


КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
администрации городского округа «Город Калининград»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 56

Принята на заседании Педагогического совета от «27» августа 2024 г. Протокол №1	 <p style="text-align: right;">Утверждаю Директор школы /Коломиец А.В./ «28» августа 2024 г.</p>
--	--

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно -спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-15лет
Срок реализации: 1 год

Автор программы:
Солдатова Людмила Геннадьевна
педагог дополнительного
образования МАОУ СОШ №56

г. Калининград,
2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Баскетбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных организаций. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея данной программы – это целенаправленный, нравственно обусловленный процесс физического воспитания гармонично развитой личности ребенка. Программа «Баскетбол» -это комплексная система воспитания ребенка, здорового физически и морально, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, с использованием комбинации традиционных и инновационных методик.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Баскетбол - командная спортивная игра, цель которой – забросить руками мяч в кольцо (корзину) соперника.

Здоровый образ жизни - это такой образ жизни человека, который направлен на укрепление здоровья и профилактику болезней.

Тактика баскетбола - организация индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над противником.

Техника баскетбола – совокупность действий и движений, необходимых непосредственно для игры и позволяющие решать задачи на площадке. Технику по игре можно поделить на 2 части: техника игры в нападении (передвижение и владение мячом) и техника игры в защите (передвижение и противодействие сопернику).

Физическая подготовка – процесс, направленный на развитие физических способностей и возможностей органов и систем организма спортсмена для успешного овладения навыками игры и эффективной соревновательной деятельности. Физическая подготовка в баскетболе складывается из двух видов – общей и специальной физической подготовки.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Ознакомительный, базовый. Уровень освоения данной программы предполагает удовлетворение познавательных интересов ребенка, расширение информированности в данной образовательной области, формирование интереса, а также приобретение первоначальных умений и навыков.

Актуальность образовательной программы

Актуальность программы заключается в том, что занятия по ней позволяют обучающимся детям восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Программа «Баскетбол» составлена таким образом, что юные баскетболисты, изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, освоят процесс игры, получают теоретические сведения, изучают тактическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения; сдадут соответствующие нормативы. Стремясь к овладению техническими приемами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Обучатся основам индивидуальной, групповой и командной тактике игры в баскетбол. Освоят процесс игры в соответствии с правилами баскетбола.

Практическая значимость образовательной программы

Обучающиеся научатся технике владения мячом, тактическим навыкам игры, получают практические навыки их применения, научатся понимать принципы работы, возможностей и ограничений технических приемов игры, предназначенных для выполнения тактических действий в игре.

Содержание данной программы построено таким образом, что обучающиеся под руководством педагога смогут не только изучать приема игры, но и, занимаясь самостоятельно с мячом, смогут принять участие в соревнованиях по ОФП, по баскетболу, «Веселые старты», в которых основной задачей является результат выступления.

В результате освоения программы, обучающиеся освоят практические навыки передвижения, остановки, передачи мяча, ведения мяча, броски мяча, тактических действий.

Принципы отбора содержания образовательной программы

Образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;

- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Цель образовательной программы

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

Задачи образовательной программы

Образовательные:

- формирование знаний и умений по организации самостоятельных занятий по баскетболу;
- совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол;

Развивающие:

- повышение функциональных возможностей основных систем организма;
- совершенствование двигательных функций и повышение общей работоспособности;
- развитие основных физических качеств;
- укрепление здоровья;
- совершенствование телосложения и гармоничное развитие физиологических функций.

Воспитательные:

- повысить мотивацию обучающихся к самостоятельным занятиям спортом;
- формировать у учащихся настойчивость в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата;
- поддержать умение работы в команде;
- способствовать развитию навыков;
- воспитание трудолюбия;
- целеустремленности

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Программа предлагается для освоения школьниками 11-15 лет. Набор детей в объединение свободный. Состав группы – постоянный, может быть разнополым и разновозрастным. Наиболее оптимальное количество детей в группе – 15 человек, что позволяет педагогу дать индивидуальную консультацию учащимся

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение осуществляется из числа обучающихся 5-9 классов МАОУ СОШ № 56. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-15 обучающихся.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная, возможно использование дистанционных (электронных) технологий

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество учебных часов – 144 часа; Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка – 4 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 1 год

Основные методы обучения

Занятия в рамках программы проводятся, в форме учебно-тренировочных занятий (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочных играх, лекций, просмотра видеоматериала, соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, контрольного тестирования, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий.

Основной формой проведения занятия является тренировочный урок.

Тренировочный урок делится на три части:

Подготовительная часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого учащегося на данное занятие.

Основная часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приёмы; формируются успешные способы профессиональной деятельности.

Заключительная часть - посвящена анализу проведённой работы подведению итогов. Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется игровая форма, которая придаёт смысл обучению,

мотивирует обучающихся. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к занятиям спортом.

Планируемые результаты

Результатом занятий будет способность обучающихся к самостоятельному решению ряда задач с использованием приемов. Конкретный результат каждого занятия – это средства и методы, позволяющие выполнять поставленную задачу. Проверка проводится выполнением приемов игры на технику выполнения и скорость выполнения упражнения. Результаты каждого занятия вносятся в рейтинговую таблицу. Основным способ итоговой проверки – сдача контрольных нормативов. Сдача зачета является обязательной, последующая пересдача ведется «до победного конца».

Метапредметные результаты – овладение воспитанниками умениями, которые создадут возможность самостоятельно, успешно усваивать новые знания, умения и компетентности, необходимые для дальнейшего совершенствования спортивно-оздоровительной деятельности, укрепление здоровья. Кроме того, необходимо систематическое наблюдение за воспитанниками в течение учебного года.

Личностные результаты – готовность и способность воспитанников к саморазвитию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества.

Воспитательные результаты

Воспитательный результат занятий можно считать достигнутым, если обучающиеся проявляют стремление к самостоятельной работе, усовершенствованию навыков работы с мячом, работы в команде.

Механизм оценивания образовательных результатов:

1. Уровень теоретических знаний.

Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Работа с мячом, техника безопасности.

Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.

Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как работать с мячом.

Высокий уровень. Четко и безопасно работает с мячом.

Способность выполнять комбинацию.

Низкий уровень. Не может выполнить комбинацию без помощи педагога.

Средний уровень. Может выполнить комбинацию при подсказке педагога.

Высокий уровень. Способен самостоятельно выполнить комбинацию.

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может выполнить технический прием (на выбор).
2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно выполнить технический прием.
3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно выполнить технический. Но, и может применить его в игровой ситуации. Проявил инициативу при выполнении приемов.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- теория;
- практика;
- соревнования

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

- мониторинг на начало и на окончание первого года обучения;
- тестирование на знание теоретического материала;
- тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;
- сдача контрольных нормативов по ОФП;
- результаты соревнований школьного уровня, районного уровня, матчевых и товарищеских встреч;
- опрос; игра.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников

Материально-технические условия

Спортивный зал, соответствующий санитарным нормам СанПин.

- Спортивный зал: 24 x 12 м.
оборудование и инвентарь:

- Баскетбольные щиты - 6 шт.
- Гимнастические стенки - 8 шт.
- Гимнастические скамейки - 7 шт.
- Гимнастические маты - 8 шт.
- Скакалки - 15 шт.
- Мячи набивные (масса 1 кг) - 6 шт.
- Мячи баскетбольные - 10 шт.

Пространственно-предметная среда: баскетбольные мячи, баскетбольная сетка, конусы, наглядные пособия и др.

Техническое обеспечение: ноутбуки, программное обеспечение.

- Архив видео и фотоматериалов

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение программы реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

- электронные учебники;
- видеоролики;
- информационные материалы на сайте, посвященном данной дополнительной общеобразовательной программе;
- мультимедийные интерактивные домашние работы, выдаваемые обучающимся на каждом занятии.

При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);
- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);

- словесный - рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания);
- стимулирования (соревнования, поощрения).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(144 часа, 4 часа в неделю)

Раздел № 1. Основы знаний.

Тема 1.1. «Требования техники безопасности»

Теория: Правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики.

Должны знать правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики.

Форма контроля: опрос

Тема 1.2. «Правила игры в баскетбол».

Теория: Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Должны знать права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.3. «Основы техники и тактики игры»

Теория: Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки.

Должны знать понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки.

Форма контроля: опрос

Тема 1.4. «Спортивные соревнования»

Теория: Организация и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в баскетболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают организацию и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в баскетболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Должны знать организацию и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в баскетболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.5. «Влияние физических упражнений на организм занимающихся»

Теория: Воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Должны знать воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Форма контроля: опрос

Тема 1.6. «Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль»

Теория: Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Временные ограничения и противопоказания к занятиям видами спорта, предупреждение травм при физкультурно-спортивных занятиях, доврачебная помощь пострадавшим. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса. Дневник самоконтроля спортсмена. Основы спортивного массажа.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают личную гигиену, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Временные ограничения и противопоказания к занятиям видами спорта, предупреждение травм при физкультурно-спортивных занятиях, доврачебная помощь пострадавшим. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса. Дневник самоконтроля спортсмена. Основы спортивного массажа.

Должны знать личную гигиену, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Временные ограничения и противопоказания к занятиям видами спорта, предупреждение травм при физкультурно-спортивных занятиях, доврачебная помощь пострадавшим. Использование естественных факторов природы в целях закаливания организма. Врачебный контроль и самоконтроль. Режим дня и питания. Гигиена тренировочного процесса. Дневник самоконтроля спортсмена.

Форма контроля: опрос

Раздел № 2. Общая физическая подготовка.

Практика: Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками одновременно, тоже во время ходьбы и бега. Упражнения для ног.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений. Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, резиновыми амортизаторами. Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса.

Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по стенке. Перетягивание каната.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Упражнения в равновесии.

Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Упражнения типа «полоса препятствий». С перерезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Эстафеты.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный

Форма контроля: тестирование.

Раздел № 3 Специальная физическая подготовка.

Практика: Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам.

Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону.

Бег и прыжки с отягощениями. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту.

Бросок мяча в прыжке с разбега. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель.

Броски мяча стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера.

Комбинированные упражнения. Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

Форма контроля: тестирование.

Раздел № 4 Техническая подготовка.

Тема 4.1. «Перемещения, передвижения и остановки»

Практика: Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)

Ожидаемый результат: Учащиеся совершенствуют навыки перемещения различными способами на максимальной скорости, сочетание с остановками, прыжками, ответные действия на сигналы; сочетание перемещений с имитацией приемов мяча.

Должны научиться перемещаться, передвигаться различными способами на максимальной скорости, сочетание с остановками, прыжками, ответные действия на сигналы; сочетание перемещений с имитацией приемов мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 4.2. «Ловля и передача мяча»

Практика: Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают ловлю и передачу мяча. Должны научиться выполнять различные передачи мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 4.3. «Ведение мяча»

Практика: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают ведение мяча. Должны научиться выполнять различные варианты ведения мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 4.4. «Броски мяча»

Практика: Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают броски мяча. Должны научиться выполнять различные виды бросков мяча.

Форма контроля: игра.

Раздел № 5 Тактическая подготовка.

Тема 5.1. «Действия игроков в защите».

Практика: Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча. Своевременное переключение от нападения к защите, противодействия игроку без мяча, стремящемуся получить мяч, а также игроку с мячом и его попыткам передать, вести или бросить мяч в корзину.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают индивидуальные действия в защите.

Форма контроля: игра

Тема 5.2. «Действия игроков в нападении»

Практика: Индивидуальные тактические действия в нападении. Тактика свободного нападения. Нападение быстрым прорывом (1:0) (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди»

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают индивидуальные действия. Должны научиться выполнять различные индивидуальные действия.

Форма контроля: соревнования.

Раздел № 6 Учебно-тренировочная игра.

Тема 6.1. «Игра по правилам с заданием»

Практика: Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочные игры. Игры, развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости. Игра по упрощённым правилам, игра по правилам мини-баскетбола

Ожидаемый результат: Должны научиться играть в баскетбол.

Форма контроля: соревнования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	12	12		
1.1.	Требования техники безопасности	2	2		опрос
1.2.	Правила игры в баскетбол.	2	2		тестирование
1.3.	Основы техники и тактики игры.	2	2		опрос
1.4.	Спортивные соревнования.	2	2		тестирование
1.5.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	2	2		опрос
1.6.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	2	2		опрос
2	Общая физическая подготовка	30		30	зачетное занятие
3	Специальная физическая подготовка	20		20	зачетное занятие
4	Техническая подготовка	50		50	
4.1	Перемещения, передвижения и остановки	6		6	Игровая практика (игра)
4.2	Ловля и передача мяча	12		12	Игровая практика (игра)
4.3	Ведение мяча	16		16	Игровая практика (игра)
4.4	Броски мяча	16		16	Игровая практика (игра)
5	Тактическая подготовка	20		20	
5.1	Действия игроков в защите	10		10	игра
5.2	Действия игроков в нападении	10		10	игра
6	Учебно-тренировочная игра	12		12	
6.1.	Учебная игра	6		6	соревнование
6.2	Спортивные игры, эстафеты	6		6	соревнование
	ИТОГО ЧАСОВ	144	12	132	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»
1	Начало учебного года	02.09.2024
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Количество учебных часов в год	144 ч
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю по 2 часа
5	Продолжительность учебных занятий	40 минут
6	Продолжительность учебной недели	6 дней
7	Окончание учебного года	31.05.2025 г
8	Аттестация обучающихся	Промежуточная – декабрь 2024 года. Итоговая – май 2025 года
9	Текущее комплектование (дополнительный приём)	В течение учебного периода согласно заявлениям (при наличии свободных мест)

Рабочая программа воспитания содержит:

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) формирование коммуникативной культуры;
- 8) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: лекция, викторина, игровые программы, диспуты

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2	Игры на знакомство с волейболом	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к инвентарю	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-Май
4	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-Май
5	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
6	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
7	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь-Май

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
5. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

Для педагога дополнительного образования:

6. Гуревич И.А. «300 соревновательно– игровых заданий по физическому воспитанию», Минск 2004 г.
7. Железняк Ю.Д., Портнова Ю. М. «Спортивные игры» – М.: Издательский центр «Академия», 2015 г.
8. Каинов А. Н. Программы «Организация работы спортивных секций в школе», 2020 г.
9. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. «Внеурочная деятельность учащихся Волейбол», М. «Просвещение» 2013г., пособие, 2016г.
10. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Эпас Н.Ц. «Физические упражнения подвижные игры». Методическое пособие, 2016 г.

Интернет-ресурсы:

<http://reftrend.ru>

<http://www.do-oc.ru/index.php>

<https://www.labirint.ru/books/441806/?ysclid=lh04527m6z3905359>

<https://www.labirint.ru/books/442583/?ysclid=lh04gw0v17867199012>