

Аннотация к ОП «Баскетбол»

Баскетбол – универсальная игра, которая всесторонне развивает ребенка. Занятия баскетболом – это средство не только физической подготовки, но и повышение умственной работоспособности. Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы командным, взаимопомощь, чувство долга. Занимаясь в секции «Баскетбол» ребята научатся правилам игры, смогут развить координационные движения и выносливость, повысить общий уровень двигательной активности, обеспечивая правильное физическое развитие.

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» рассчитана на 3 года обучения для учащихся 9 – 16 лет (рекомендуемый возраст набора в группу 1 года обучения 9 – 14 лет). Занятия проводятся после уроков 2 раза в неделю по 2 учебных часа в зале или на улице.