**Аннотация к программе**

**внеурочной деятельности**

**Спортивная секция «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 и спортивных 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.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений 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 пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Программа по баскетболу для учащихся 5 -7 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об **актуальности программы.**

**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*** - углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

***Задачи программы:***

1. Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол.
2. содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
3. воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
4. способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости
5. развивать координационные способности и силу воли.

**Содержание программы**.

В предложенной программе выделяются четыре раздела:

1. Основы знаний.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная подготовка.
4. Примерные показатели двигательной подготовленности.

*В разделе «основы знаний»* представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме; о гигиенических требованиях; об избранном виде спорта.

*В разделе «общефизической подготовки»* даны упражнения, строевые команды и другие двигательные действия. *Общефизическая подготовка* способствует формированию общей культуры движений, развивает определенные двигательные качества.

*В разделе «специальной подготовки»* представлен материал по баскетболу способствующий обучению техническим и тактическим приемам.

*В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности»* приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности занимающихся:

- контрольные нормативы по технической подготовке с учетом возраста.

- нормативы по физической подготовке.

Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых технических элементов, просмотр презентаций.