**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

**физкультурно-спортивной направленности**

**«Волейбол»**

**Уровень программы – базовый.**

**Сроки реализации** дополнительной общеразвивающей программы по волейболу: 3 года.

**Учебный план:**

Продолжительность учебного года – 52 недели.

Учебные занятия ведутся 3 раза в неделю по 2 часа.

В учебный год - 312 часов

**Цель и задачи программы:**

Основная цель – сохранение и укрепление здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни посредством игры в волейбол.

Задачи программы:

**образовательные:**

- обучение техническим приёмам и правилам игры;

- обучение тактическим действиям;

- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

- овладение навыками регулирования психического состояния.

**воспитательные:**

- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;

- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

**развивающие:**

- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;

- совершенствование навыков и умений игры;

- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма

**Планируемые результаты**

|  |
| --- |
| ***Образовательные***:  - Знать основные правила игры в волейбол  - общие технические приемы,  - стойки и перемещения |
| **Воспитательные**:  - уметь слышать и слушать товарища  - ознакомлены с понятием «общение», «культура», «спортивная этика»  - чувство коллективизма |
| **Развивающие:**  - развиты физические качества при проведении подвижных игр, эстафет  - повышен интерес к занятиям волейболом |

**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.