

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 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 49 от 30.08.2024 г.
Директор Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 641 с
углубленным изучением английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
М.А. Чураков



**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, направлена 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.

Адресат программы

Программа «Баскетбол в школе» направлена на обучение детей в возрасте 7-12 лет, проявляющих интерес к спортивной игре в баскетбол.

Актуальность

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.

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.

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.

Цель

Развитие физических и волевых качеств учащихся, укрепление их здоровья через спортивную игру в баскетбол.

Задачи

Обучающие:

- овладение необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- научиться правильно регулировать свою физическую нагрузку.
- знать правила закаливания организма.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков;
- развивать навыки работы в команде;
- развитие выносливости и работоспособности учащихся.

Воспитательные:

- воспитание чувства взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание здорового образа жизни.

Планируемые результаты 1-го года обучения по программе

Предметные:

- будут владеть необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- могут правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- будут правильно закалять организм.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки развиты;
- обучающиеся смогут работать в команде;
- повысится выносливость и работоспособность учащихся.

Личностные:

- обучающиеся будут понимать важность взаимопомощи и смогут оказывать её при необходимости;
- учащиеся станут более дисциплинированными;
- будут вести здоровый образ жизни.

Планируемые результаты 2-го года обучения

Предметные:

- будут владеть необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- могут правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- будут правильно закалять организм.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки развиты;
- обучающиеся смогут работать в команде;
- повысится выносливость и работоспособность учащихся.

Личностные:

- обучающиеся будут понимать важность взаимопомощи и смогут оказывать её при необходимости;
- учащиеся станут более дисциплинированными;
- будут вести здоровый образ жизни.

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 элементов дистанционных образовательных технологий:

- очные занятия, проводимые в режиме реального времени;
- дистанционная передача видеозаписи заданий и занятий, подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажеры;

Условия набора и формирования групп

В объединение принимаются все желающие в возрасте 7-12 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.

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:

Основные формы проведения занятий:

Практическая игра, соревнование, лекция, подвижные игры и задания, игровые упражнения.

Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы

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

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.

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 № 49 от 30. 08. 2024 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 2024/2025 учебный год

Год обучения	Начало обучения	Окончание обучения	Количество недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год гр. №1	17.09.2024	31.05.2025	36	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год гр. №2	11.09.2024	31.05.2025	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

**Рабочая программа.
Группа №1, 1 год обучения.**

Задачи

Обучающие:

- овладение необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- научиться правильно регулировать свою физическую нагрузку.
- знать правила закаливания организма.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков;
- развивать навыки работы в команде;
- развитие выносливости и работоспособности учащихся.

Воспитательные:

- воспитание чувства взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание здорового образа жизни.

Планируемые результаты 1-го года обучения по программе

Предметные:

- будут владеть необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- могут правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- будут правильно закаливать организм.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки развиты;
- обучающие смогут работать в команде;
- повысится выносливость и работоспособность учащихся.

Личностные:

- обучающие будут понимать важность взаимопомощи и смогут оказывать её при необходимости;
- учащиеся станут более дисциплинированными;
- будут вести здоровый образ жизни.

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.

**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		17.09		Беседа
Раздел 2– «Техническая подготовка» -6 часов							
2	Сведения об истории возникновения, развития баскетбола. Совершенствование техник передвижений в стойке баскетболиста.	2	1	1	24.09		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	01.10		Беседа Наблюдение
4	Основы знаний – Правила личной гигиены спортсмена. Техника нападения.	2		2	08.10		Наблюдение
Раздел 3– «Тактическая подготовка» -6 часов							
5	Понятие о передвижении в защитной стойке. Чередование способов перемещений.	2	1	1	15.10		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	22.10		Беседа Наблюдение
7	Совершенствование в технике передвижений в защитной стойке. Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении.	2		2	29.10		Беседа Наблюдение
Раздел 2– «Техническая подготовка» -16 часов							
8	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Понятие игры в защите.	2		2	05.11		Наблюдение
9	Понятие о защите против игрока без мяча. Основы знаний – Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики).	2	2		12.11		Беседа
10	Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита).	2	2		19.11		Беседа
11	Понятие – командные действия в защите. Упражнение в технике передвижений в защите против игрока без мяча.	2	1	1	26.11		Беседа Наблюдение
12	Передача мяча одной рукой от плеча. Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч.	2		2	03.12		Наблюдение
13	Изучение техники передачи мяча одной рукой от плеча с отскоком от пола. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами.	2		2	10.12		Зрительный
14	Контрольные упражнения. Подвижная игра «Мяч среднему». Совершенствование в технике овладения мячом.	2		2	17.12		Наблюдение

15	Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих). Подвижная игра с баскетбольным мячом.	2		2	24.12		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	14.01		Беседа
17	Техника безопасности: Инструкция Спортивные игры, Правила поведения в спортивном зале. Изучение тактики зонной защиты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	2		2	21.01		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	28.01		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	04.02		Беседа Обсуждение
20	Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.	2		2	11.02		Наблюдение
21	Совершенствование в технике броска в кольцо двумя руками от груди с места. Подвижная игра с мячом «33».	2		2	18.02		Наблюдение
22	Понятие техники перехвата мяча. Изучение техники перехвата мяча. Игра с заданием	2	1	1	25.02		Беседа Обсуждение
23	Совершенствование в технике бросков одной рукой от плеча в движении. Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола.	2		2	04.03		Наблюдение
24	Игра в баскетбол. Правила штрафного броска.	2	1	1	11.03		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	18.03		Обсуждение
27	Контрольные упражнения. Понятие тактики нападения. Индивидуальные действия.	2		2	25.03		Наблюдение
28	Понятие – групповые действия. Понятие – быстрый прорыв. Игра с заданием	2	1	1	01.04		Обсуждение
29	Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска. Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.	2		2	08.04		Наблюдение
30	Игра в баскетбол с заданием. Изучение тактики опеки игрока с мячом в непосредственной близости от кольца.	2		2	15.04		Наблюдение
31	Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	2		2	22.04		Наблюдение

32	Изучение тактики взаимодействия двух игроков – переключение, заслон. Упражнение в технике ведения мяча и остановок.	2	1	1	29.04		Анализ
33	Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва. Игра с заданием	2	1	1	06.05		Анализ, игра
Раздел 4– «Игровая подготовка» -4 часа							
34	Тренировочное занятие. Основы судейства игр.	2		2	13.05		Беседа
35	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	20.05		Наблюдение
Раздел 5– «Итоговое занятие» -2 часа							
36	Итоговое занятие. Игра в баскетбол с заданием. Индивидуальные рекомендации. Итоги года	2		2	27.05		Обсуждение
Итого:		72	17	55			

**Рабочая программа.
Группа №2, 2 год обучения.**

Задачи

Обучающие:

- овладение необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- научиться правильно регулировать свою физическую нагрузку.
- знать правила закаливания организма.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков;
- развивать навыки работы в команде;
- развитие выносливости и работоспособности учащихся.

Воспитательные:

- воспитание чувства взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание здорового образа жизни.

Планируемые результаты 2-го года обучения

Предметные:

- будут владеть необходимыми знаниями, умениями и техническими приемами баскетбола;
- могут правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- будут правильно закалывать организм.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки развиты;
- обучающие смогут работать в команде;
- повысится выносливость и работоспособность учащихся.

Личностные:

- обучающие будут понимать важность взаимопомощи и смогут оказывать её при необходимости;
- учащиеся станут более дисциплинированными;
- будут вести здоровый образ жизни.

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, скрестный 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 центрального. Игровое задание - взаимодействие двух игроков задней линии и центрального.

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.

**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		04.09		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		06.09		Беседа.
3	Совершенствование в технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест после ведения Подвижные игры с баскетбольным мячом.	2		2	11.09		Игра
4	Передача одной рукой от плеча. Игра с заданием	2		2	13.09		Игра
5	Передача двумя руками от груди. Игра с заданием	2		2	18.09		Игра
6	Выбор конкретной передачи в зависимости от расстояния. Игра с заданием	2		2	20.09		Игра
7	Передачи на месте и в движении. Игра с заданием	2		2	25.09		Игра
8	Совершенствование в технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Игра с заданием	2		2	27.09		Игра
9	Виды передачи перед защитником. Игра с заданием.	2		2	02.10		Наблюдение
10	Приемлемые виды передач для каждой конкретной ситуации при сопротивлении защитников. Игра с заданием	2		2	04.10		Игра
11	Контрольные тесты	2		2	09.10		Оценка
12	Совершенствование в технике передачи мяча с отскоком от пола. Ситуационная техника передач.	2	2		11.10		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		16.10		Беседа
14	Стойка при высоком и низком ведении; Контакт кисти ведущей руки с мячом. Игра с заданием	2		2	18.10		Наблюдение
15	Ведение с изменением направления движения. Игра с заданием	2		2	23.10		Игра
16	Вышагивание, скрестный шаг, поворот. Игра с заданием	2		2	25.10		Оценка

17	Подвижные игры с баскетбольным мячом.	2		2	30.10		Игра
18	Понятие игры в защите против игрока без мяча. Перевод мяча перед собой и за спиной. Игра с заданием	2		2	01.11		Игра
19	Совершенствование в технике передачи мяча при встречном движении; и от плеча после ведения.	2	2		06.11		Беседа
20	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча.	2		2	08.11		Опрос
21	Совершенствование в технике броска мяча	2	2		13.11		
22	Повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом. Игра с заданием	2		2	15.11		Беседа
23	Изучение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч. Изучение тактических действий при выполнении штрафного броска.	2		2	20.11		Игра
Раздел 4– «Броски» – 24 часа							
24	Основные характеристики бросков; ситуационная техника броска мяча, корректировка техники бросков;	2	2		22.11		Беседа
25	Основные броски. Подвижная игра с двумя баскетбольными мячами. Бросок двумя руками от груди; Игра с заданием	2	2		27.11		Дискуссия
26	Бросок двумя руками от груди. Игра с заданием	2		2	29.11		Игра
27	Техника выполнения точностных бросков в движении. Игра с заданием	2		2	04.12		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	06.12		Тестирование
29	Понятия о защите против игрока, ведущего мяч. Понятие – индивидуальные действия (личная защита).	2	2		11.12		Беседа
30	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока без мяча. Перевод мяча между ногами.	2		2	13.12		Наблюдение
31	Совершенствование в технике передвижений в защите против игрока, ведущего мяч.	2	2		18.12		Игра
32	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.	2		2	20.12		Беседа
33	КУ. Бросок с места или с легким подскоком на один счет с подниманием локтя на одну четверть. Игра с заданием	2		2	25.12		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	27.12		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		15.01		Беседа
37	Взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине. Игровое задание. Игра по	2		2	17.01		Опрос

	правилам						
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	22.01		Обсуждение Игра
39	Взаимодействие двух игроков задней линии и центрального. Игровое задание	2		2	24.01		Текущий
40	Игровое задание - взаимодействие двух игроков задней линии и центрального.	2		2	29.01		Наблюдение
41	Игра в баскетбол с заданием.	2		2	31.01		Игра
42	Контрольные упражнения спец. подготовки. Игра в баскетбол с заданием.	2		2	05.02		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	12.02		Игра
45	Товарищеская встреча	2		2	14.02		Игра
46	Игра в баскетбол с заданием.	2		2	19.02		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	26.02		Игра
49	Изучение тактики зонной защиты. Корректировка техники бросков. Игра с заданием	2	1	1	28.02		Игра
50	Правила группового взаимодействия защитников. Представления о судействе игры, жестов судей.	2	2		05.03		Беседа
51	Игровое задание - групповые взаимодействия защитников: действие в численном меньшинстве;	2		2	07.03		Игра
52	Игровое задание - противодействие заслонам. Игровое задание - создание ситуации оправданного риска при попытке перехватить мяч.	2		2	12.03		Игра
53	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание нападающего с мячом в позиции игрока задней линии.	2		2	14.03		Анализ, опрос
54	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на линии штрафного броска	2		2	19.03		Анализ, опрос
55	Игровое задание - индивидуальные защитные действия: держание игрока с мячом на боковой линии в области штрафного броска. Игра в баскетбол	2		2	21.03		Игра
56	Совершенствование в технике игры в защите (один защитник против двух нападающих).	2		2	26.03		Игра
57	Совершенствование в технике перемещения с изученными техническими приемами. Игровое задание - защита в численном меньшинстве.	2		2	28.03		Анализ, опрос
Раздел 7– «Игровая деятельность» – 28 часов							
58	Понятие – групповые действия. Понятие –	2	2		02.04		Беседа

	быстрый прорыв.						
59	Совершенствование в технике ведения мяча на месте с последующей передачей.	2		2	04.04		Наблюдение
60	Подвижная игра с мячом «33». Применение техники выбивания и вырывания мяча у игрока, ведущего мяч.	2		2	09.04		Игра
61	Применение полученных знаний в игре. Тактика опеки игрока с мячом в непосредственной близости от кольца.	2		2	11.04		Тестирование
62	Совершенствование в технике передачи мяча одной рукой от плеча на дальние расстояния.	2		2	16.04		Тестирование
63	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Техника перехвата мяча	2		2	18.04		Наблюдение
64	Тактика взаимодействия двух игроков – переключение, заслон.	2		2	23.04		Наблюдение
65	Совершенствование в технике ведения мяча и остановок.	2		2	25.04		Игра
66	Понятие техники выбивания мяча и вырывания мяча у игрока, стоящего на месте. Тактика при выполнении штрафного броска.	2	2		30.04		Беседа
67	Применение техники перехвата мяча. Игра в баскетбол с заданием	2		2	02.05		Игра
68	Применение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва.	2		2	07.05		Текущий
69	Изучение тактики организации командных действий против применения быстрого прорыва.	2	1	1	14.05		Беседа Наблюдение
70	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	16.05		Игра
71	Турнир по баскетболу на первенство команд школы.	2		2	21.05		Игра
Раздел 8– «Итоговое занятие» – 2 часа							
72	Основы судейства игр. Контрольные тесты Подведение итогов, игры, эстафеты. Индивидуальные рекомендации. Награждение	2		2	23.05		Опрос-тест Поощрение
Итого: 144 ч		36	108				

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.
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 x 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:

- Карточка «РУ-граффити при занятиях баскетболом»

III. Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации пропаганды здорового образа жизни, которая может способствовать 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

