

Аннотация

Направленность: Физкультурно-оздоровительная

Актуальность (или новизна или отличительные особенности): Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. По запросу участников образовательных отношений открыт ДОП «Волейбол».

Цель :

-создание оптимальных условий для овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- укрепление здоровья;
- создание надежной базы физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.д.
- укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
- совершенствование физического развития.
- создание условий для развития физических качеств, личностных качеств.

Образовательные задачи:

- обучение основам техники и тактики игры волейбол;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;

Воспитательные задачи:

- формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области
- физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

Срок реализации: 1 год

Возраст на который направлена программа (ступени, уровни): 15-17 лет

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Формы подведения итогов реализации ДОП: Участие в соревнованиях