

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»
Направленность	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно - спортивную направленность.</p> <p>Ориентирована на развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств: сила, быстрота, координация, ловкость, выносливость.</p> <p>Осваивают различные двигательные навыки, укрепляют здоровье посредством занятий спортивными играми.</p>
Срок реализации	1 год
Возраст обучающихся	10-14 лет
Актуальность	<p>Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.</p> <p>Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.</p> <p>Программа органично вписывается в сложившуюся</p>

	<p>систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.</p> <p>В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время баскетбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.</p>
Цель	<p>дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах.</p>
Задачи	<p><b><u>воспитательные:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;</li> <li>- воспитать умение работать в группе, команде;</li> </ul>

- воспитать психологическую устойчивость;
- воспитание и развитие силы воли, стремления к победе;- воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.

**развивающие:**

-совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;

- формирование и совершенствование двигательной активности учащихся;

- развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;

- развитие инициативы и творчества учащихся;

- развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;

**образовательные:**

- обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;

- формирование знаний об основах физкультурной деятельности;

- обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)

- обучение игровой и соревновательной деятельности;

	<p>- формирование навыков и умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений;</p>
<p>Планируемые результаты</p>	<p>Организация деятельности по программе создаст условия для достижения <b>личностных, метапредметных и предметных результатов.</b></p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;</li> <li>– воспитание морально-этических и волевых качеств;</li> <li>– дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>– умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;</li> <li>– умение оказывать помощь своим сверстникам.</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять наиболее эффективные способы достижения результата;</li> <li>– умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;</li> <li>– уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;</li> <li>– уметь организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;</li> <li>– уметь рационально распределять своё время в</li> </ul>

режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;  
– уметь вести наблюдение за показателями своего физического развития;

**Предметные результаты:**

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.