

Индивидуальный образовательный маршрут по физической культуре (Секция "Баскетбол")

Модель: Ученик-Ученик (Взаимообучение и Наставничество)

Цель: Развитие интереса к баскетболу, формирование устойчивых навыков игры, повышение физической подготовленности, социализация через взаимодействие и наставничество.

Участники:

- **Обучающийся (Основной):** Ученики 4а,4 б класса, возрастная категория 9-10 лет,
- Уровень подготовки - начинающий,
- **Ученик-Наставник:** Сарвартдинов Тимур (9б класс), возраст 16 лет.
- Уровень подготовки продвинутый (наставник опытный в баскетболе).
- **Учитель физкультуры (Руководитель проекта):** Мальцевич Татьяна Анатольевна
- Возможно привлечение более опытных игроков из старших классов (по мере необходимости).
- **Сроки реализации:** полугодие
- **Место проведения:** Спортивный зал школы, баскетбольная площадка.
- **Форма реализации:** Секционные занятия по расписанию,

Этапы реализации маршрута:

1. Диагностический этап (1 неделя):

- **Обучающийся (Основной):**
 - Заполнение анкеты по интересам в области физической культуры и баскетбола.
 - Оценка исходного уровня физической подготовленности (тесты на скорость, ловкость, силу, выносливость).
 - Оценка базовых баскетбольных навыков (ведение, бросок, передача).
 - Согласование целей и задач обучения с педагогом-тренером.
- **Ученик-Наставник:**
 - Пройти опросник на готовность к роли наставника.
 - Совместно с педагогом-тренером - анализ результатов диагностического этапа основного обучающегося.
- **Учитель-физкультуры:**
 - Проведение беседы с обучающимся (основным) для выявления интересов, целей и проблем.
 - Проведение тестирования физической подготовленности и базовых баскетбольных навыков.
 - Подбор ученика-наставника (с учетом личностных качеств и уровня подготовки).
 - Разработка индивидуального плана тренировок и заданий на основе результатов диагностики.

2. Планирование (1 неделя):

- **Обучающийся (Основной):**
 - Совместное с наставником обсуждение индивидуального плана.

- Внесение предложений по корректировке плана.
- **Ученик-Наставник:**
 - Активное участие в обсуждении и формировании плана тренировок, с учетом особенностей обучающегося, его опыта и целей.
 - Подготовка вспомогательных материалов (видеоуроки, упражнения).
- **Учитель-физической культуры:**
 - Утверждение индивидуального плана.
 - Определение критериев оценки прогресса.
 - Подготовка материалов для тренировок (инвентарь, методические рекомендации).

3. Реализация (на протяжении секционных занятий):

- **Обучающийся (Основной):**
 - Посещение секции баскетбола согласно расписанию.
 - Выполнение индивидуального плана под руководством наставника и контролем тренера.
 - Активное участие в групповых тренировках.
 - Самостоятельные тренировки по отработке навыков.
 - Ведение дневника тренировок.
- **Ученик-Наставник:**
 - Помощь обучающемуся (основному) в освоении новых навыков и выполнении упражнений.
 - Демонстрация правильной техники выполнения упражнений.
 - Мотивация и поддержка обучающегося.
 - Консультации по вопросам стратегии и тактики игры.
 - Совместный просмотр видеоматериалов с анализом техники игры.
 - Отслеживание прогресса обучающегося.
- **Учитель физкультуры:**
 - Контроль за выполнением индивидуального плана.
 - Организация групповых тренировок.
 - Корректировка индивидуального плана по мере необходимости.
 - Консультации и методическая поддержка обучающегося и наставника.
 - Организация товарищеских матчей и соревнований.

Содержание обучения (примерный перечень):

- **Разминка и общая физическая подготовка:**
 - Упражнения на развитие гибкости, координации, ловкости.
 - Беговые упражнения.
 - Упражнения с мячом (ведение, передача, броски).
- **Техника баскетбола:**
 - Ведение мяча (различные способы).
 - Передачи мяча (различные типы).
 - Броски в корзину (различные типы).
 - Дриблинг.
 - Подборы.
 - Отбор мяча.
- **Тактика баскетбола:**
 - Индивидуальная тактика (действия в нападении и защите).
 - Групповая тактика (взаимодействие между игроками).
 - Командная тактика (стратегия игры).
 - Изучение правил игры в баскетбол.

- **Участие в соревнованиях (по желанию).**

4. Контроль и оценка (каждые 2-3 недели):

- **Обучающийся (Основной):**
 - Самооценка прогресса.
 - Участие в контрольных тренировках и тестах.
 - Предоставление отчета о проделанной работе.
- **Ученик-Наставник:**
 - Оценка прогресса обучающегося.
 - Обратная связь педагогу-тренеру.
- **Учитель физкультуры:**
 - Наблюдение за тренировочным процессом.
 - Оценка результатов контрольных тренировок и тестов.
 - Анализ дневника тренировок.
 - Внесение корректировок в индивидуальный план.

5. Рефлексия и коррекция (конец полугодия):

- **Обучающийся (Основной):**
 - Самоанализ достижений и проблем.
 - Оценка эффективности индивидуального плана.
 - Определение целей на следующий период обучения.
- **Ученик-Наставник:**
 - Анализ эффективности своей работы в качестве наставника.
 - Разработка рекомендаций для улучшения процесса взаимообучения.
- **Учитель физкультуры:**
 - Анализ результатов реализации индивидуального маршрута.
 - Оценка эффективности модели "ученик-ученик".
 - Составление отчета о проделанной работе.
 - Корректировка индивидуального маршрута на следующий период обучения.

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня физической подготовленности обучающегося.
- Улучшение технических и тактических навыков игры в баскетбол.
- Повышение мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие коммуникативных навыков и навыков работы в команде.
- Социализация обучающегося.
- Приобретение опыта наставничества учеником-наставником.

Критерии оценки эффективности индивидуального образовательного маршрута:

- Динамика показателей физической подготовленности.
- Улучшение техники и тактики игры.
- Повышение посещаемости секции.
- Положительные отзывы обучающегося, наставника и тренера.
- Успешное участие в соревнованиях (по желанию).

Примечания:

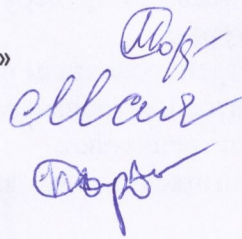
- Данный индивидуальный образовательный маршрут является примерным и может быть адаптирован под конкретные потребности и возможности обучающегося.
 - Важно обеспечить постоянную поддержку и контроль со стороны педагога-тренера.
 - Необходимо учитывать интересы и пожелания обучающегося при разработке и реализации маршрута.
 - Важно создать благоприятную атмосферу для взаимообучения и наставничества.
- Этот маршрут строится на активном взаимодействии ученика и ученика-наставника, что позволяет более гибко подходить к обучению и учитывать индивидуальные особенности каждого участника. Успехов в реализации!

Подпись Куратора ГМОУ «Средняя школа №1»

Подпись руководителя проекта:

Подпись наставника:

Дата: « 12.01 » 2026 года



С.В.Моршинина

Т.А.Мальцевич

Т. Сарвартдинов