

## Аннотация

### к рабочей программе курса внеурочной деятельности

Название программы – «Волейбол»

Направление внеурочной деятельности – спортивно-оздоровительное

Автор программы – Богданов А.А., учитель физкультуры, адаптированная программа, в основе – авторская комплексная программа по физической культуре для учащихся 1-11 классов под редакцией В.И.Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б.Мейксона.

Целевая аудитория –7-8 классы

Срок реализации программы – 2 года

**Цель** - сформировать у учащихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом; научить играть в волейбол на общем уровне.

#### **Задачи:**

- обучение техническим приёмам и правилам игры; тактическим действиям; приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния.
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма

#### **Формы деятельности:**

- игра
- эстафета
- соревнование