

**Описание дополнительных образовательных общеразвивающих программ, реализуемых МАУ ДО ДЮСШ № 2
в 2023-2024 учебном году**

№ п/п	Название программы	Описание программы	Срок реализации и возраст уч-ся
1	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по виду спорта «Волейбол»	<p>Программа относится к физкультурно-спортивной направленности, приоритетом является укрепление здоровья, повышение физической активности и повышения мотивации к занятиям физкультурой и спортом; содержит следующие разделы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретические основы физической культуры и спорта 2. Общая физическая подготовка 3. Специальная физическая подготовка 4. Техника и тактика игры в волейбол 5. Различные виды спорта и подвижные игры 6. Судейская подготовка 	Срок реализации 11 лет, возраст учащихся – 7-18 лет, форма обучения – очная, групповая
2	Дополнительная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка»	<p>ОФП является модифицированной и относится к физкультурно-спортивной направленности. Программа составлена на основе материала, который учащиеся изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов ребят.</p> <p>Общая физическая подготовка (ОФП) направлена на развитие сердечнососудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарата, улучшение общей координации, умение активно управлять расслаблением мышц, восстановление функциональных систем организма после интенсивных нагрузок для снятия эмоционального утомления.</p>	Срок реализации – 1 год, возраст 7-17 лет, форма обучения – очная, групповая