

Кружок «Юный волейболист»

Волейбол - эффективное средство физического воспитания школьников. В процессе учебно-тренировочных занятий в спортивной секции волейбола необходимо решать следующие задачи:

1. Укреплять здоровье и закалять организм занимающихся, содействовать их всестороннему физическому развитию и привитию жизненно важных двигательных навыков.
2. Развивать двигательные (физические) качества - быстроту, ловкость, гибкость, силу и выносливость, а также физические способности, специфичные для игры в волейбол.
3. Обучить основным техническим приемам и тактическим действиям игры в волейбол.
4. Готовить общественный физкультурный актив.

Решение указанных задач достигается целенаправленным содержанием, правильной организацией и эффективной методикой проведения занятий. В итоге спортивные занятия по волейболу содействуют решению задачи подготовки школьников к жизни, к общественно полезному труду.

Кружок может посещать каждый учащийся в возрасте от 11 до 15 лет, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям. Занятия проводятся три раза в неделю по 45 минут. Занятия проводятся с сентября по июнь.

На период летних каникул юные спортсмены получают задания для самостоятельных занятий по физической подготовке и по технике игры. В работе со школьниками 11-15 лет все внимание сосредоточивается на всесторонней физической подготовке, развитии координации движений, обучении перемещениям, верхней передаче и подачам, индивидуальным тактическим действиям и простым взаимодействиям, на создание стойкого интереса к занятиям волейболом. Для них проводятся соревнования по физической и технической подготовке, подвижным играм и соревнования по волейболу. Соревнования по волейболу проводятся не только среди учащихся школы, но и между учащимися и выпускниками школы, которые с огромным удовольствием принимают в них участие.

Кружок «Юный волейболист» посещают 21 учащийся.

Волейбол – это один из любимых видов спорта учащихся нашей школы.