

## АННОТАЦИЯ

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа модифицированная, ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов школы, интересов, способностей и особенностей детей.

**Цель** программы: формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, через освоение знаний и умений спортивной игры «Волейбол».

Волейбол является увлекательным видом спортивных игр, представляющим собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Программа рассчитана на обучающихся среднего школьного возраста, девочек и мальчиков 11 -14 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видом спорта. Состав группы от 12 до 18 человек. Разница в возрасте не должна превышать - 1 год.

Зачисление на обучение по программе «Волейбол» осуществляется по личному желанию ребенка и заявлению родителя (законного представителя), при наличии медицинского допуска, при этом сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и/или СФП не предусмотрена.

Программа базового уровня.

Объем программы – 720 часов. Программа рассчитана на 3 года обучения: 1 год - 216 часов, 3 занятия в неделю по 2 часа. 2 год обучения - 216 часов, 3 занятия в неделю по 2 часа. 3 год обучения 4 занятия в неделю по 2 часа (всего 288 часов). Продолжительность одного академического часа – 40 мин.

Актуальность программы определяется запросом со стороны родителей на организованные занятия волейболом с детьми среднего школьного возраста, позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.