

<p><b>Наименование ОП</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол»</b></p> 
<p><b>Направленность ОП</b></p>	<p><b>Физкультурно-спортивная направленность</b></p>
<p><b>Вид деятельности</b></p>	<p><b>Игра в Волейбол</b></p>
<p><b>Место реализации ОП</b></p>	<p>Средняя школа № 59, ЦДО</p>
<p><b>Общая характеристика ОП</b></p>	<p>Волейбол - олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия волейболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в волейбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия заключают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе занятий волейболом, у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.</p>
<p><b>Цели и задачи ОП</b></p>	<p><b>Цель программы:</b> сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом, посредством занятий волейболом.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p><u>Обучающие:</u></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обучение технике и тактике игры в волейбол.</li> <li>• Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.</li> <li>• Формирование двигательных качеств.</li> </ul> <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).</li> <li>• Закаливание организма средствами физической культуры</li> <li>• Развитие эстетических качеств (понятия «красивая осанка», «культура движений»).</li> </ul> <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.</li> <li>• Популяризация волейбола как вида спорта и активного отдыха.</li> <li>• Воспитание моральных и волевых качеств.</li> </ul>
<p><b>Ожидаемые результаты</b></p>	<p>В результате освоения образовательной программы обучающиеся будут знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;</li> <li>• как правильно распределять свою физическую нагрузку;</li> <li>• правила игры в волейбол;</li> <li>• правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;</li> <li>• правила проведения соревнований;</li> </ul> <p>будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проводить специальную разминку для волейболиста</li> <li>• овладеют основами техники волейбола;</li> <li>• овладеют основами судейства в волейболе;</li> <li>• научатся вести счет;</li> </ul> <p>Благодаря занятиям у обучающихся разовьются чувства ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.</p>
<p><b>Возрастная категория учащихся</b></p>	<p><b>13-18 лет</b></p>
<p><b>Срок реализации программы</b></p>	<p><b>1 год</b></p>