

## Краткая аннотация курса внеурочной деятельности «Волейбол»

Программа курса внеурочной деятельности обучающихся «Волейбол» составлена на основе учебных программ «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение.- 2016г.) и «Государственная программа Министерства образования и науки РФ по Физической культуре для профильного обучения» (Москва. Просвещение. 2010 г.) и рассчитана на один год обучения, по 2 часа в неделю. Общая продолжительность обучения составляет 68 часа.

**Цель данной программы:** приобщение обучающихся к здоровому образу жизни, формирование сборной команды школы для участия в соревнованиях по волейболу.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих **задач:**

**Обучающие:**

1. ознакомить обучающихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;
2. изучить основы техники и тактики игры;
3. способствовать приобретению необходимых теоретических знаний;
4. способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры.

**Развивающие:**

1. развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
2. развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
3. содействовать правильному физическому развитию;
4. развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
5. развивать специальные технические и тактические навыки игры;
6. подготовить обучающихся к соревнованиям по волейболу.

**Воспитательные:** воспитание трудолюбия, целеустремленности, чувства коллективизма.

Направленность программы – спортивно-оздоровительная. Программа ориентирована на физическое совершенствование обучающихся, приобщению их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации.

Программа направлена на создание условий для развития личности обучающегося, обеспечение эмоционального благополучия, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Программа предусматривает содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки, укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физкультурой; подготовку и выполнение нормативов комплекса физической подготовленности.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои

возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.