

## **Аннотация к рабочей программе по курсу «Баскетбол» для 5-8 классов.**

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

### **Основная цель:**

углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

### **Задачи:**

- знакомство с основными правилами игры в баскетбол;
- содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
- воспитание чувства ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
- содействие укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости;
- развитие координационных способностей и силы воли.

### **Содержание:**

1. Теоретическая подготовка.
2. Физическая подготовка.
3. Техническая подготовка.
4. Тактическая подготовка.
5. Соревновательная деятельность.

В результате изучения курса «Баскетбол» на базовом уровне ученик **научится:**

- определять базовые понятия и термины баскетбола, применять их в процессе игры со своими сверстниками;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

### **получит возможность научиться:**

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении тренировок, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств.

Курс включает в себя 1 занятие в неделю, всего 34 занятия. Длительность занятий 40 мин.

### **УМК:**

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И.Нестеровский, М., ИЦ «Академия,2007»

2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А.Водяникова, В.Б.Гаптов, Москва, 2010
3. «Физическая культура»Л.Е.Любомирский, Г.Б.Мейксон,В.И.Лях-М.:Просвещение,2011
4. «Физическая культура», В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П.Клусов М.: Просвещение, 2008.
5. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС,2009
6. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань»,2007»
7. «Физическая культура »Н.В.Решетников Ю.Л.Кислицын Р.Л.Палтикевич Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
8. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум»,2007