

Аннотация

К рабочей программе « Волейбол »

ТОГАОУ «Мичуринский лицей»

Содержание:

Образовательная программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоение материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом обучающихся.

Цель программы: - всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

Обучающие:

- освоить технику игры в волейбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Сроки реализации: 1 год.

Возраст детей – 14-18 лет.

Состав группы постоянный, но при наличии объективных причин допускается переход воспитанника из одной группы в другую и разного возраста, при наличии заявления от родителей и медицинской справки.

Режим работы: 1 год обучения 1 раз в неделю по 2 часа

Основной формой занятий является учебно-тренировочное занятие.

Продолжительность занятия и число обучающихся в группах соответствует нормативным требованиям подготовки спортсменов.

Формы оценки:

- 1.Индивидуальная проверка
- 2.Проверка в группе с выявлением победителя

Основными **педагогическими приемами** в обучении детей среднего возраста являются:

- 1.Объяснение
- 2.Показ
- 3.Демонстрация и повтор упражнения

Основными формами организации учебно-тренировочной работы на всех этапах подготовки обучающихся являются:

1. Теоретические и практические занятия, соревнования
2. Инструкторская и судейская практика
3. Тренировочные занятия в спортивных лагерях
4. Учебно-тренировочные сборы
5. Профилактические и оздоровительные мероприятия

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, овладение теоретическими и практическими знаниями.

Итоги реализации программы провожу в форме контрольных срезов, тестирования, внутри школьных, районных, республиканских и межрегиональных соревнований.