Аннотация К КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«уРОКИ БАСКЕТБОЛА»

*Программа разработана* с учётом возрастных физиологических особенностей обучающихся. Специфика тренировочного процесса базируется на наличии сенситивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем внимание уделяется воспитанию тех физических качеств, которые в том или ином возрасте активно не развиваются.

Важным в занятиях общей физической подготовки является соблюдение соразмерности в развитии тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы (выносливость, скорость, сила).

*Целью* данной программы является создание условий для оздоровления и физического развития подрастающего поколения, совершенствование необходимых физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовным и нравственных качеств. Обеспечить на этой основе подготовленность члена общества к плодотворной трудовой и другими видами деятельности.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья, обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

- СанПин, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;

- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников;

- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ №220/11-13 от 20.02.1999);

- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.).

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.**

Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

**Цель** программы: создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом; изучение спортивной игры баскетбол.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач.

1. ***Оздоровительные задачи:***

- пропаганда здорового образа жизни;

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;

- обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;

- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям

внешней среды;

- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;

- вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.

2. ***Образовательные задачи:***

- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений

и навыков;

- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения.

- обучение подростков способам овладения различными элементами игры в баскетбол;

- повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по баскетболу.

3. ***Воспитательные задачи:***

- формирование и развитие подростковых общественностей и коллективов,

Совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

- гражданское и патриотическое воспитание учащихся;

- воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;

- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.