Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 641
с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения средней
общеобразовательной школы № 641 с углублённым
изучением английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 45 от 31.08.2023г.
Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 641 с углубленным изучением английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
_____ М.А. Чупраков

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол в школе»

Возраст учащихся: 7-17 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик: Хвойницкая Екатерина Маратовна
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа **«Баскетболист»** имеет ***физкультурно-спортивную*** направленность.

Программа дает начальную и общую физическую подготовку, направленна на общее развитие личности обучающихся средствами физической культуры и спорта. Приоритетным является сохранение и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения и мотивации к здоровому образу жизни, приобретение навыков самостоятельных занятий, самоорганизации и организации занятий физической культурой и спортом.

Программа разработана в рамках реализации Национального проекта «Образование», Федерального проекта «Успех каждого ребенка», проекта «Школа возможностей», программы развития системы образования в Невском районе Санкт-Петербурга, в поддержку школьных спортивных клубов (ШСК).

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования и разработана в соответствии с современными нормативными документами в сфере образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерациитот 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1403030/2022-30338(1)
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций».
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 года №1676-р.

Актуальность

В настоящее время баскетбол, как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене.

Тем не менее, проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходиться в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. 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 пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Адресат программы

Программа «Баскетболист» направлена на обучение детей в возрасте 7-17 лет, проявляющих интерес к спортивной игре в баскетбол.

Уровень освоения Программы – **общекультурный.**

Объем и срок освоения программы

Сроки реализации программы: программа рассчитана на 2 год обучения
первый год -72 академических часа в год,
второй год - 144 академических часа в год.
Наполняемость групп 1 год: 15 человек.
Наполняемость групп 2 год: 12 человек.

Отличительные особенности

Программа может реализовываться с использование дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Данная программа имеет межпредметные связи с физической культурой. Программа пропагандирует здоровый образ жизни, может поспособствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма. Популяризация участия подрастающего поколения жителей нашего города в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

Цель

Воспитание моральных, волевых качеств учащихся, укрепление их здоровья через спортивную игру в баскетбол.

Задачи

Обучающие

- обучение техническим приемам баскетбола;
- знакомство с набором необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- обучение правилам регулирования своей физической нагрузки;
- обучение правилам закаливания организма.

Развивающие

- развивать целеустремленность как в спорте, так и в других видах жизнедеятельности;
- развитие координации, гибкости, быстроты реакции, ловкости, общей физической выносливости;
- развитие дисциплинированности, силы воли, психологической устойчивости к стрессовым ситуациям;
- развитие потребности в физических занятиях и здоровом образе жизни;
- формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные

- воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- формирование личностного умения снимать стрессы и раздражительность;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься данным видом, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, умения взаимодействовать с другими.

Планируемые результаты

Личностные:

- приобретение учащимися чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, повышение уровня дисциплинированности;
- приобретение способности к снятию стрессов и раздражительности по средствам физических упражнений;
- приобретен навыки активного участия в пропаганде здорового образа жизни;
- сформированы убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- сформированы навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Метапредметные:

- смогут ставить и достигать поставленной цели, определять этапы на пути ее достижения;
- повысят уровень физической подготовленности к нагрузкам;
- разовьют стрессоустойчивость, волевые качества, дисциплину;

- занятия спортом станут неотъемлемой частью жизни ребёнка и станут элементом здорового образа жизни.

Предметные:

- знание правил игры и техническим приемам баскетбола;
- знание судейских жестов;
- умение ориентироваться в пространстве спортивной площадки;
- понимание информации, представленной в виде текста, рисунков, схем;
- знание правил регулирования своей физической нагрузки;
- знание правил закаливания организма.

Результаты образовательной деятельности

Рост личностного, интеллектуального и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности.

Приобретение теоретических знаний и практических навыков в игре в баскетбол.

Освоение новых видов деятельности (дидактические игры и задания, игровые упражнения, соревнования).

Участие занимающихся в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

Конечным результатом обучения считается умение играть по правилам игры в баскетбол. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации

Деятельность учащихся может быть организована с использованием дистанционных образовательных технологий:

- очные занятия, проводимые в режиме реального времени;
- дистанционная передача видеозаписи заданий и занятий, подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажёры;
- рекомендованных образовательных платформ;
- Яндекс формы.

Программа может быть адаптирована для детей с особыми возможностями здоровья.

Условия набора и формирования групп

В объединение принимаются все желающие в возрасте 11-17 лет. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Набор в объединение осуществляется без конкурса, на основе личного желания и интереса к занятиям. Допускается прием новых учащихся на любом этапе обучения, поскольку содержание программы вполне доступно. К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и имеющие медицинский допуск врача.

Наполняемость групп:

группа 1 года обучения составляет – 15 человек,

группа 2 года обучения составляет – 12 человек.

Особенности организации образовательного процесса:

Для реализации программы используются несколько **форм организации занятий**:

- групповые, по подгруппам (4-8 человек), индивидуальные.

Деятельность учащихся может быть организована с использованием дистанционных образовательных технологий (приложение):
- очные занятия, проводимые в режиме реального времени;
- дистанционная передача видеозаписи заданий и занятий, подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажёры;
- рекомендованных образовательных платформ (для учащихся старше 14 лет соц.сети);

Занятия по данной программе предусматривают посещение (просмотр) различных спортивных мероприятий.

Недостающие навыки и умения восполняются на занятиях в индивидуальной форме, которые используются для подготовки ребенка к участию в турнирах.

Основные формы и средства обучения:

1. Практическая игра.
2. Решение задач игры, комбинаций и приёмов.
3. Подвижные игры и задания, игровые упражнения.
4. Теоретические занятия.
5. Участие в турнирах и соревнованиях.

Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимы: спортивный зал, баскетбольные мячи, фишки, табло для счёта очков в игре, скакалки, утяжелённые мячи 1-2 кг, сетки баскетбольные, компьютер с выходом в интернет.

Кадровое обеспечение: педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН первого года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	0
2.	Техническая подготовка	38	10	28
3.	Тактическая подготовка	26	5	21
4.	Игровая подготовка	4	0	4
5	Итоговое занятие.	2	0	2
Итого:		**72**	**17**	**55**

УЧЕБНЫЙ ПЛАН второго года обучения

№ п/п	**Тема**	**Количество часов**	**В том числе**	
			Теория	**Практика**
1.	Вводное занятие. Основы знаний.	2	2	0
2.	Передача мяча.	22	4	18
3.	Ведение мяча.	22	6	16
4.	Броски.	24	11	13
5.	Игра в нападении.	22	3	19
6.	Игра в защите.	22	5	17
7.	Игровая деятельность.	28	5	23
8.	Итоговое занятие.	2	0	2
Итого:		**144**	**36**	**108**

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 641
с углубленным изучением английского языка Невского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕН
Приказ № 45 от 31. 08. 2023 г.
Директор ГБОУ школы № 641
с углубленным изучением
английского языка Невского района
Санкт-Петербурга
_____ /М.А. Чупраков/

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«БАСКЕТБОЛ В ШКОЛЕ»
на 2023/2024 учебный год

Год обучения	Начало обучения	Окончание обучения	Количество недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год гр. №1	11.09.2023	31.05.2024	36	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год гр.№2	11.09.2023	31.05.2024	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № от г.
Директор ГБОУ школы № 641
с углубленным изучением
английского языка
Невского района
Санкт-Петербурга
_____ / М.А. Чупраков/
«___» _____ 2023 г.

Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол в школе»
1 год обучения группа № 1
возраст учащихся: 7-9 лет

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Адресат программы

Программа «Баскетболист» направлена на обучение детей в возрасте 7-9 лет, проявляющих интерес
к спортивной игре в баскетбол.

Условия набора и формирования групп

В объединение принимаются все желающие в возрасте 7-8 лет, имеющих интерес к игре с мячом. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.
К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и имеющие медицинский допуск врача. Наполняемость групп: группа 1 года обучения составляет – 15 человек.

Цель

Воспитание моральных, волевых качеств учащихся, укрепление их здоровья через спортивную игру в баскетбол.

Задачи

Обучающие

- обучение техническим приемам баскетбола;
- знакомство с набором необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- обучение правилам регулирования своей физической нагрузки;
- обучение правилам закаливания организма.

Развивающие

- развивать целеустремленность как в спорте, так и в других видах жизнедеятельности;
- развитие координации, гибкости, быстроты реакции, ловкости, общей физической выносливости;
- развитие дисциплинированности, силы воли, психологической устойчивости к стрессовым ситуациям;
- развитие потребности в физических занятиях и здоровом образе жизни;
- формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные

- воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- формирование личностного умения снимать стрессы и раздражительность;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься данным видом, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, умения взаимодействовать с другими.

Планируемые результаты

Личностные:

- приобретение учащимися чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, повышение уровня дисциплинированности;
- приобретение способности к снятию стрессов и раздражительности по средствам физических упражнений;
- приобретен навыки активного участия в пропаганде здорового образа жизни;
- сформированы убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;

- сформированы навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Метапредметные:

- смогут ставить и достигать поставленной цели, определять этапы на пути ее достижения;
- повысят уровень физической подготовленности к нагрузкам;
- разовьют стрессоустойчивость, волевые качества, дисциплину;
- занятия спортом станут неотъемлемой частью жизни ребёнка и станут элементом здорового образа жизни.

Предметные:

- знание правил игры и техническим приемам баскетбола;
- знание судейских жестов;
- умение ориентироваться в пространстве спортивной площадки;
- понимание информации, представленной в виде текста, рисунков, схем;
- знание правил регулирования своей физической нагрузки;
- знание правил закаливания организма.

Календарно – тематический план объединения «Баскетболист» 1 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
	Раздел 1 - «Вводное занятие» - 2 часа						
1	Техника безопасности: Инструкция «Спортивные игры». Правила поведения в спортивном зале. Правила разминки. Разминка	2	2		12.09		Беседа
	Раздел 2– «Техническая подготовка» -6 часов						
2	Сведения об истории возникновения, развития баскетбола. Совершенствование техник передвижений в стойке баскетболиста.	2	1	1	19.09		Беседа Обсуждение
3	Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения. Подвижные игры с баскетбольным мячом.	2	1	1	26.09		Беседа Наблюдение
4	Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена. Техника нападения.	2		2	03.10		Наблюдение
	Раздел 3– «Тактическая подготовка» -6 часов						
5	Понятие о передвижении в защитной стойке. Чередование способов перемещений.	2	1	1	10.10		Беседа Наблюдение
6	Совершенствование в технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Совершенствование в технике броска мяча от плеча после ведения.	2		2	17.10		Текущий
7	Совершенствование в технике передвижений в защитной стойке. Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении.	2		2	24.10		Текущий
	Раздел 2– «Техническая подготовка» -16 часов						
8	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Понятие игры в защите.	2		2	31.10		Наблюдение

9	Понятие о защите против игрока без мяча. Основы знаний – Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики).	2	2		07.11		Беседа
10	Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита).	2	2		14.11		Беседа
11	Понятие – командные действия в защите. Упражнение в технике передвижений в защите против игрока без мяча.	2	1	1	21.11		Беседа Наблюдение
12	Передача мяча одной рукой от плеча. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч.	2		2	28.11		Наблюдение
13	Изучение техники передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами.	2		2	05.12		Зрительный
14	Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Совершенствование в технике овладения мячом.	2		2	12.12		Наблюдение
15	Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих). Подвижная игра с баскетбольным мячом.	2		2	19.12		Наблюдение
Раздел 3 – «Тактическая подготовка» -4 часа							
16	Изучение тактики личной системы защиты (опеки закрепленного игрока команды соперников). Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола.	2		2	26.12		Беседа
17	Техника безопасности: Инструкция Спортивные игры, Правила поведения в спортивном зале. Изучение тактики зонной защиты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	2		2	09.01		Зрительный
Раздел 2– «Техническая подготовка» -16 часов							
18	Игра в баскетбол. Понятие техники выбивания мяча и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте.	2		2	16.01		Текущий
19	Понятие техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте.	2	1	1	23.01		Беседа Обсуждение
20	Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.	2		2	30.01		Наблюдение
21	Совершенствование в технике броска в кольцо двумя руками от груди с места. Подвижная игра с мячом «33».	2		2	06.02		Наблюдение
22	Понятие техники перехвата мяча. Изучение техники перехвата мяча. Игра с заданием	2	1	1	13.02		Беседа Обсуждение
23	Совершенствование в технике бросков одной рукой от плеча в движении. Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола.	2		2	20.02		Наблюдение
24	Игра в баскетбол. Правила штрафного броска.	2	1	1	27.02		Беседа Наблюдение
25	Изучение техники и способов выполнения штрафного броска. Игра в баскетбол с заданием.	2		2	05.03		Анализ
Раздел 3– «Тактическая подготовка» -16 часов							

26	Основы знаний – Мир против болезней. Тактика при выполнении штрафного броска. Игра с заданием	2	1	1	12.03		Обсуждение
27	Контрольные упражнения. Понятие тактики нападения. Индивидуальные действия.	2		2	19.03		Наблюдение
28	Понятие – групповые действия. Понятие – быстрый прорыв. Игра с заданием	2	1	1	26.03		Обсуждение
29	Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска. Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.	2		2	02.04		Наблюдение
30	Игра в баскетбол с заданием. Изучение тактики опеки игрока с мячом в непосредственной близости от кольца.	2		2	09.04		Наблюдение
31	Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	2		2	16.04		Наблюдение
32	Изучение тактики взаимодействия двух игроков – переключение, заслон. Упражнение в технике ведения мяча и остановок.	2	1	1	23.04		Анализ
33	Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва. Игра с заданием	2	1	1	30.04		Анализ, игра
Раздел 4– «Игровая подготовка» -4 часа							
34	Тренировочное занятие. Основы судейства игр.	2		2	07.05		Беседа
35	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	14.05		Наблюдение
Раздел 5– «Итоговое занятие» -2 часа							
36	Итоговое занятие. Игра в баскетбол с заданием. Индивидуальные рекомендации. Итоги года	2		2	21.05		Обсуждение
	Итого:	**72**	**17**	**55**			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 года обучения

Раздел 1 - «Вводное занятие» - 2 часа

Теория

Лекция: «Техника безопасности», «Правила поведения в спортивном зале. Правила разминки», «История возникновения и развития баскетбола»;

Практика

Разминка. Спортивные игры. Совершенствование техник передвижений в стойке баскетболиста.

Форма контроля: беседа

Раздел 2– «Техническая подготовка» - 38 часов

Теория

Лекции: «Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения»; «Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена», «Техника нападения», «Понятие о защите против игрока без мяча», «Основы знаний – Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики)», «Понятия о защите против игрока, ведущего мяч», « Понятие – индивидуальные действия (личная защита). Понятие – командные действия в защите. Техника безопасности – инструкция «Спортивные игры», «Понятие техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте».

Практика

Подвижные игры с баскетбольным мячом

Подвижные игры с баскетбольным мячом. Понятие игры в защите. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча.
Передача мяча одной рукой от плеча. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч. Изучение техники передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами. Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Совершенствование в технике овладения мячом. Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих). Подвижная игра с баскетбольным мячом.
Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.
Совершенствование в технике броска в кольцо двумя руками от груди с места. Подвижная игра с мячом «33». Понятие техники перехвата мяча. Изучение техники перехвата мяча.
Совершенствование в технике бросков одной рукой от плеча в движении. Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола. Игра в баскетбол. Правила штрафного броска.
Изучение техники и способов выполнения штрафного броска. Игра в баскетбол с заданием.
Форма контроля: наблюдение, анализ, игра.

Раздел 3– «Тактическая подготовка» - 26часов

Теория

Лекции: «Понятие о передвижении в защитной стойке. Чередование способов перемещений», «Совершенствование в технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Совершенствование в технике броска мяча от плеча после ведения», «Совершенствование в технике передвижений в защитной стойке. Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении», «Основы знаний – Мир против болезней», «Тактика при выполнении штрафного броска».

Практика

Изучение тактики личной системы защиты (опеки закрепленного игрока команды соперников).
Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола.
Изучение тактики зонной защиты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
Контрольные упражнения. Понятие тактики нападения. Индивидуальные действия.
Понятие – групповые действия. Понятие – быстрый прорыв. Игра с заданием
Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска. Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.
Игра в баскетбол с заданием. Изучение тактики опеки игрока с мячом в непосредственной близости от кольца.
Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.
Изучение тактики взаимодействия двух игроков – переключение, заслон. Совершенствование в технике ведения мяча и остановок.
Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва.
Форма контроля: наблюдение, анализ, игра.

Раздел 4– «Игровая подготовка» -4 часа

Практика

Основы судейства игр. Тренировочное занятие. Турнир по баскетболу на первенство команд школы.
Форма контроля: наблюдение, анализ, игра.

Раздел 5– «Итоговое занятие» -2 часа

Практика

Игра в баскетбол с заданием. Индивидуальные рекомендации. Итоги года
Форма контроля: наблюдение, анализ, игра.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение программы

Рекомендации по содержанию и проведению занятий.

В рамках содержания первого раздела занимающейся получают теоретические знания о истории возникновения баскетбола; знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви, знакомятся с оборудованием площадки для игры в баскетбол. В ходе бесед и лекции, занимающиеся знакомятся с основными правилами игры. Изучая таблицы и наглядные пособия, обучающиеся получают представления о судействе игры, жестов судей. На занятиях используется беседа с занимающимися, рассказ преподавателя, работа с дополнительной литературой, таблицами.

При изучении разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с обучающимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся, при изучении раздела 7 программы обучения. Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации.

Формы занятий	**Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса**	**Дидактический материал, техническое оснащение занятий**	**Формы подведения итогов**
Традиционное занятие, тренинг, игра, соревнование, турнир.	Словесный метод (беседа, диалог), наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения), фронтальный и групповой методы, метод взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков.	Спортивный инвентарь, спортивные снаряды. Рефераты, презентации, картотека упражнений.	Контрольное занятие, опрос, самоанализ по итогам участия в командных играх. Зачётное занятие, контрольные игры.

СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см)

Физические способности 7-10 лет	**Физические упражнения**	**Мальчики**	**девочки**
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, сек.	6,5-6,2	7,0-6,6
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130-140	125-135
	Сгибание рук в висе лежа (кол-во раз)	5-8	4-6
К выносливости	Бег 1000 м	Без учета времени	
К координации	Челночный бег 3 х 10 м, сек.	11,0-9,5	11,5-10.0

возраст	пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	выше среднего	высокий
11-12 лет	Д	24-28	29-33	34 и выше
	М	25-30	31-35	36 и выше
13-14 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
15-17 лет	Д	25-31	32-37	38 и выше
	М	31-36	37-41	42 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

класс	девочки			мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
11-12 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
13-14 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
15-17 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1

Передачи и броски мяча.

№ п/п	Контрольные упражнения	возраст			
		8-10 лет	11-12 лет	13-14 лет	15-17 лет
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество раз)	15	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий)	1	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий)	-	6	7	8

Обеспечение программы методической продукцией

I. *Теоретические материалы - разработки:*

Реферат + презентация “История возникновения и развития игры Баскетбол”.

Реферат “Правила личной гигиены спортсмена”.

II. *Дидактические материалы:*

- Картотека «РУ-граффити при занятиях баскетболом»

III. *Методические рекомендации:*

Рекомендации по организации пропаганды здорового образа жизни, которая может поспособствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма

Рекомендации по организации подвижной игры «Мяч среднему».

Рекомендации по организации контрольных занятий по программе «Баскетбол».

МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

- Помещение спортзала (баскетбольная площадка);
- Баскетбольные мячи – 20 шт;
- Баскетбольный щит – 4 шт;
- Набивные мячи – 10 шт;
- Скакалки – 20 шт;
- Стойки – 6 шт;

Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы/способы контроля	Срок контроля
Текущий	Фронтальный, наблюдение	по ходу обучения
Промежуточный	Фронтальный, индивидуальный Наблюдение, беседа, опрос	декабрь
Итоговый: Подведение итогов реализации программы	индивидуальный, наблюдение, беседа, анализ творческих работ (конкурсы)	апрель-май

Система контроля результативности обучения

Формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:
Педагогическое наблюдение
Опрос, тестирование
Карта педагогического мониторинга. «Методика определения результатов образовательной деятельности детей» Кленова Н.И., Буйлова Л.М. (Приложение № 1)
Участие в турнирах
Анализ партий

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № от г.
Директор ГБОУ школы № 641
с углубленным изучением
английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
_____ / М.А. Чупраков/
«___» _____ 2023 г.

Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетболист»
2 год обучения группа № 2
возраст учащихся: 9-12 лет

Разработчик:
педагог дополнительного образования

Адресат программы

Данная программа «Баскетболист» 2-го года обучения является продолжением обучения первого года и направлена на обучение детей в возрасте 9-12 лет, продолжающих проявлять интерес к спортивной игре в баскетбол.

Цель

Воспитывать моральные, волевые качества учащихся, укреплять их здоровье через спортивную игру в баскетбол.

Задачи

Обучающие

- обучение техническим приемам баскетбола;
- знакомство с набором необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- обучение правилам регулирования своей физической нагрузки;
- обучение правилам закаливания организма.

Развивающие

- развивать целеустремленность как в спорте, так и в других видах жизнедеятельности;
- развитие координации, гибкости, быстроты реакции, ловкости, общей физической выносливости;
- развитие дисциплинированности, силы воли, психологической устойчивости к стрессовым ситуациям;
- развитие потребности в физических занятиях и здоровом образе жизни;
- формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные

- воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- формирование личностного умения снимать стрессы и раздражительность;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься данным видом, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, умения взаимодействовать с другими.

Условия набора и формирования групп

В объединение принимаются все желающие в возрасте 9-12 лет, продолжающих проявлять интерес к спортивной игре в баскетбол. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и имеющие медицинский допуск врача. Наполняемость групп: группа 2 года обучения составляет – 12 человек.

Планируемые результаты

Личностные:

- приобретение учащимися чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, повышение уровня дисциплинированности;
- приобретение способности к снятию стрессов и раздражительности по средствам физических упражнений;
- приобретен навыки активного участия в пропаганде здорового образа жизни;
- сформированы убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- сформированы навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Метапредметные:
- смогут ставить и достигать поставленной цели, определять этапы на пути ее достижения;
- повысят уровень физической подготовленности к нагрузкам;
- разовьют стрессоустойчивость, волевые качества, дисциплину;
- занятия спортом станут неотъемлемой частью жизни ребёнка и станут элементом здорового образа жизни.

Предметные:
- знание правил игры и техническим приемам баскетбола;
- знание судейских жестов;
- умение ориентироваться в пространстве спортивной площадки;
- понимание информации, представленной в виде текста, рисунков, схем;
- знание правил регулирования своей физической нагрузки;
- знание правил закаливания организма.

Календарно – тематический план
объединения «Баскетболист» 2 год обучения группа №2

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
Раздел 1- «Вводное занятие. Основы знаний» - 2 часа							
1	Техника безопасности: Инструкция «Спортивные игры». Правила поведения в спортивном зале. Истории возникновения, развития баскетбола. Гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в баскетбол;	2	2		06.09		Беседа
Раздел 2– «Передача мяча» - 22 часа							
2	Основные правила игры. Понятия о различных передачах мяча, ситуационная техника передач, логика выбора вида передачи.	2	2		08.09		Беседа.
3	Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения Подвижные игры с баскетбольным мячом.	2		2	13.09		Игра
4	Передача одной рукой от плеча. Игра с заданием	2		2	15.09		Игра
5	Передача двумя руками от груди. Игра с заданием	2		2	20.09		Игра
6	Выбор конкретной передачи в зависимости от расстояния. Игра с заданием	2		2	22.09		Игра
7	Передачи на месте и в движении. Игра с заданием	2		2	27.09		Игра
8	Совершенствование в технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Игра с заданием	2		2	29.09		Игра
9	Виды передачи перед защитником. Игра с заданием.	2		2	04.10		Наблюдение
10	Приемлемые виды передач для каждой конкретной ситуации при сопротивлении защитников. Игра с заданием	2		2	06.10		Игра

11	Контрольные тесты	2		2	11.10		Оценка
12	Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола. Ситуационная техника передач.	2	2		13.10		Беседа
Раздел 3– «Ведение мяча» – 22 часа							
13	Характер контакта кисти ведущей руки с мячом; виды различного ведения мяча, ситуационная техника ведения мяча.	2	2		18.10		Беседа
14	Стойка при высоком и низком ведении; Контакт кисти ведущей руки с мячом. Игра с заданием	2		2	20.10		Наблюдение
15	Ведение с изменением направления движения. Игра с заданием	2		2	25.10		Игра
16	Вышагивание, скрёстный шаг, поворот. Игра с заданием	2		2	27.10		Оценка
17	Подвижные игры с баскетбольным мячом.	2		2	01.11		Игра
18	Понятие игры в защите против игрока без мяча. Перевод мяча перед собой и за спиной. Игра с заданием	2		2	03.11		Игра
19	Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении; и от плеча после ведения.	2	2		08.11		Беседа
20	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча.	2		2	10.11		Опрос
21	Совершенствование в технике броска мяча	2	2		15.11		
22	Повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом. Игра с заданием	2		2	17.11		Беседа
23	Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска.	2		2	22.11		Игра
Раздел 4– «Броски» – 24 часа							
24	Основные характеристики бросков; ситуационная техника броска мяча, корректировка техники бросков;	2	2		24.11		Беседа
25	Основные броски. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами. Бросок двумя руками от груди; Игра с заданием	2	2		29.11		Дискуссия
26	Бросок двумя руками от груди. Игра с заданием	2		2	01.12		Игра
27	Техника выполнения точностных бросков в движении. Игра с заданием	2		2	06.12		Анализ
28	Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Бросок «на один счет», бросок «на два счета», бросок «на три счета». Игра с заданием	2		2	08.12		Тестирование
29	Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита).	2	2		13.12		Беседа
30	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча. Перевод мяча между ногами.	2		2	15.12		Наблюдение
31	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч.	2	2		20.12		Игра
32	Совершенствование в технике броска в кольцо двумя руками от груди с места. Броски одной	2		2	22.12		Беседа

	рукой в движении сверху и снизу. Игра в баскетбол по правилам.						
33	КУ. Бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть. Игра с заданием	2		2	27.12		Тестирование
34	Техника безопасности – инструкция «Спортивные игры». КУ. Бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть или чуть выше.	2	1	1	29.12		Тестирование
35	Представления о судействе игры, жестов судей; Игра с заданием	2	2		10.01		Беседа
Раздел 5- «Игра в нападении» - 22 часа							
36	Тактика взаимодействия двух и трех нападающих.	2	2		12.01		Беседа
37	Взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине. Игровое задание. Игра по правилам	2		2	17.01		Опрос
38	Взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине с изменением направления движения. Взаимодействие двух нападающих: рывок за спиной защитника. Игровое задание	2	1	1	19.01		Обсуждение Игра
39	Взаимодействие двух игроков задней линии и центрового. Игровое задание	2		2	24.01		Текущий
40	Игровое задание - взаимодействие двух игроков задней линии и центрового.	2		2	26.01		Наблюдение
41	Игра в баскетбол с заданием.	2		2	31.01		Игра
42	Контрольные упражнения спец. подготовки. Игра в баскетбол с заданием.	2		2	02.02		Тестирование
43	Взаимодействие трех нападающих: взаимодействие двух игроков задней линии и крайнего нападающего. Игровое задание	2		2	07.02		Игра
44	Игровое задание - взаимодействие двух и трёх нападающих.	2		2	09.02		Игра
45	Товарищеская встреча	2		2	14.02		Игра
46	Игра в баскетбол с заданием.	2		2	16.02		Игра
Раздел 6– «Игра в защите» - 22 часов							
47	Представления о судействе игры, жестов судей. Понятие тактики защиты. Индивидуальные действия	2	2		21.02		Беседа
48	Изучение тактики личной системы защиты (опеки закрепленного игрока команды соперников). Подвижная игра с баскетбольным мячом.	2		2	28.02		Игра
49	Изучение тактики зонной защиты. Корректировка техники бросков. Игра с заданием	2	1	1	01.03		Игра
50	Правила группового взаимодействия защитников. Представления о судействе игры, жестов судей.	2	2		06.03		Беседа
51	Игровое задание - групповые взаимодействия защитников: действие в численном меньшинстве;	2		2	13.03		Игра
52	Игровое задание - противодействие заслонам. Игровое задание - создание ситуации оправданного риска при попытке перехватить мяч.	2		2	15.03		Игра

53	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание нападающего с мячом в позиции игрока задней линии.	2		2	20.03		Анализ, опрос
54	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на линии штрафного броска	2		2	22.03		Анализ, опрос
55	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на боковой линии в области штрафного броска. Игра в баскетбол	2		2	27.03		Игра
56	Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих).	2		2	29.03		Игра
57	Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Игровое задание - защита в численном меньшинстве.	2		2	03.04		Анализ, опрос
Раздел 7– «Игровая деятельность» – 28 часов							
58	Понятие – групповые действия. Понятие – быстрый прорыв.	2	2		05.04		Беседа
59	Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.	2		2	10.04		Наблюдение
60	Подвижная игра с мячом «33». Применение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.	2		2	12.04		Игра
61	Применение полученных знаний в игре. Тактика опеки игрока с мячом в непосредственной близости от кольца.	2		2	17.04		Тестирование
62	Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния.	2		2	19.04		Тестирование
63	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Техника перехвата мяча	2		2	24.04		Наблюдение
64	Тактика взаимодействия двух игроков – переключение, заслон.	2		2	26.04		Наблюдение
65	Совершенствование в технике ведения мяча и остановок.	2		2	03.05		Игра
66	Понятие техники выбивания мяча и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте. Тактика при выполнении штрафного броска.	2	2		08.05		Беседа
67	Применение техники перехвата мяча. Игра в баскетбол с заданием	2		2	15.05		Игра
68	Применение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва.	2		2	17.05		Текущий
69	Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва.	2	1	1	22.05		Беседа Наблюдение
70	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	24.05		Игра
71	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	29.05		Игра
Раздел 8– «Итоговое занятие» – 2 часа							
72	Основы судейства игр. Контрольные тесты Подведение итогов, игры, эстафеты. Индивидуальные рекомендации. Награждение	2		2	31.05		Опрос-тест Поощрение
	Итого:	**144 ч**	**36**	**108**			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2 года обучения

Раздел 1- «Вводное занятие. Основы знаний» - 2 часа

Теория:

Лекции: «Техника безопасности при игре в баскетбол», «Спортивные игры - правила поведения в спортивном зале», «Истории возникновения и развития баскетбола», «Гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в баскетбол».

Раздел 2– «Передача мяча» - 22 часа

Теория

Лекции: «Основные правила игры. Понятия о различных передачах мяча, ситуационная техника передач, логика выбора вида передачи», «Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола. Ситуационная техника передач».

Практика

Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения Подвижные игры с баскетбольным мячом.

Передача двумя руками от груди. Игра с заданием

Выбор конкретной передачи в зависимости от расстояния. Игра с заданием

Передачи на месте и в движении. Игра с заданием

Совершенствование в технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Игра с заданием

Виды передачи перед защитником. Игра с заданием.

Приемлемые виды передач для каждой конкретной ситуации при сопротивлении защитников.

Формы контроля: контрольные тесты, игра с заданием.

Раздел 3– «Ведение мяча» – 22 часа

Теория

Лекции: «Характер контакта кисти ведущей руки с мячом, виды различного ведения мяча, ситуационная техника ведения мяча», «Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении, и от плеча после ведения», «Совершенствование в технике броска мяча».

Практика

Стойка при высоком и низком ведении, контакт кисти ведущей руки с мячом. Игра с заданием. Ведение с изменением направления движения. Вышагивание, скрёстный шаг, поворот. Игра с заданием

Подвижные игры с баскетбольным мячом. Понятие игры в защите против игрока без мяча. Перевод мяча перед собой и за спиной. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча. Повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска.

Форма контроля: Игра с заданием

Раздел 4– «Броски» – 24 часа

Теория

Лекции: «Основные характеристики бросков, ситуационная техника броска мяча, корректировка техники бросков», «Основные броски», «Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита). Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч».

Техника безопасности – инструкция «Спортивные игры». Представления о судействе игры, жестов судей.

Практика

Бросок двумя руками от груди. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами. Бросок двумя руками от груди. Игра с заданием. Техника выполнения точностных бросков в движении. Игра с заданием

Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Бросок «на один счет», бросок «на два счета», бросок «на три счета». Игра с заданием. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча. Перевод мяча между ногами.

Совершенствование в технике броска в кольцо двумя руками от груди с места. Броски одной рукой в движении сверху и снизу. Игра в баскетбол по правилам.
КУ. Бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть. Игра с заданием. КУ. Бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть или чуть выше.
Формы контроля: контрольные тесты, игра с заданием.

Раздел 5- «Игра в нападении» - 22 часа
Теория:
Лекции: «Тактика взаимодействия двух и трех нападающих. Взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине с изменением направления движения».
Практика:
Взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине с изменением направления движения. Взаимодействие двух нападающих: рывок за спиной защитника. Игровое задание. Взаимодействие двух игроков задней линии и центрового. Игровое задание - взаимодействие двух игроков задней линии и центрового.
Игра в баскетбол с заданием. Контрольные упражнения спец. подготовки. Игра в баскетбол с заданием. Взаимодействие трех нападающих: взаимодействие двух игроков задней линии и крайнего нападающего. Игровое задание. Игровое задание - взаимодействие двух и трёх нападающих. Товарищеская встреча. Игра в баскетбол с заданием.
Формы контроля: контрольные тесты, игра с заданием.
Раздел 6– «Игра в защите» - 22 часа
Теория
Лекции: «Представление о судействе игры, жестов судей», «Понятие тактики защиты. Индивидуальные действия», «Изучение тактики зонной защиты. Корректировка техники бросков», «Правила группового взаимодействия защитников. Представления о судействе игры, жестов судей».
Практика
Игровое задание - групповые взаимодействия защитников: действие в численном меньшинстве;
Игровое задание - противодействие заслонам. Игровое задание - создание ситуации оправданного риска при попытке перехватить мяч.
Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание нападающего с мячом в позиции игрока задней линии.
Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на линии штрафного броска
Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на боковой линии в области штрафного броска. Игра в баскетбол
Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих).
Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Игровое задание - защита в численном меньшинстве.
Формы контроля: контрольные тесты, игра с заданием.
Раздел 7– «Игровая деятельность» – 28 часов
Теория
Лекции: «Понятие – групповые действия. Понятие – быстрый прорыв», «Понятие техники выбивания мяча и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте», «Тактика при выполнении штрафного броска. Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва».
Практика
Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.
Подвижная игра с мячом «33». Применение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Применение полученных знаний в игре. Тактика опеки игрока с

мячом в непосредственной близости от кольца. Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Техника перехвата мяча Тактика взаимодействия двух игроков – переключение, заслон.

Совершенствование в технике ведения мяча и остановок. Применение техники перехвата мяча. Игра в баскетбол с заданием. Применение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва. Турнир по баскетболу на первенство команд школы.

Турнир по баскетболу на первенство команд школы.

Раздел 8– «Итоговое занятие» – 2 часа

Практика

Основы судейства игр. Контрольные тесты Подведение итогов, игры, эстафеты. Индивидуальные рекомендации.

Формы контроля: контрольные тесты, игра с заданием.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение программы

Рекомендации по содержанию и проведению занятий.

В рамках содержания первого раздела занимающейся получают теоретические знания о истории возникновения баскетбола; знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий баскетболом и инвентарем, спортивной одежде и обуви, знакомятся с оборудованием площадки для игры в баскетбол. В ходе бесед и лекции, занимающиеся знакомятся с основными правилами игры. Изучая таблицы и наглядные пособия, обучающиеся получают представления о судействе игры, жестов судей. На занятиях используется беседа с занимающимися, рассказ преподавателя, работа с дополнительной литературой, таблицами.

При изучении разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с обучающимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений занимающихся, при изучении раздела 7 программы обучения. Основные методы: игровой, соревновательный. Максимальный эффект обеспечивается лишь при оптимальном сочетании различных средств и методов, выбранных с учетом особенностей спортивной специализации.

Формы занятий	**Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса**	**Дидактический материал, техническое оснащение занятий**	**Формы подведения итогов**
Традиционное занятие, тренинг, игра, соревнование, турнир.	Словесный метод (беседа, диалог), наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения), фронтальный и групповой методы, метод взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков.	Спортивный инвентарь, спортивные снаряды. Рефераты, презентации, картотека упражнений.	Контрольное занятие, опрос, самоанализ по итогам участия в командных играх. Зачётное занятие, контрольные игры.

СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ:

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см)

Физические способности 7-10 лет	**Физические упражнения**	**Мальчики**	**девочки**
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, сек.	6,5-6,2	7,0-6,6
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130-140	125-135
	Сгибание рук в висе лежа (кол-во раз)	5-8	4-6
К выносливости	Бег 1000 м	Без учета времени	
К координации	Челночный бег 3 х 10 м, сек.	11,0-9,5	11,5-10.0

возраст	пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	выше среднего	высокий
11-12 лет	Д	24-28	29-33	34 и выше
	М	25-30	31-35	36 и выше
13-14 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
15-17 лет	Д	25-31	32-37	38 и выше
	М	31-36	37-41	42 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

класс	девочки			мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
11-12 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
13-14 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
15-17 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1

Передачи и броски мяча.

№ п/п	Контрольные упражнения	возраст			
		8-10 лет	11-12 лет	13-14 лет	15-17 лет
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество раз)	15	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий)	1	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий)	-	6	7	8

Обеспечение программы методической продукцией

IV. *Теоретические материалы - разработки:*

Реферат + презентация “История возникновения и развития игры Баскетбол”.

Реферат “Правила личной гигиены спортсмена”.

V. *Дидактические материалы:*

- Картотека «РУ-граффити при занятиях баскетболом»

VI. *Методические рекомендации:*

Рекомендации по организации пропаганды здорового образа жизни, которая может поспособствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма

Рекомендации по организации подвижной игры «Мяч среднему».

Рекомендации по организации контрольных занятий по программе «Баскетбол».

МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

- Помещение спортзала (баскетбольная площадка);
- Баскетбольные мячи – 20 шт;
- Баскетбольный щит – 4 шт;
- Набивные мячи – 10 шт;
- Скакалки – 20 шт;
- Стойки – 6 шт;

Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы/способы контроля	Срок контроля
Текущий	Фронтальный, наблюдение	по ходу обучения
Промежуточный	Фронтальный, индивидуальный Наблюдение, беседа, опрос	декабрь
Итоговый: Подведение итогов реализации программы	индивидуальный, наблюдение, беседа, анализ творческих работ (конкурсы)	апрель-май

Система контроля результативности обучения

Формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:
Педагогическое наблюдение
Опрос, тестирование
Карта педагогического мониторинга. «Методика определения результатов образовательной деятельности детей» Кленова Н.И., Буйлова Л.М. (Приложение № 1)
Участие в турнирах
Анализ партий

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

ДЛЯ ПЕДАГОГА

- Богданов Г.П. Уроки физической культуры в IV-VI классах: Пособия для учителей, - Москва**, «**Просвещение», 1999 год.
- Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе. М: ФиС,76
- Давыдов М.А. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 2003 г.
- Лях В.И., Мейксон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для
- учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
- Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры. М: ФиС,2000
- Яхонтова Е.Р. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура
- и спорт», 1999 г.

ДЛЯ ДЕТЕЙ:

- Баскетбол. Броски по кольцу: Мастера советуют. //Физкультура в школе – 1999. -№7с. 15-17
- Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу//Физкультура в школе. – 1999. -№6,7 – с. 17-18.
- Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол – Минск: Полынья, 2004. - 111с.
- Вуден Д. Р. Современный баскетбол. М: ФиС,87
- Гомельский А. Я. Тактика баскетбола. М: ФиС,67
- Грасис А. Специальные упражнения баскетболиста. М: ФиС,67
- Кузнецов В. С., Колодницкий Т. А. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе. М: Владос, 2002
- Лях В. И. Развивая координационные способности. //ФК в школе, 88 №12
- Пилтхолстер Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений, (перевод с англ.) М: ФиС,73Преображенский И. Н., Хазарянц А. А. Баскетбол в школе. М: Просвещение, 69

Электронные ресурсы

- Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
- Sports.ru — спортивный портал.
- Уроки баскетбола. Баскетбольные тренировки от «А» до «Я» https://basketball-training.org.ua/about_site
- Сайт для разбора всех деталей игры pro-basketball.ru

Приложение № 1

Методика определения результативности образовательной программы деятельности детей

Для мониторинга результатов учащихся по дополнительной образовательной программе используется методики Кленовой Н.В., Буйловой Л.Н.

Они позволяют представить:

- набор знаний, умений, навыков, которые должен приобрести ребенок в результате освоения конкретной образовательной программы;
- систему важнейших личностных качеств, которые желательно сформировать у ребенка за период его обучения по данной программе, и время общения с педагогом и сверстниками;
- определить с помощью критериев возможные уровни выраженности каждого измеряемого показателя у разных детей, а значит и степень соответствия этих показателей предъявляемым требованиям.

КАРТА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИНГА

педагог _____

№ п/п	**Ф И учащегося**	Входная диагностика	**Предметные** результаты обучаемости по программе								**Метапредметные** результаты обучаемости по программе								Результаты **личностного развития** детей в процессе освоения программы								**% освоения программы учащимся**	
			Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Предметные достижения ребёнка		**итого, %**		Учебно-интеллектуальные умения		Учебно-коммуникативные умения		Учебно-организационные умения и навыки		**итого, %**		Организационно-волевые качества		Ориентационные качества		Поведенческие качества		**итого, %**			
		с 01 по 20.09	**Полугодие**																									
			1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1																												
2																												
15																												
ИТОГО																												

План занятий с применением ДОТ 1 год

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма обучения	Средства коммуникации (электронная почта. социальные сети,WhatsApp, Zoom, Discort, Skype и др.)	Форма контроля (фронтальный, индивидуальный, наблюдение, беседа, опрос)
1.	Вводное занятие. Основы знаний.	2	Очная, с использованием ДОТ		Онлайн практикум
2.	Техническая подготовка	38	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
3.	Тактическая подготовка	26	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
4.	Игровая подготовка	4	Очная, с использованием ДОТ		Практическое задание
5.	Итоговое занятие.	2	Очная, с использованием ДОТ		Практическое задание (Google или Яндекс форма)

План занятий с применением ДОТ 2 год

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма обучения	Средства коммуникации	Форма контроля (фронтальный, индивидуальный, наблюдение, беседа, опрос)
1	Вводное занятие. Основы знаний.	2	Очная, с использованием ДОТ		Онлайн практикум
2	Передача мяча.	22	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
3	Ведение мяча.	22	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
4	Броски.	24	Очная, с использованием ДОТ		Практическое задание
5	Игра в нападении.	22	Очная, с использованием ДОТ		Практическое задание (Google или Яндекс форма)
6	Игра в защите.	22	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
7	Игровая деятельность.	28	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание
8	Итоговое занятие.	2	Очная, с использованием ДОТ		Теоретическое задание