

**Министерство по делам молодежи и спорту Республики Татарстан
Исполнительный комитет Нурлатского муниципального района Республики Татарстан
МБОУ ДО «ДЮСШ» им. Г. С. Хусаинова**

Рассмотрено
на заседании методического
совета
Протокол № 7
« 26 » 05 20 15 г.

Рекомендовано
педагогическим советом
Протокол № 4
« 28 » 08 20 15 г.

Утверждаю
Директор МБОУ ДО «ДЮСШ»
им. Г. С. Хусаинова
Ф.С. Гайнуллин
« 28 » 08 20 15 г.



**Предпрофессиональная программа по волейболу
МБОУ ДО «ДЮСШ» им. Г.С.Хусаинова**

НА ОСНОВЕ ПРИКАЗА МИНИСТЕРСТВА СПОРТА РОССИИ
ОТ 30.08.2013 ГОДА № 680 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА ВОЛЕЙБОЛ» (ЗАРЕГИСТРИРОВАНО В
МИНЮСТЕ РОССИИ 14.10.2013 №30162)

Срок реализации программы: 8 лет

г. Нурлат
2015 год

Разработчики: инструкторы-методисты Хазимуратова Э. Ф., Колесникова М. Р., Яруллина Ч. Р.;
тренеры-преподаватели Лобов В. А., Тюкаев Р. Т., Валитов В.С., Ситдигов Ф. Т.

Рецензент заместитель директора МАОО ДО «ДЮСШ по хоккею с шайбой «Ледок» Еремеева Г. В. (внешний).

Рецензент заместитель директора по УВР МБОУ ДО «ДЮСШ» им.Г.С.Хусаинова Фатхутдинова Р. М. (внутренний).

Аннотация

Рабочая программа по виду спорта «Волейбол» составлена в соответствии с требованиями к дополнительному образованию Федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения, на основе приказа Минспорта России от 30.08.2013 года № 680 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта волейбол» (зарегистрировано в Минюсте России 14.10.2013 № 30162), рабочего Учебного плана МБОУ ДО «ДЮСШ» им. Г. С. Хусаинова Нурлатского муниципального района РТ, на основе авторской программы, разработанной тренером-преподавателем по волейболу, утвержденной в 2014 году, рекомендованной педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ» им. Г. С. Хусаинова Протокол № 5, от «29» июля 2014г.

Содержание.

Раздел 1. Пояснительная записка	стр.5
1.1. Специфика вида спорта.....	стр.6
1.2. Цель прохождения спортивной подготовки.....	стр.8
1.3. Задачи программы.....	стр.8
1.4. Структура многолетней спортивной подготовки.....	стр.9
1.5. Компетенции спортсмена, формируемые в результате прохождения спортивной подготовки по волейболу.....	стр.9
Раздел 2. Нормативная часть	стр.10
2.1. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта волейбол	стр.10
2.2. Режимы тренировочной работы.....	стр.13
2.3. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки... ..	стр.14
2.4.Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта спортивная борьба.....	стр.15
2.5. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта волейбол.....	стр.16
2.6. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку.....	стр.17
2.7. Структура годичного цикла.....	стр.18
2.8.Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.....	стр.23
Раздел 3. Методическая часть	стр.25
3.1. Рекомендации по проведению тренировочных занятий, требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований.....	стр.25
3.2. Программный материал для практических занятий.....	стр.30
3.2.1.Программный материал спортивной подготовки на этапе начальной подготовки 1-3 года обучения.....	стр.36
3.2.2.Программный материал спортивной подготовки для тренировочного этапа до двух лет обучения.....	стр.40
3.2.3.Программный материал спортивной подготовки для тренировочного	

этапа свыше двух лет обучения.....	стр.45
3.3. Требования к организации и проведению врачебно-педагогического контроля.....	стр.50
3.4. Воспитательная работа.....	стр.51
3.5. Психологическая подготовка.....	стр.52
3.6. Восстановительные средства.....	стр.54
3.7. Инструкторская и судейская практика.....	стр.55
3.8. Антидопинговые мероприятия.....	стр.56
Раздел 4. Система контроля и зачетные требования.....	стр.56
4.1. Критерии подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку..	стр.56
Раздел 5. Перечень информационного обеспечения.....	стр.58

Пролито, пронумеровано и
скреплено печатью 59 листов
Руса / Руса /

