

Аннотация

К рабочей программе по волейболу «Комета» 2 год обучения

Автор рабочей программы: Барышникова Т.В.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

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

По окончании 2 года обучения учащиеся будут:

знать:

- историю развития волейбола;
- основные правила игры в волейбол;
- основные принципы индивидуальной и групповой тактики;
- технику и тактику нападения, защиты;
- основные правила личной гигиены;
- правила по технике безопасности;

уметь:

- выполнять игровые стойки;
- выполнять подачи и приемы;
- выполнять упражнения с мячами;
- применять правила волейбола на практике;
- выполнять эстафету;
- выполнять разминку.

Условия реализации программы

Набор в группу осуществляется по желанию, по заявлению родителей. Основное условие – отсутствие медицинских противопоказаний.

Программа рассчитана на детей в **возрасте 12-17 лет.**

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