

Аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа **по волейболу** является программой физкультурно-спортивной направленности. Срок реализации программы – 1-3 года.

Программа служит основным документом для эффективного построения тренировки волейболистов на спортивно-оздоровительном этапе, предназначена для детей с 6 лет. Целью программы является содействие успешному решению задач физического воспитания детей, подготовка резервов квалифицированных волейболистов.

Основные задачи:

- привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортом, направленным на компенсацию дефицита двигательной активности;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития и подготовленности,
- утверждение здорового образа жизни и воспитание дисциплинированности, личностных качеств;
- освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники волейбола.

Программа содержит материал планирования процесса подготовки юных волейболистов, дифференцированный по годам обучения; материал по основным компонентам подготовки: физической (общей и специальной), технической, тактической, интегральной, теоретической; систему оценки уровня подготовленности юных волейболистов на основе конкретных количественных показателей по видам подготовки, а также методические указания для работы по настоящей программе.