

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
«Волейбол»**

Название курса	«Волейбол»
Класс	6 - 9 класс
Количество часов	82 ч
Составитель	Учитель физической культуры Комарова С.В. Учитель физической культуры Петрова В.Е.
Цель курса	- способствовать всестороннему физическому развитию; - способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.
Структура курса	В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта. В разделе «Общефизической подготовки» даны упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. Общефизическая подготовка способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества. В разделе «Специальной подготовки» представлен материал по волейболу способствующий обучению техническим и тактическим приемам. В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности занимающихся: Контрольные нормативы по технической подготовке с учетом возраста. Нормативы по физической подготовке. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых технических элементов, просмотр презентаций. Два раза в год должны проводиться контрольные испытания по общей и специальной подготовке. Теоретические и практические занятия, общеразвивающие и специальные упражнения.
Используемая литература	1. Амалин М. Е. Тактика волейбола. Москва. «Физкультура и спорт» 2005. 2. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003. 3. Волейбол. Тестовые задания по изучению правил

	соревнований. – Омск: СибГАФК, 2002 4. Голомазов В. А., Ковалёв В. Д., Мельников А. Г.. Волейбол в школе. Москва. «Физкультура и спорт» 1976. 5. Ивойлов А. В. Волейбол (техника, обучение, тренировка). Минск. «Беларусь» 1991. 6. Книжников А.Н., Книжников Н.Н. Основы судейства волейбола: Учебно-метод. пособие – Нижневартовск, 2001 7. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. Москва. «Просвещение» 2010. 1. 8. Эйнгорн А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2007.
--	---

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 327766045235508045123579633876966067016845890541

Владелец Дубонос Светлана Михайловна

Действителен с 28.09.2023 по 27.09.2024