**Аннотация к РП внеурочной деятельности «Спортивные игры» 10 класс**

 Программа курса «Спортивные игры» разработана для учащихся 10х классов. Программа курса рассчитана на 34 часа в год. Она предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение контрольных нормативов и зачётов.

 Актуальность программы заключается в том, что она выполнена на основе курса обучения тактики игры в баскетболе и волейболе. Техника – это основа любой игры. Технические приёмы и взаимодействия игроков играют большую роль в результативности игры.

Цель курса – формирование у учащихся интереса и положительной мотивации к спортивным играм в частности баскетболу и волейболу.

Задачи курса – укрепление здоровья; приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и сведений по тактике в спортивных играх; развития основных двигательных качеств.

По окончанию данного курса учащиеся должны **знать:**

- определение «техника»;

- взаимодействие игроков

- правила игры в баскетбол, волейбол;

- личная гигиена человека, врачебный контроль: измерение пульса после нагрузки;

- основы тактики, взаимодействие игроков в защите и нападении.

По окончанию данного курса учащиеся должны **уметь выполнять:**

**-** тактические действия в защите и нападении;

- индивидуальные, групповые и командные взаимодействия;

- в баскетболе, ведение мяча с изменением направления, остановка прыжком, ловля и передача мяча, двумя руками от груди, ловля и передача мяча с шагом и со сменой места, бросок мяча одной рукой с места, бросок по кольцу после ведения и остановки; в волейболе, выполнять перемещения без мяча, передачи верхние с мячом без мяча, передачи нижние с мячом, без мяча, подачи нижние, верхние, приёмы нижние правой, левой, двумя руками.