

Аннотация к рабочей программе внеурочной деятельности

Название программы – спортивная секция «Волейбол»

Направление внеурочной деятельности – спортивно - оздоровительное

Составитель программы – Сафронов П.В., 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 – 5 классы

Срок реализации программы – 1 год

Программа по волейболу для учащихся 5 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил обучающихся, воспитанию социально активной личности, заботящейся о своём здоровье, ведущей здоровый образ жизни, поэтому можно говорить об актуальности программы.

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры волейбол, овладение техническими приемами и тактическими действиями.

Программа предполагает решение следующих задач:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- привитие интереса к волейболу и воспитание спортивного трудолюбия;
- укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка;
- развитие качеств, необходимых волейболисту: быстроты, силы, выносливости, ловкости;
- изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- ознакомление с некоторыми теоретическими сведениями о влиянии физических упражнений на организм занимающихся и об игре в волейбол.

Формы деятельности:

- - игра
- - эстафета
- - соревнование