

АННОТАЦИЯ
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ «ВОЛЕЙБОЛ»
(СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ – 8 ЛЕТ)

Авторы программы:

Рыков А.Ю. - тренер-преподаватель отделения «Волейбол»

Кирилюк М.Б. - тренер-преподаватель отделения «Волейбол»

Настоящая программа в области физической культуры и спорта «Волейбол» (далее Программа) разработана в соответствии:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 30.04.2021 №127-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «О физкультуре и спорте в РФ» и Федеральный закон «Об образовании в РФ»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р.

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы по «Волейболу», охватывает систему подготовки новичков, имеет физкультурно-спортивную направленность, обучение проводится на русском языке, срок обучения составляет 8 лет для обучающихся от 9 до 17 лет.

Основная цель, формирование у обучающихся устойчивых потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

В процессе обучения по данной Программе решаются задачи:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.
- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные

возможности организма.

- воспитывать выработку организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

Программа предусматривает последовательное увеличение объема часов на специальную физическую подготовку и относительное уменьшение времени на общую физическую подготовку.

Продолжительность учебного года 52 недели непосредственно в условиях спортивной школы. Продолжительность учебного года 52 недель непосредственно в условиях спортивной школы. Учебный план составлен для групп НП первого года обучения – 312 часа; со второй, третий 416 часов. Для УТ групп первый год – 520 часов, второй – 624 часа, третий – 728 часа, четвертый год обучения -832 часа, пятый год – 936 часа. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами. Рекомендуемая направленность тренировочного процесса определена с учетом как сенситивных (благоприятных) периодов возрастного развития физических качеств, так и с учетом специфики двигательной деятельности в волейболе, характера и направления различных тренировочных нагрузок. Представлен учебный план-график подготовки, методические рекомендации по планированию тренировочного процесса.

Обучение проводится на русском языке. Формы проведения занятий: беседа, учебно-тренировочные занятия, соревнования, что не противоречит СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования».

В программе представлены задачи работы и содержание материала по основным компонентам тренировки, приводится распределение времени на предметные области по периодам и этапам, количество тренировочных занятий и соревнований, нормативные требования. Таким образом, Программа детализирует содержание работы последовательно по годам обучения.

Реализация программы обеспечивается тренерами-преподавателями МБУ ДО «Илекская СШ» отделения «Волейбол», имеющими профессиональное образование и категории тренерско-педагогической квалификации.