

Название программы: «Первые шаги в баскетбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Разработчики: Окунева Т. В., педагог дополнительного образования МАН ОУ «ЦДО», Сидорова С. В., методист МАН ОУ «ЦДО»,

Краткая аннотация программы:

Цель обучения: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирования навыков здорового образа жизни.

Программа направлена на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а также обеспечивает удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности. Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост обучающихся начальной школы. 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.