Аннотация к рабочей программе дополнительного образования

«Волейбол»

**Рабочая программа дополнительного образования «Волейбол» составлена на основе** рекомендаций по планированию и организации внеурочных занятий по волейболу для обучающихся основной и старшей школы в условиях работы по новым стандартам. (Авторы: Г.А. Колодницкий. В.С. Кузнецов. М.В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Серия «Работаем по новым стандартам». М.: Просвещение, 2016)

**Цели и задачи**   
*Цель:*   
• Повышение уровня физического развития подростков.   
• Подготовка спортивного резерва

 Задачи:   
• Укрепление здоровья и закаливание организма подростков   
• Обеспечение оптимального для данного возраста уровня физической работоспособности и физических качеств   
• Повышение общей физической подготовленности   
• Развитие специальных физических способностей   
• Обучение основам техники и тактики игры в волейбол

**Формы и режим занятий.**

**Формы обучения**: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в волейбол.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Продолжительность занятия | Периодичность в неделю | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| 45 мин;  10 мин. перерыв  45 мин. | 1 раз в неделю | 2 часа | 84 часа |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Тема раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Основы знаний | в процессе занятий |
| 2 | Техника перемещений. | 2 |
| 3 | Прием. Передача Подача мяча. | 46 |
| 4 | Нападающий удар. Блокирование**.** | 12 |
| 5 | Тактика игры в нападении**.** | 16 |
| 6 | Тактика игры в защите | 4 |
| 7 | Организация и проведение соревнование | 4 |
|  | **Итого** | **84** |