

## АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

### «Волейбол»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Программа рассчитана на детей 13-17 лет.

Срок реализации программы – 3 года.

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

Задачи:

- обучение техническим приемам и правилам игры;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния;
- выработка организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

*Формы аттестации:*

- промежуточная - товарищеские игры с командами аналогичного возраста, соревнованиях школьного, районного и городского уровней;
- итоговая - сдача контрольных нормативов.