

МОУ СОШ № 16

БАСКЕТБОЛ И ЗДОРОВЬЕ

Автор проекта: ученица
10 «А» класса
Мусунова Карина

Г.Березники, 2009 год

Актуальность

- Спорт в повседневную жизнь человека, для повышение оздоровительного влияния на широкие массы населения.
- Для решения данной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего, спортивные игры.



Каким образом в школе можно
достичь физического
совершенства учащихся?

Проблема



Гипотеза

Если подростки будут заниматься помимо уроков физической культуры игровыми видами спорта, например баскетболом, то их физическое, психологическое, коммуникативное развитие достигнет определённого совершенства

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

ЦЕЛЬ
Информирование учащихся школы о значении баскетбола для их физического совершенствования.

- Задачи**
1. Изучить, как баскетбол влияет на здоровье
 2. Выяснить, как относятся к баскетболу ученики школы № 16
 3. Прорекламировать баскетбол как один из самых популярных игровых видов спорта

Баскетбол

Баскетбол (английское basketball от basket — корзина и ball — мяч)

Дата зарождения баскетбола в России 1906 г.

В Березниках баскетбол появился примерно 50 лет назад

Быть спортсменом не просто!

- ▣ Спорт, в нашем случае баскетбол - является серьезной индустрией подготовки юношей и девушек.
- ▣ Дети постоянно испытывают тяжелые физические и психические нагрузки.
- ▣ Как и у взрослых, тренировки носят системный характер, занимая в день по три-четыре, а то и по пять-шесть часов.
- ▣ И не каждый детский организм такое выдержит.

Влияние баскетбола на здоровье

- ▣ При занятиях баскетболом развиваются разные группы мышц.
- ▣ Помимо этого идёт развитие коммуникативных и психологических качеств





Баскетбол в школе №16

В нашей школе
баскетбол не
развит, и ребят,
занимающихся в
специальной
секции, очень мало



Игра баскетбол

- ▣ Это - активность, коллективизм, настойчивость в достижении победы, рациональность в выборе средств и гармоничность в выборе компонентов игры.
- ▣ Это - яркое зрелище, наполненное глубокой мыслью и напряженной спортивной борьбой.
- ▣ Это - радость, здоровье, отличное средство физической подготовки и активного отдыха

