

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной
предпрофессиональной программе
физкультурно-спортивной направленности
«ОБУЧЕНИЕ ИГРЕ В ВОЛЕЙБОЛ»

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа «Обучение игре в волейбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Уровень программы – углубленный (продвинутый).

Возраст обучающихся – 9 – 18 лет.

Цель данной программы заключается в формировании физически и психически здоровой, социально активной личности ребёнка, способной к самореализации в спортивной, трудовой и общественной деятельности в будущем.

Задачи программы:

Предметные:

- формировать школу движений, практических двигательных умений и навыков, сознательное управление своим телом, сообщение теоретических знаний из области физической культуры и здорового образа жизни;
- достигать возможного для каждой возрастной группы уровня развития физических и игровых качеств;
- приобретать знания, теоретические сведения по физической культуре, в частности, по волейболу;
- развивать специальные физические качества и способности, необходимые при совершенствовании техники и тактики игры волейбол;
- формировать умения действовать в игровой обстановке, в соревновательных условиях.

Метапредметные:

- формировать навыки и привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной, творческой и спортивной деятельности;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- способствовать умению выстраивать коммуникацию со взрослыми и детьми разного возраста;
- формировать умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- формировать и развивать умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- развивать стойкий интерес к занятиям физическими упражнениями.

Личностные:

- содействовать всестороннему физическому развитию организма ребёнка, устойчивости против неблагоприятных сил природы, укреплению здоровья, воспитанию навыков и привычек соблюдения правил личной гигиены;

- воспитывать чувства патриотизма и ценностного отношения к труду и здоровью;

- создавать в процессе обучения атмосферу доброжелательности, сотрудничества, включение в активную деятельность, создавать комфортную обстановку, ситуацию успеха;

- устранять повышенную утомляемость, нарушение осанки и координации;

- проводить профилактику простудных заболеваний;

- формировать интерес, потребность к систематическим занятиям волейболом;

- развивать память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;

- развивать способности управлять эмоциями;

- развивать волевые качества.

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа «Обучение игре в волейбол» предназначена для обучающихся от 9 до 18 лет и рассчитана на 8-летний период обучения.

Продолжительность учебного года – 46 недель.

На базовом уровне учебные занятия ведутся 3, 4 раза в неделю по 2,3 часа.

На углубленном уровне – 4 раза в неделю по 3 часа.

Учебный план делится на уровни подготовки:

- Базовый уровень подготовки – 6 лет.

- Углубленный уровень подготовки – 2 года.

Ожидаемые результаты:

Обязательные предметные области:

В предметной области «Теоретические основы физической культуры и спорта»:

- знание истории развития избранного вида спорта;

- значение занятий физической культурой и спортом для обеспечения полноценного качества жизни;

- знание этических вопросов спорта;

- знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил;

- знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих званий и спортивных разрядов по виду спорта «волейбол», а также условий выполнения этих норм и требований;

- знание возрастных особенностей детей и подростков, влияние на обучающихся занятий видом спорта «волейбол»;

- знание основ спортивного питания.

В предметной области «Основы профессионального самоопределения»:

- формирование социально-значимых качеств личности;
- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;
- приобретение опыта проектной деятельности.

В предметной области «Общая и специальная физическая подготовка»:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- содействие гармоничному физическому развитию, как основы дальнейшей специальной физической подготовки;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий волейболом;
- развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по виду спорта «волейбол»;
- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий волейболом.

В предметной области «Вид спорта»:

- обучение и совершенствование техники и тактики вида спорта «волейбол»;
- освоение комплексов специальных физических упражнений;
- повышения уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;
- формирование мотивации к занятиям волейболом;
- знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»;
- знание официальных правил соревнований по волейболу, правил судейства;
- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Вариативные предметные области

В предметной области «Различные виды спорта и подвижные игры»:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- знать и соблюдать правила техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области «Судейская подготовка»:

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и применения ее на практике;
- знание этики поведения спортивных судей;
- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

В предметной области «Развитие творческого мышления»:

- развитие изобретательности и логического мышления;
- развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи;
- развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

В предметной области «Национальный и региональный компонент»:

- расширение знаний обучающихся об особенностях развития волейбола в регионе Российской Федерации с учетом национальных традиций и особенностей субъекта;
- расширение знаний обучающихся о выдающихся волейболистах субъекта Российской Федерации, спортивных традициях и национальных символиках команд.

В предметной области «Специальные навыки»:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;
- умение развивать специальные физические качества по виду спорта волейбол;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и само страховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;

В предметной области «Спортивное и специальное оборудование»:

- знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Особые условия: обучающийся должен иметь:

- разрешение врача-педиатра или заключение врачебно-физкультурного диспансера на занятия данным видом спорта;
- спортивную форму и сменную обувь со светлой подошвой.