

## **Аннотация**

### **К рабочей программе по волейболу 1 год обучения**

Автор рабочей программы: Колесник Сергей Петрович.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Рабочая программа составлена на основе образовательной программы дополнительного образования по волейболу «Комета» и рассчитана на два года обучения.

**По окончании 1 года обучения учащиеся будут:**

**знать:**

- правила игры в волейбол;
- терминологию и основные жесты судей;
- тактические планы игры команды;
- технику нападающих ударов;
- упражнения специальной физической подготовки;
- правила сдачи контрольных тестов;
- основные правила гигиены спортсменов;
- технику безопасности;

**уметь:**

- выполнять разминку;
- применять правила волейбола на практике;
- выполнять основные подачи и приемы;
- заполнять протокол судьи;
- командно действовать в нападении и защите;
- соблюдать правила личной гигиены

**Условия реализации программы**

Набор в группу осуществляется по желанию обучающихся. Обязательное условие - отсутствие медицинских противопоказаний.

Программа рассчитана на детей в **возрасте 10-15 лет.**

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часа в год.