

Аннотация
на рабочую программу по волейболу
муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного
образования детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва
«Уралочка» по волейболу для этапа начальной подготовки 2-го года обучения.

Рабочая программа по волейболу составлена на основании дополнительной предпрофессиональной программы по волейболу МАОУ ДО СДЮСШОР «Уралочка» по волейболу.

Рабочая программа по волейболу для группы начальной подготовки 2-го г.о. рассчитана на 320 часов в учебном году.

Рабочая программа содержит цели, задачи, основные требования по возрасту, численному составу обучающихся, объему тренировочной работы, по технико-тактической, физической и спортивной подготовке.

На этапе начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься волейболом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этапе начальной подготовки 2-го г.о. осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники волейбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления на тренировочный этап подготовки.

Программа включает учебный материал по основным видам подготовки; рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам обучения, на организацию и проведение врачебно-педагогического контроля.

Программа составлена из расчета, что ведущая тенденция многолетней тренировки — «обучающая» и конечная цель многолетнего процесса — подготовка высококвалифицированных волейболистов.

Программа содержит материал планирования процесса физической (специальной), технической, тактической, интегральной, теоретической, психологической; проведение практических и теоретических занятий.

В рабочую программу по волейболу включены следующие разделы:

Пояснительная записка

Нормативная часть

- Медицинские, возрастные требования к лицам, проходящим спортивную подготовку

- Тренировочные нагрузки

Методическая часть

- Рекомендации по проведению тренировочных занятий. Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований.

- Рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок

- Рекомендации по планированию спортивных результатов

- Требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля

- Программный материал для практических занятий

- Система контроля и зачетные требования

Перечень информационного обеспечения программы