

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 26
ИМЕНИ П.С.ГОРЛОВА СТАНИЦЫ ПШЕХСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» 08 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ 26
М.Б.Омаров
«08» 08 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«БАСКЕТБОЛИЯ» (баскетбол)

Уровень программы: базовый уровень

Срок реализации программы: 3 года – 378 ч., 1 год - 126 ч., 2 год - 126 ч., 3 год - 126 ч.

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Форма обучения: очная, очно-заочная, дистанционная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: _____

Авторы-составитель:

Горохова Е.Д. ,

педагог дополнительного образования.

ст. Пшихская, 2024 г.

Содержание

1.	Титульный лист программы.
1.1.	Нормативно-правовая база
Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
2.	Пояснительная записка программы:
2.1.	Направленность
2.2.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность
2.3.	Формы обучения
2.4.	Режим занятий
2.5.	Особенности организации образовательного процесса
3.	Цель и задачи программы.
4.	Учебный план.
5.	Содержание программы.
6.	Планируемые результаты.
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	
7.	Календарный учебный график.
8.	Раздел программы «Воспитание»
9.	Условия реализации программы.
10.	Формы аттестации.
11.	Оценочные материалы.
	Список литературы.

1. Нормативно-правовая база.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетболия» (баскетбол) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами и локальными актами:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Федеральный Закон от 31 июля 2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

3. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...».

4. Приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (от 27 июля 2022г. № 629).

5. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022г. №809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей".

6. Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. N ГД-39/04 "О направлении методических рекомендаций".

7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

9. Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019 г. № 5, от 18 ноября 2019 г. № 12, с изменениями от 20.06.2019 г.

10. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие / И.А. Рыбалёва. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019.

11. Устав МБОУ СОШ 26.

12. Положение о проектировании, утверждении и корректировке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и образовательных проектов МБОУ СОШ 26.

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования»

2. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетболия» (баскетбол) (далее Программа) предназначена для работы педагогов дополнительного образования муниципального бюджетного образовательного учреждения средняя общеобразовательная школа №26 имени П.С.Горлова муниципального образования Белореченский район (далее ОО).

Направленность Программы – физкультурно-спортивная.

Уровень реализации программы – базовый.

В условиях дополнительного образования дети могут развивать физический потенциал, удовлетворять индивидуальные потребности, а также готовиться к освоению профессии, что дает больше шансов достичь успехов в будущем.

Интерес значительной части подростков к спорту как способу организации окружающего пространства приводит к необходимости в разработке данной программы.

Модифицированная программа соответствует основной цели образования в России, направленной на развитие физических способностей обучающихся, их самостоятельности, инициативы, стремления к самосовершенствованию.

Новизна Программы состоит в том, что в ней предложен принцип обучения по целевому ориентиру и уровню сложности.

В программе «Баскетболия» представлена модель построения учебно-тренировочного процесса, направленного на привлечение к систематическим занятиям оздоровительными физическими упражнениями учащихся, ознакомление с основами техники баскетбола. Программа по баскетболу составлена с учётом интересов обучающихся в зависимости от возраста, пола, времени года, местных особенностей. Обучение технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом

Актуальность заключается в соответствии государственной политики в области дополнительного образования, социальному заказу общества, ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей и обусловлена:

- популяризацией вида спорта «Баскетбол»;
- формированием знаний, умений и навыков игры в баскетбол;
- отбором одарённых детей, подготовкой одарённых детей к дальнейшему обучению по общеобразовательным программам базового уровня;
- решением приоритетных задач формирования в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся;
- формированием устойчивого интереса к баскетболу с целью дальнейшего вовлечения детей в систематические занятия этим видом спорта.

Кроме того, обучение по данной программе является актуальным, так как способствует занятости учащихся в свободное время, укреплению их здоровья. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Педагогическая целесообразность

Программа даёт обучающемуся возможность активного практического погружения в сферу освоения процесса тренировок. Создаётся активная мотивирующая образовательная среда для формирования познавательного интереса учащегося и обеспечения овладения им основами баскетбола, элементами тактики, правилами борьбы, что позволит в дальнейшем сделать осознанный выбор в направлении своего дополнительного образования.

Отличительные особенности данной дополнительной общеразвивающей программы от уже существующих программ:

в программе углубленно рассматривается роль физической культуры и спорта как фактора совершенствования человека и общества;

программа дополнена объяснениями о том, что здоровый образ жизни в целом, физическая культура и спорт в частности являются социальным феноменом, объединяющей силой и национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества;

постановка образовательных задач конкретизирована под направленность программы;

построение учебно-тренировочного занятия направлено на создание активно мотивирующей образовательной среды для формирования познавательного интереса учащегося и привития навыков к систематическим занятиям баскетболом;

-формы и методы решаемых задач, связаны с анализом посещённых мероприятий и простором презентационного материала;

-активное применение здоровьесберегающих технологий.

В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений о баскетболе, но и на становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровья и сохранения.

Адресат Программы

Уровень программы - базовый. Объем и сроки освоения программы определены на основании уровня освоения и содержания программы, а также с учетом возрастных особенностей учащихся и требований СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

На обучение принимаются мальчики и девочки от 7 до 17 лет, без предъявления к уровню образования, не имеющие медицинских противопоказаний.

Формы обучения – очная, очно-заочная, очно-дистанционная (допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения ФЗ №273, г.2, ст.17, п.4).

Режим занятий – срок обучения – 42 недели, общее количество часов - 126 часов в год (при занятиях 3 часа в неделю). Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (40 мин).

Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в группах, наполняемостью до 15 человек; группы могут быть одновозрастные и разновозрастные. Состав группы – постоянный, группы сменного состава (в зависимости от смены в общеобразовательной школе). Занятия групповые. Содержание занятий - теоретические и практические занятия. Занятия проводятся в классных кабинетах, на спортивных площадках, в спортзале, согласно расписанию

3. Цель Программы

Укрепление здоровья занимающихся, развитие знаний, двигательных умений и навыков в области спортивной игры баскетбол, повышение физической подготовленности детей при одновременном развитии их умственных способностей, формирование стремления к здоровому образу жизни.

Достижение цели раскрывается через следующие группы

задач: образовательные, личностные и метапредметные.

образовательные (предметные) - развитие познавательного интереса к чему-либо, включение в познавательную деятельность, приобретение определенных знаний, умений, навыков, компетенций и т.п.

личностные - формирование общественной активности личности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни и т.п.;

метапредметные - развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.;

4. Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Теоретическая подготовка (инструктаж, история баскетбола)	3	3	-	Тестирование
2	Общая физическая подготовка	30		30	Выполнение контрольных нормативов
3	Специальная физическая подготовка	30		30	внешний контроль
4	Избранный вид спорта баскетбол:	60		60	
4.1	техническая подготовка	30		30	Выполнение контрольных нормативов
4.2	тактическая подготовка	20	5	15	
4.3	интегральная и игровая подготовка	10		10	Соревнования между командами, сформирован- ными из числа учащихся группы
5	Итоговое занятие. Контрольные игры	3		3	
	Итого	126	8	118	

5. Содержание учебно-тематического плана первого года обучения

Введение (3 часа)

История возникновения и развития баскетбола.

Правила безопасности при занятиях баскетболом.

Правила игры.

Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.

Режим дня спортсмена.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Практика (30 часов)

ОРУ на месте без предметов

ОРУ в движении без предметов

ОРУ с набивными мячами

ОРУ с баскетбольными мячами

ОРУ в парах

Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.

Эстафеты.

Подвижные игры.

«**Мяч соседу**». Играющие стоят по кругу лицом к центру на расстоянии одного шага друг к другу и передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Водящий, находящийся за кругом, старается коснуться мяча, не задевая играющих. Тот, у кого в руках был мяч, когда его коснулся водящий, сам становится водящим. Можно образовать два-три круга и назначить соответственно столько же водящих. Выигрывают игроки, которые не были водящими.

«**Пятнашки**» - наиболее универсальная игра для баскетболиста. Применяя различные варианты, можно решать разнообразные задачи – перемещение:

В руках у водящего набивной мяч. Он старается одного из убегающих игроков, коснувшись его рукой. Осаленный игрок получает мяч и становится водящим. В зависимости от количества играющих водящих может быть несколько.

То же, но игроки перемещаются спиной вперед, приставными шагами, прыжками и т.д.

То же, но преследуемый выполняет различные действия (приседания, прыжки и т.д.).

Вариант «Пятнашек» без мяча. Игрок, которого настигли, берет водящего за руку и бежит с ним дальше. Следующий осаленный присоединяется к ним и т.д. К концу игры водящие образуют цепь, стараясь захватить в круг оставшихся игроков.

«**Передача мяча в колоннах**». Играющие делятся на несколько групп-команд.

Они выстраиваются параллельно в колонну по одному на ширине рук. Впереди стоящий получает мяч. По команде учителя команды начинают передавать мяч в колоннах. Последний игрок команды, получив мяч, бежит в начало колонны и передает мяч сзади стоящему. Игра продолжается до тех пор, пока впереди стоящий не займет свое место и не поднимет мяч над головой. Учитель сам определяет способ передачи мяча и следит, чтобы игроки передавали мяч только определенным способом.

«**Мяч на полу**». Все играющие становятся по кругу. Двое водящих встают в середину круга. У стоящих по кругу один волейбольный мяч. По сигналу преподавателя играющие начинают перекатывать мяч по полу, стараясь задеть им ноги водящих. Тот, кто попадет в ноги водящего, становится на его место, и игра продолжается.

«Круговая охота». Играют две команды. Каждая размещается по кругу – одна по внешнему, другая по внутреннему. По первому сигналу игроки передвигаются приставными шагами (или скачками) в указанном направлении. По второму сигналу игроки внешнего круга разбегаются, а стоящие во внутреннем стараются осалить тех, кто стоял напротив, преследуя по всей площадке. Когда все игроки окажутся пойманными, команды меняются ролями и игра повторяется.

«Ловля парами». Выбирается пара ловцов, которые, взявшись за руки, начинают ловить остальных игроков, бегающих по площадке. Игрок считается пойманным, если ловцы сомкнули вокруг него руки. Когда в плен попадают два игрока, они составляют новую пару и т.д. Правилами разрешается «выскальзывать» из-под рук ловцов, если те не успели их сомкнуть. Ловцам разрешается хватать играющих руками и силой втягивать их в круг.

«Борьба за мяч». Класс делится на две команды. Игроки одной их команд надевают повязки. Капитаны команд выходят на середину площадки. Все остальные размещаются по всему полю, причем становятся парами: один игрок из одной команды, другой – из другой. Учитель подбрасывает мяч между капитанами, которые стараются им овладеть или отбить кому – либо из партнеров. Завладев мячом, капитан стремится его перебросить своим игрокам. Игроки другой команды стремятся отбить, перехватить мяч своими игроками. Необходимо сделать 10 передач подряд между игроками одной команды. Команда, которая сделает это, получает одно очко. Игра снова начинается спором между капитанами

«Кто дальше прыгнет?» Дети строятся в две колонны перед прыжковой ямой. Сбоку от ямы делаются отметки, соответствующие 5, 10, 15 очкам. Ребята из первой команды выполняют каждый по одному прыжку и подсчитывают сумму набранных очков. После этого аналогичное задание выполняет вторая команда. Побеждает команда, набравшая большую сумму очков.

«Подвижная цель». Дети строятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их ногами проводится окружность. Один из играющих получает мяч. Выбирается водящий, который идет в середину круга. Участники игры, перекидывая мяч, стараются попасть им в водящего, а водящий – увернуться от мяча. Тот, кто попал в водящего мячом, меняется с ним местами. Игра продолжается 5–7 мин., после чего отмечаются наиболее ловкие водящие, сумевшие продержаться в кругу дольше других, и самые меткие игроки.

Правила: 1. Засчитывается попадание в ноги и в любую часть туловища. Попадание в голову не засчитывается. 2. Попадание мяча, отскочившего от земли, не засчитывается. 3. При броске мяча в водящего нельзя заступать за линию круга.

Игровые задания с элементами спортивных игр:

баскетбол: «33», «Точный пас»;

волейбол: «Мяч в сетку», «Порази в цель», «Послушный мяч»

Техническая подготовка Практика (30 часов)

Техника передвижения в защитной стойке.

Техника ведения мяча.

Техника остановки в два шага.

Техника поворотов.

Техника передач мяча.

Защитные действия.

Страховка.

Специальная физическая подготовка (30 часов) Практика (30 часов)

Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

Комплексов упражнений по специальной физической подготовке, по обучению перемещениям, приему и передаче мяча.

Подвижные и спортивные игры.

Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

Тактическая подготовка (ТП) (20 часов) Практика (15 часов)

Тактика передач.

Тактика приёмов мяча.

Нападение быстрым прорывом.

Защитные действия.

Зонная защита.

Персональная защита.

Интегральная и игровая подготовка (10 часов)

Соревнования между командами, сформированными из числа учащихся группы.

Итоговое занятие. Контрольные игры (3 часа)

По окончании первого года обучения, учащийся должен:

1. Знать общие основы баскетбола.
2. Расширять представление о технических приемах в баскетболе.
3. Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку.
4. Уметь играть по упрощенным правилам игры.
5. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции.
6. Получить навыки технической подготовки баскетболиста.
7. Освоить техники ведения и перемещений, стоек баскетболиста в нападении и в защите.
8. Освоить технику передач и бросков мяча.
9. Освоить технику передвижения в защитной стойке.
10. Освоить технику остановки в два шага.
11. Освоить технику поворотов.

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение.	3	3	-	Внешний контроль
2	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	15		15	Внешний контроль
3	Общая физическая подготовка	18		18	Выполнение контрольных нормативов
4	Техническая подготовка	30	2	28	Выполнение контрольных нормативов
5	Специальная физическая подготовка (СФП)	27	1	26	Внешний контроль
6	Тактическая подготовка (ТП)	18	1	17	внешний контроль
7	Контрольные игры и соревнования	15		15	
	Итого:	126	7	119	

Содержание учебно-тематического плана второго года обучения

Введение (3 часа)

Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях.

История развития баскетбола в России.

Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня.

Врачебный контроль.

Ознакомление с правилами соревнований.

Спортивная терминология.

Общеразвивающие упражнения

Практика (15 часов)

ОРУ с предметами.

ОРУ без предметов.

ОРУ на месте.

ОРУ в движении.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Практика (18 часов)

Упражнения с набивными мячами.

Беговые упражнения, ускорения, прыжки, многоскоки.

Упражнения на силу, выносливость.

Упражнения на ловкость.

Техническая подготовка и *Тактическая подготовка* (48 часа)

Теория (3 часа)

Значение технической подготовки в баскетболе.

Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практика (45 часов)

Перемещения в стойке

Ведение мяча по прямой, с изменением скорости со сопротивлением противника и без сопротивления

Ловля и передача мяча одной рукой (другая за спиной) из-за головы, от плеча, снизу

Ловля и передача мяча двумя и одной рукой в движении без сопротивления

Передача мяча с пассивным и активным противодействием

Удержание мяча двумя руками за спиной

Остановка в два шага и прыжком

Ловля и передача мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи

Бросок мяч в корзину двумя руками от груди с места

Бросок одной и двумя руками с места и в движении

Броски мяча в корзину одной и двумя руками в прыжке

Повороты с мячом, стоя рядом с пассивным защитником (финт)

Повороты против активно действующего защитника (финт)

Повороты после ловли, ведения мяча и остановок изученным способом

Штрафные броски

Трехочковые броски

Командные действия:

Ловить и передавать мяч при передвижении в двойках и тройках

Индивидуальные действия:

Выбор места

Тактика защиты

Тактика нападения

Персональная защита

Зонная защита

Тактика игры в защите

Групповые действия:

Взаимодействие защитников

Взаимодействие нападающих

Двухсторонняя игра по правилам.

Контрольные испытания по тактическим действиям в защите.

Специальная физическая подготовка (27 часов)

Теория (1 час)

Отработка навыков судейства, жестикуляционной терминологии

Оформления протоколов и заявок на участие в соревнованиях.

Практика (26 часов)

Специальные упражнения для развития выносливости

Бег на длинные дистанции, эстафетный бег, челночный бег

Двухсторонние игры соревновательного характера

Отработка качества передачи и приёмов мяча.

Контрольно-оценочные и переводные испытания

Планирование на следующий учебный год.

По окончании второго года обучения, учащиеся должны:

1. Уметь играть по правилам
2. Освоить технику ведения и бросков мяча
3. Освоить тактику нападений быстрым прорывом без сопротивления и со сопротивлением
4. Овладеть навыками судейства
5. Уметь управлять своими эмоциями
6. Знать методы тестирования при занятиях баскетбола
7. Знать основные понятия и термины в теории и методике баскетбола
8. Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели
9. Овладеть техникой в защите и нападении
10. Овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	3	3	-	
2	Общая физическая и специальная подготовка	45	3	42	Выполнение контрольных нормативов
3	Техническая подготовка	30	2	28	Выполнение контрольных нормативов
4	Тактическая подготовка	30	2	28	внешний контроль
5	Контрольные игры и соревнования	18		18	
	Итого:	126	10	116	

Содержание учебно-тематического плана третьего года обучения

Введение. Теория (3 часа)

Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях.

История развития баскетбола.

Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня.

Врачебный контроль.

Ознакомление с правилами соревнований.

Спортивная терминология.

Общая и специальная физическая подготовка

Практика (45 часов)

Упражнения с набивными мячами.

Беговые упражнения, ускорения, прыжки, многоскоки.

Упражнения на силу, выносливость.

Упражнения на ловкость.

Специальные упражнения для развития выносливости

Бег на длинные дистанции, эстафетный бег, челночный бег

Двухсторонние игры соревновательного характера

Отработка качества передачи и приёмов мяча.

Техническая подготовка и Тактическая подготовка (ТТП)

Теория (4 часа)

Значение технической подготовки в баскетболе.

Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практика (28 часов)

Перемещения в стойке

Ведение мяча по прямой, с изменением скорости со сопротивлением противника и без сопротивления

Ловля и передача мяча одной рукой (другая за спиной) из-за головы, от плеча, снизу

Ловля и передача мяча двумя и одной рукой в движении без сопротивления

Передача мяча с пассивным и активным противодействием

Удержание мяча двумя руками за спиной

Остановка в два шага и прыжком

Ловля и передача мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи

Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места

Бросок одной и двумя руками с места и в движении

Броски мяча в корзину одной и двумя руками в прыжке

Повороты с мячом, стоя рядом с пассивным защитником (финт)

Повороты против активно действующего защитника (финт)

Повороты после ловли, ведения мяча и остановок изученным способом

Штрафные броски

Трехочковые броски

Командные действия:

Ловить и передавать мяч при передвижении в двойках и тройках

Индивидуальные действия:

Выбор места

Тактика защиты

Тактика нападения

Персональная защита

Зонная защита

Тактика игры в защите

Групповые действия:

Взаимодействие защитников

Взаимодействие нападающих

Двухсторонняя игра по правилам.

Контрольные испытания по тактическим действиям в защите.

Контрольные игры и соревнования (18 часов)

По окончании третьего года обучения, учащиеся должны:

1. Уметь играть по правилам
2. Освоить технику ведения и бросков мяча
3. Освоить тактику нападений быстрым прорывом без сопротивления и со сопротивлением
4. Овладеть навыками судейства
5. Уметь управлять своими эмоциями
6. Знать методы тестирования при занятиях баскетбола
7. Знать основные понятия и термины в теории и методике баскетбола
8. Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели
9. Овладеть техникой в защите и нападении
10. Овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.

6. Планируемые результаты

- наличие у ребенка к концу обучения общих представлений о виде спорта «Баскетбол», знаний в области физической культуры и спорта, гигиене;
- появление у обучающегося углубленного интереса к занятиям спортом, расширение спектра знаний, умений и навыков;
- появление у учащегося интереса продолжить обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим, либо предпрофессиональным программам.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий включающий формы аттестации

7. Календарный учебный график

***Место проведения:** Спортивный зал, спортивная площадка*

***Расписание занятий:** Понедельник 18.55-19.55; Вторник 14.50-19.25;*

Среда 18.55-19.55; Четверг 14.50-19.00; Пятница 18.00-19.00

№ п/п	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Продолжительность каникул	Окончание учебных периодов/этапов
1	42	84	56	31 декабря 31 августа

8. Раздел программы «Воспитание»

Содержание и формы дополнительного образования детей должны обеспечивать сочетание воспитания и обучения. Воспитание в образовательном пространстве Российской Федерации рассматривается как стратегический общенациональный приоритет. Одной из задач развития дополнительного образования детей, в соответствии с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р), является «организация воспитательной деятельности на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства, а также формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности». Воспитательный потенциал дополнительного образования складывается из множества компонентов: психологический климат в образовательной организации; содержание учебного материала; методы и формы обучения; личность педагога. Этот потенциал может быть максимально эффективен при условии грамотного использования определённых подходов к проектированию и реализации воспитательного процесса.

Раздел о воспитании включает в себя следующие подразделы, части:

- 1) целевую — цель, задачи, целевые ориентиры воспитания;
- 2) содержательную — формы и методы воспитания;
- 3) организационную — условия организации воспитания, в том числе особые условия с учётом содержания программы, контингента детей; анализ результатов воспитания;
- 4) календарный план воспитательной работы.

1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний. Разработчик

программы конкретизирует задачи воспитания детей по программе с учётом её предметного содержания, направленности.

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей. Для решения задач воспитания при реализации образовательной программы необходимо создавать и поддерживать определённые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Ценностно-целевую основу воспитания детей при реализации любой программы составляют целевые ориентиры воспитания как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации программы. Целевые ориентиры воспитания условно разделяются на две группы: основные и дополнительные. Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях, что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети. Дополнительные целевые ориентиры воспитания обусловлены содержанием и формами реализации конкретной программы с учётом образовательных потребностей детей, их семей, родителей (законных представителей) в развитии у детей различных способностей и позитивных личностных качеств, особенностей региональных и местных социокультурных условий дополнительного образования детей.

Дополнительные целевые ориентиры не должны противоречить основным целевым ориентирам, основанным на российских базовых конституционных ценностях.

Основные целевые ориентиры воспитания на основе российских базовых (конституционных) ценностей направлены на воспитание, формирование:

- российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским государством в его тысячелетней истории и в современности, в настоящем, прошлом и будущем;
- русского национального исторического сознания на основе исторического просвещения, знания истории России, сохранения памяти предков;
- готовности к защите Отечества, способности отстаивать суверенитет и достоинство народа России и Российского государства, сохранять и защищать историческую правду;

- уважения прав, свобод и обязанностей гражданина России, не-приятия любой дискриминации людей по социальным, национальным, расовым, религиозным признакам, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности;
- опыта гражданского участия на основе уважения российского закона и правопорядка;
- этнической, национальной принадлежности, знания и уважения истории и культуры своего народа;
- принадлежности к многонациональному народу Российской Федерации, Российскому Отечеству, российской культурной идентичности;
- деятельного ценностного отношения к историческому и культурному наследию народов России, российского общества, к языкам, литературе, традициям, праздникам, памятникам, святыням, религиям народов России, к российским соотечественникам, защите их прав на сохранение российской культурной идентичности;
- традиционных духовно-нравственных ценностей народов России с учётом личного мировоззренческого, национального, конфессионального самоопределения, неприятия антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих этим ценностям;
- уважения к жизни, достоинству, свободе мировоззренческого выбора каждого человека, к национальному достоинству и религиозным чувствам представителей всех народов России и традиционных российских религий, уважения к старшим, к людям труда;
- установки на солидарность и взаимопомощь людей в российском обществе, поддержку нуждающихся в помощи;
- ориентации на создание устойчивой семьи на основе традиционных семейных ценностей народов России, понимания брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности;
- уважения к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию;
- восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;
- сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья (своего и других людей), соблюдения правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;
- установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;
- установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

- навыков рефлексии своего физического и психологического состояния, понимания состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим состоянием, оказания помощи, адаптации к стрессовым ситуациям, природным и социальным условиям;
- уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа, желания и способности к творческому созидательному труду в доступных по возрасту социально-трудовых ролях;
- ориентации на осознанный выбор сферы профессиональных интересов, профессиональной деятельности в российском обществе с учётом личных жизненных планов, потребностей семьи, общества;
- понимания специфики регулирования трудовых отношений, самообразования и профессиональной самоподготовки в информационном высокотехнологическом обществе, готовности учиться и трудиться в современном российском обществе;
- экологической культуры, понимания влияния социально-экономических процессов на природу, в том числе на глобальном уровне, своей личной ответственности за действия в природной среде, неприятия действий, приносящих вред природе, бережливости в использовании природных ресурсов;
- применения научных знаний для рационального природопользования, снижения негативного воздействия хозяйственной и иной деятельности на окружающую среду, для защиты, сохранения, восстановления природы, окружающей среды;
- опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным;
- познавательных интересов в разных областях знания, представлений о современной научной картине мира, достижениях российской и мировой науки и техники;
- понимания значения науки и техники в жизни российского общества, гуманитарном и социально-экономическом развитии России, обеспечении безопасности народа России и Российского государства;
- навыков наблюдений, накопления и систематизации фактов, осмысления опыта в разных областях познания, в исследовательской деятельности;
- навыков критического мышления, определения достоверной научной информации и обоснованной критики антинаучных представлений;
- опыта социально значимой деятельности в волонёрском движении, экологических, гражданских, патриотических, историко-краеведческих, художественных, производственно-технических, научно-исследовательских, туристских, физкультурно-спортивных и др. объединениях, акциях, программах; опыта обучения такой деятельности других людей.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с предметными направленностями разрабатываемых

программ и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни; безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния; стремления к соблюдению норм спортивной этики; уважения к старшим, наставникам; дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности; сознания ценности физической культуры, эстетики спорта; интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений; стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

2. Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий. Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях в соревнованиях, в подготовке к ним с участием родителей (законных представителей), выступлений в группах. В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год). Анализ результатов воспитания

по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

3. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Школьные спортивные соревнования по баскетболу	сентябрь	Соревно- вания	Фото и видео отчет
2	Школьные спортивные соревнования по баскетболу	октябрь	Соревно- вания	Фото и видео отчет
3	Школьные спортивные соревнования по баскетболу	ноябрь	Соревно- вания	Фото и видео отчет
4	Школьные спортивные соревнования по баскетболу	декабрь	Соревно- вания	Фото и видео отчет
5	Школьные спортивные соревнования по баскетболу	январь	Соревно- вания	Фото и видео отчет
6	Районные спортивные соревнования по баскетболу	февраль	Соревно- вания	Фото и видео отчет
7	Зональные спортивные соревнования	март	Соревно- вания	Фото и видео отчет

	по баскетболу			
8	Зональные спортивные соревнования по баскетболу	апрель	Соревнования	Фото и видео отчет
9	Школьные спортивные соревнования по уличному баскетболу	май	Соревнования	Фото и видео отчет
10	Районные спортивные соревнования по уличному баскетболу	июнь	Соревнования	Фото и видео отчет
11	Районные спортивные соревнования по уличному баскетболу	август	Соревнования	Фото и видео отчет

9. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение – занятия проводятся в спортивном зале или спортивных площадках

Для освоения Программы необходимо оборудование и спортивный и инвентарь:

- гимнастическая скамейка
- гимнастическая стенка
- мячи
- скакалки
- конусы для эстафет
- кегли
- мультимедийное оборудование.

Кадровое обеспечение

Наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности, обладать профессиональными знаниями в предметной области, знать специфику ОДО.

Методическое обеспечение

Указанные разделы программы взаимосвязаны и реализуются поэтапно с учетом возрастных, половых особенностей, физического развития и функциональных возможностей организма. В реализации Программы предусматривается самостоятельный подбор необходимого материала по

соблюдению правил безопасности и теоретической подготовке, упражнений и средств по общей, специальной физической и интегральной подготовке для всех групп. При всем этом необходимо соблюдать дифференцированный подход к возрасту и подготовленности обучающихся.

Методические материалы

При реализации программы используются словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой методы обучения.

При реализации программы используются следующие методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

При проведении теоретической подготовки учитывается возраст учащихся. Изложение материала производится в доступной для них форме.

Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале учебно-тренировочных занятий или в форме объяснений во время отдыха. Так же проводятся специальные занятия для теоретической подготовки в форме лекций. Эффективность усвоения теоретико-методических знаний существенно повышается за счет использования учебных кино и видеофильмов, мультимедийных пособий, рисунков, плакатов и других наглядных пособий.

Практические занятия различаются по цели на учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные и соревновательные, по степени разнообразия решаемых задач на однородные и разнородные.

Контрольные занятия применяются в конце отдельных этапов подготовки, при условии проверки уровня освоения учащимися программного материала или в случаях проверки качества работы тренера. На таких занятиях принимаются зачёты по теории, технике, проводится сдача контрольных нормативов.

Соревновательные занятия проводятся для формирования соревновательного опыта. Они проводятся в форме неофициальных соревнований – классификационные соревнования, прикидки, матчевые и товарищеские встречи.

При начальном обучении основам игры в баскетбол, используется фронтальный метод обучения, так как он позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. Основными средствами являются физические упражнения, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты, которые в этой возрастной группе имеют наиболее благоприятные возможности развития.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют одинаковые задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

Программой предусмотрено методическое обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств.

При проведении занятий тренер-преподаватель правильно называет упражнения, точно их демонстрирует и вовремя исправляет ошибки.

При проведении занятий используются здоровые сберегающие технологии.

Особенности организации образовательного процесса

Организация учебно-тренировочного процесса начинается с комплектации групп в августе месяце. Прием детей на обучение по Программе ведется с допуском врача.

Общее количество групп регламентируется планом комплектования и набором. Педагог дополнительного образования ОО может осуществлять набор на Программу несколько групп. Планирование обязательно предусматривает непрерывность и последовательность всей спортивной работы. В основе планирования лежат принципы:

- перспективности, когда при составлении учебных планов учитываются задачи на длительный период;
- преемственности, когда предусматриваются мероприятия, направленные на закрепление и дальнейшее развитие достигнутого;
- научности, когда используются новые методические разработки и передовой опыт тренеров-практиков.

10. Формы аттестации

Для полноценной реализации дополнительной образовательной общеразвивающей ознакомительной программы используется форма аттестации контрольный урок в форме практического выполнения заданий или соревнования по баскетболу с упрощенными правилами между командами, сформированными из числа учащихся, занимающихся в группе. Посещение соревнований по баскетболу и другим видам спорта.

11. Оценочные материалы

Основной формой подведения итогов работы по программе являются спортивные соревнования по баскетболу и контрольные нормативы.

Форма фиксации – лист наблюдений с результатами в виде отметок или протокол соревнований.

По окончании всего курса обучения, обучающиеся должны:

1. Уметь играть по правилам
2. Освоить технику ведения и бросков мяча
3. Освоить тактику нападений быстрым прорывом без сопротивления и со сопротивлением
4. Овладеть навыками судейства
5. Уметь управлять своими эмоциями
6. Знать методы тестирования при занятиях баскетбола
7. Знать основные понятия и термины в теории и методике баскетбола
8. Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели
9. Овладеть техникой в защите и нападении
10. Овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении

Список литературы

Для педагога:

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт. 2004 -100 с.
2. Костикова Л.В. Суслов Ф.П. Фураева Н.В. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле (методические разработки). Москва 2002г.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.
4. Официальные правила баскетбола ФИБА 2016. Утверждены ЦБ ФИБА 2016.
5. Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2014.
6. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2009. – 92 с.

Для обучающихся:

1. Баррел Пэ́йе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
2. Гомельский Е.Я. Психологические аспекты современного баскетбола. Москва, 2010.
3. Жозе Пископо. Упражнения для победы в баскетболе. Воронеж, 2006.
4. Лихачев О.Е., Фомин С.Г., Чернов С.В., Мазурина А.В. Теория и методика обучения игре в защите в баскетболе. Учебное пособие. Москва-Смоленск, 2011.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола
www.fibaeurope.com - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола
www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола
www.pro100basket.ru - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России
www.mbl.su - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги
www.cskabasket.com - Вэб-сайт ПБК "ЦСКА" Москва
www.vtb-league.com Вэб-сайт лиги ВТБ
www.euroleague.net - Вэб-сайт Евролиги