

Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности

секция «Здоровье и спорт»

Цели и задачи программы

Цель: укрепление здоровья учащихся, закаливание, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности.

Задачи:

Образовательная:

- овладение техникой и тактикой игры в баскетбол и волейбол;

Развивающая:

- развитие у учащихся основных двигательных качеств, способности к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений;
- формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

Воспитательная:

- воспитание у школьников нравственных и волевых качеств, потребности в личном физическом совершенствовании;
- воспитание командного духа, чувства локтя, товарищества у подрастающего поколения;

Программа разработана с учётом возрастных особенностей учащихся. Включает в себя методику обучения, примерные конспекты тренировочных занятий, психологическую подготовку, самоконтроль. **Отличительная особенность** общеобразовательной программы заключается в том, что основой подготовки учащихся в объединении является не только технико-тактическая подготовка юных баскетболистов, волейболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес учащихся к данному виду спорта. Физические нагрузки распределяются с учётом возрастных особенностей учащихся.