

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

Данная программа физкультурно-спортивной направленности предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 17 лет, желающих заниматься волейболом, укрепить здоровье и развить физические качества. Программа «Волейбол» направлена на формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом, освоение базовых технических и тактических приемов игры, развитие физических качеств и формирование навыков здорового образа жизни.

Актуальность программы обусловлена значимостью волейбола как средства физического воспитания, способствующего укреплению здоровья, развитию координации движений, быстроты реакции, выносливости и командного духа. Занятия волейболом способствуют формированию активной жизненной позиции, умению работать в коллективе и достигать поставленных целей.

Целью программы является формирование разносторонне развитой личности, обладающей крепким здоровьем, высокой физической подготовленностью и устойчивым интересом к занятиям волейболом.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

- Обучение базовым техническим приемам волейбола (подача, прием, передача, нападающий удар, блок).
- Развитие физических качеств (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость).
- Формирование тактического мышления и умения взаимодействовать в команде.
- Воспитание дисциплинированности, ответственности, уважения к сопернику и командного духа.
- Приобщение к здоровому образу жизни и формирование потребности в регулярных занятиях спортом.

Отличительной особенностью программы является: индивидуальный подход к каждому обучающемуся, использование современных методик тренировки, участие в соревнованиях различного уровня.

Программа рассчитана на 1 год обучения и предполагает групповые занятия 2 раза в неделю.

В результате освоения программы обучающиеся приобретут навыки игры в волейбол, разовьют физические качества, научатся работать в команде, повысят уровень общей физической подготовленности и сформируют устойчивую мотивацию к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Программа обеспечена необходимыми методическими и материально-техническими ресурсами, что позволяет создать оптимальные условия для занятий волейболом.