

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры. Баскетбол»

В настоящее время баскетбол как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене. Тем не менее проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Курс по внеурочной деятельности Спортивные игры Баскетбол направлен на обучение сложной технике игры, приобретении на начальном этапе умений и навыков обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. Программа по баскетболу для учащихся 8-9 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности. Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств

По своему воздействию баскетбол является наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека.

Содержание данной программы рассчитано на систему трех разовых занятий в неделю продолжительностью 2 часа.

Цель занятий: формирование физической культуры занимающихся.

Задачи работы секции:

- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
- совершенствование функциональных возможностей организма;

- формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
- формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

После обучения по данной программе учащиеся должны знать :

- историю развития баскетбола в России;
- знать правила игры в баскетбол;
Знать правила личной гигиены, профилактики травматизм
 - Технически правильно осуществлять двигательные действия при игре баскетбол, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга.
- точно передавать мяч;
- правильное ведение мяча;
- бросать в кольцо с места и в движении;
- стремительно атаковать;
- опекаль нападающих и цепко защищаться.
- Технически правильно осуществлять двигательные действия при игре баскетбол, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575825

Владелец Кудимова Юлия Александровна

Действителен с 20.04.2021 по 20.04.2022