

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе курса внеурочной деятельности
«Волейбол»

10 классы

Данная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волейбол» для обучающихся 10 классов составлена на основе требований к результатам освоения ООП СОО МБОУ «Лицей №1» в соответствии с ФГОС СОО и с учетом рабочей программы воспитания.

Рабочая программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Цель программы:

- способствовать всестороннему физическому развитию;
- способствовать вовлечению учащихся в двигательную деятельность.

В соответствии с целями данной программы можно сформулировать три группы задач, направленных на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов.

Задачи:

1. Оздоровительная задача:
 - 1) укрепление здоровья;
 - 2) совершенствование физического развития;
2. Образовательные задачи.
 - 1) обучение основам техники и тактики игры волейбол.
 - 2) развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
 - 3) формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.
3. Воспитательные задачи.
 - 1) формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям волейболом;
 - 2) воспитание моральных и волевых качеств.

Срок реализации программы – 1 год. Количество часов в году – 34 часа, 1 час в неделю

Рабочая программа курса внеурочной деятельности включает в себя:

- пояснительную записку;
- содержание курса внеурочной деятельности «Волейбол»;
- планируемые результаты освоения курса (личностные, метапредметные, предметные);
- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, формы проведения занятий, электронные (цифровые) образовательные ресурсы;
- поурочное планирование.

Основные темы курса внеурочной деятельности «Волейбол»:

1. Основы знаний
2. Общая физическая подготовка
3. Специальная физическая подготовка
4. Техническая подготовка

Срок реализации программы: 1 год.