная физическая подготовка		124
4. Соревнования		8
ВСЕГО		136

Итоги реализации программы провожу в форме