

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АРАДАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АРАДАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

РАСМОТРЕННО
на заседании
Педагогического Совета
от «5» апреля 2021 год
Протокол № 45



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Араданская ОШ»
Веселкова О.Г.
Приказ № 33/2021 год
от 05.04.2021 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»

базовый уровень программы
возраст детей 11-16 лет
срок реализации программы 1 год

Автор – составитель:
Коваленко Ю.В.
педагог дополнительного
образования

Арадан
2021

РАЗДЕЛ I: КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ:

1.2. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана согласно **требованиям следующих** нормативных документов:

- Федеральный Закон № 273 от 29.12.2012 года «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерством Просвещения России от 3.09.2019 № 467.
- СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года.
- Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Устав образовательной организации.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для работы с учащимися 5—9 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, для углубленного изучения раздела «Баскетбол» школьной программы.

По уровню освоения программа имеет «базовый уровень», по времени реализации годичная.

Актуальность программы обусловлена тем, что баскетбол - один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся

общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи) оборудование: небольшая площадка, баскетбольные щиты, мяч.

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Педагогическая целесообразность программы заключена в том, что на занятиях представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель программы - формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.

Задачи:

Предметные:

- формировать знания и умения в области физической культуры и спорта.
- обучить технике и тактике двигательных действий.

Метапредметные:

- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

Личностные:

- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.

- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;

Отличительные особенности программы: Принципиальным отличием разработанной дополнительной общеобразовательной программы от уже существующей в данной области, является обращение к Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденной приказом Министерством Просвещения России от 3.09.2019 № 467 (для адаптированных программ - письмо Министерство Просвещения России от 01.08.2019 № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ как организационно-правовым ориентирам решения масштабной задачи федерального проекта «Успех каждого ребенка»).

Адресат программы: Программа предназначена для детей в возрасте 11-16 лет.

Сроки реализации и объем программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения.

Полный объем программы - 34 учебных часа

Форма организации учебной деятельности – групповая.

Групповые занятия - 1 раз в неделю по 1 часу

Формы занятий: При реализации программы используются следующие формы занятий:

Индивидуальная	Групповая	Фронтальная
индивидуально-групповая	групповые занятия, соревнования	работа по подгруппам (по звеньям)

Формы организации деятельности детей на занятии:

Форма обучения включает в себя: теоретические занятия, практические занятия, групповые занятия, соревнования.

Форма подведения итогов: участие в соревнованиях по баскетболу на школьном и районном уровне.

1.3. Содержание программы:

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		вс его	тео рия	прак тика	
1.	Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности	2	1	1	
2.	Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	6	1	5	
3.	Освоение техники ведения мяча	4	1	3	
4.	Овладение техникой бросков мяча	6	2	4	
5.	Освоение индивидуальной техники защиты	4	1	3	
6.	Техника владения мячом и развитие координационных способностей	5	1	4	
7.	Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.	3	1	2	
8.	Освоение тактики игры	2	0	2	
9.	Овладение игрой и комплексное развитие психо-моторных способностей	2	1	1	

10.	Формы контроля				тестирова ние
Ито го		34	9	25	

Содержание учебного плана программы

История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности
Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)
Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.
Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.
Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием.
Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча
Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок
Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.
Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без и с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0) (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

1.5. Планируемые результаты (прогнозируемый) результат программы:

Образовательный процесс по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе позволяет добиться следующих результатов:

Предметные:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;

- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Метапредметные:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Личностные:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

К концу обучения дети должны знать:

1. Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире.
2. Олимпийские игры современности (Сочи – 2014).
3. Правила техники безопасности.
4. Оказание помощи при травмах и ушибах.

5. Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.
6. Типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.
7. Упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).
8. Контрольные упр. (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.
9. Основное содержание правил по баскетболу.
10. Жесты судьи по баскетболу.
11. Игровые упр., подвижные игры, эстафеты с элементами б/б.

К концу обучения дети должны уметь:

1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;
2. выполнять технические приемы и тактические действия;
3. контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
4. играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
5. демонстрировать жесты судьи;
6. проводить судейство по баскетболу.

РАЗДЕЛ II: КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3).

Начало образовательного процесса – 7 сентября

Окончание учебного года - 24 мая

Всего по программе -34 часа

Всего учебных недель (продолжительность учебного года) - 34 недели.

Количество учебных дней: - 34 дня.

Режим работы: 1 раз в неделю по 1 часу.

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Объем учебных часов	Режим работы
1	первый	34	34	34	1 раз в неделю по 1 часу
ИТОГО		34	34	34	34

2.2. Формы аттестации (контроля) и оценочные материалы:

Программа предполагает промежуточный и итоговый контроль.

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований.

2.3. Условия реализации программы

Материально-технические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы:

Оборудование:

1. Волейбольные, баскетбольные, футбольные, набивные мячи.
2. Гантели, скакалки, обручи, эспандеры, тренажеры
3. Компьютеры с выходом в Интернет, экраны, проекторы

Техническое оснащение:

1. Спортивный зал с баскетбольной разметкой.
2. Уличная баскетбольная площадка.
3. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
4. Баскетбольная форма, жилетки разного цвета.
5. Хорошо оборудованный школьный стадион.

Информационно-методические условия

Методические материалы

Рассказ, изучение знаний по физической культуре. Учебники по физической культуре, баскетболу. Методические пособия по баскетболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Просмотр аудио и видео материала. Наблюдение за соревнованиями.

Дидактическое обеспечение:

Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.

Информационное обеспечение (ссылки из интернет источников)

Кадровое обеспечение реализации дополнительной
общеобразовательной программы

Программу реализует Коваленко Юлия Владимировна.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АРАДАНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Год обучения: первый

Группа № 1.

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Педагог, реализующий программу:

Коваленко Ю.В.,

педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

	<p>Цель рабочей программы на текущий учебный год:</p>	<p>- формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.</p>
	<p>Задачи программы:</p>	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знать об особенностях зарождения, истории баскетбола; – знать о физических качествах и правилах их тестирования; – выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом; – владеть тактико-техническими приемами баскетбола; – знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения; – владеть основами судейства игры в баскетбол. <p>Метапредметные :</p> <ul style="list-style-type: none"> – определять наиболее эффективные способы достижения результата; – умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; – уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей; – организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере; – умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку; – умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни; – воспитание морально-этических и волевых качеств; – дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; – умение оказывать помощь своим сверстникам.
Условия организации образовательного процесса	Количество учебных часов по программе - 34 часов;
Режим занятий	1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность учебного часа 40 минут.
Ожидаемые результаты	<p><u>К концу первого года обучения дети должны знать:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире. 2.Олимпийские игры современности (Сочи – 2014). 3.Правила техники безопасности. 4.Оказание помощи при травмах и ушибах. 5.Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники. 6.Типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий. 7.Упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).

		<p>8.Контрольные упр. (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.</p> <p>9.Основное содержание правил по баскетболу.</p> <p>10.Жесты судьи по баскетболу.</p> <p>11.Игровые упр., подвижные игры, эстафеты с элементами б/б.</p> <p><u>К концу первого года обучения дети должны уметь:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма; 2.Выполнять технические приемы и тактические действия; 3.Контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии; 4.Играть в баскетбол с соблюдением основных правил; 5.Демонстрировать жесты судьи; 6.Проводить судейство по баскетболу.
	Формы аттестации	Промежуточная аттестация -декабрь Аттестация по итогам - май

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Тема занятий	К-во часов	Дата	
			плана	факт
1	Т. б. на занятиях по баскетболу 1 Стойка игрока, перемещение шагом. 2 Ловля мяча.	1		
2	Терминология, правила игры 1 Передачи двумя руками от груди 2 Ведение мяча на месте и шагом.	1		
3	1 Перемещения в стойке, шагом и бегом 2 Передачи двумя руками от груди (в круге, квадрате) 3 Ведение мяча шагом и бегом	1		
4	1 Перемещения в стойке, шагом и бегом с изменением направления 2 Ловля и передача одной от плеча 3 Ведение мяча шагом и бегом с изменением высоты отскока	1		
5	1 Броски мяча в движении с двух шагов (выполненных шагом) 2 Основы знаний техники приема и передачи от груди, плеча	1		
6	1 Перемещения в ходьбе и беге с заданиями 2 Ловля и передача двумя от головы 3 Ведение мяча с изменением направления	1		
7	1 Броски мяча в движении с двух шагов (бегом) 2 Броски с дистанции двумя от груди 3 Основы знаний техники владения мячом 4 Игра по упрощенным правилам (мини-баскетбол)	1		
8	1 Остановка в два шага	1		

	2 Ловля и передача в движении 3 Ведение с изменением скорости 4 Броски мяча в движении с двух шагов (слитно)			
9	1 Остановка в два шага (по сигналу) 2 Ловля и передача 3 Ведение с изменением скорости, направления, высоты 4 Броски мяча в движении с двух шагов (слитно)	1		
10	1 Броски мяча в движении одной от плеча, головы 2 Игры, игровые задания 2/1, 3/1 3 Учебно-двухсторонняя игра	1		
11	1 Остановка прыжком 2 Ловля и передача в движении со сменой мест 3 Ведение с сопротивлением (пассивным) 4 Броски мяча в движении с двух шагов с передачей и ловлей	1		
12	1 Повороты без мяча 2 Ловля и передача в движении со сменой мест (в два шага) 3 Ведение с сопротивлением 4 Броски мяча в движении с двух шагов (отдай и выйди)	1		
13	1 Повороты с мячом 2 Ловля и передача в движении со сменой мест (в два шага) 3 Ведение с сопротивлением 4 Броски мяча в движении с двух шагов (отдай и выйди)	1		
14	1 Вырывание, выбивание мяча 2 Броски с дистанции двумя от груди 3 Игры, игровые задания 3/2, 3/3 4 Учебно-двухсторонняя игра	1		
15	1 Повороты с мячом с передачей 2 Ловля и передача в движении с сопротивлением	1		

	3 Ведение финты 4 Броски мяча в движении с сопротивлением			
16	1 Перехват мяча 2 Броски с дистанции одной от плеча, двумя от головы 3 Учебная игра, тактика свободного нападения	1		
17	1 Перехват мяча (с броском в два шага) 2 Броски с дистанции в прыжке 3 Учебная игра, тактика позиционное нападение	1		
18	1 Комбинации упр. техники передвижений 2 Комбинации упр. ловли, передачи, ведения, броска с двух шагов	1		
19	1 Броски с дистанции в прыжке с сопротивлением 2 Учебная игра, тактика: нападение быстрым прорывом (1/0, 2/1)	1		
20	1 Игры, эстафеты с ведением, передачей, ловлей, бросками мяча	1		
21	1 Штрафной бросок двумя от груди 2 Учебно-двухсторонняя игра, тактика: личная защита	1		
22	1 Штрафной бросок одной от плеча 2 Учебная игра, тактика: игровые взаимодействия	1		
23	1 Игры, эстафеты 2 Штрафной бросок двумя от головы 3 Тактика: нападение быстрым прорывом 1/0, 2/1, 3/2	1		
24	1 Борьба за мяч отскочившего от щита. 2 учебно-двухсторонняя игра организаторские умения	1		
25	1 Игры, эстафеты 2 Добивание мяча в корзину	1		
26	1 Круговая тренировка 2 Тактика: взаимодействие двух игроков «отдай и выйди»	1		
27	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Организаторские	1		

	умения, проведение п/и, учебная игра			
28	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Взаимодействие через заслон	1		
29	1 Комбинации упр. технических приемов 2 Умения, помощь в судействе, учебная игра	1		
30	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие трех игроков, тройка и малая восьмерка	1		
31	1 Совершенствование технических приемов (ведения, передачи, ловли, броска мяча) 2 Учебно-двухсторонняя игра	1		
32	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие игроков учебно-двухсторонней игре	1		
33	1 Комбинации упр. в играх эстафетах 2 Взаимодействие игроков через заслон в учебной игре	1		
34	Организация и проведение соревнований по баскетболу	1		

**План воспитательной работы
педагога дополнительного образования
Коваленко Ю.В.**

**Первый год обучения
объединение «Баскетбол»**

Месяц/ год	Название мероприятия	Дата проведения	Уровень мероприятия
октябрь	товарищеский матч	23 октября	школьный
декабрь	товарищеский матч	21 декабря	школьный
март	товарищеский матч	19 марта	школьный
май	товарищеский матч	24 мая	школьный

РАЗДЕЛ III: СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

- 1.«Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.
- 2.журналы «Физкультура в школе».
- 3.«Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.
- 4.комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.
- 5.примерная рабочая программа по физической культуре В. И. Лях М. Просвещение, 2011г.
- 6.программы «Организация работы спортивных секций в школе» А. НКаинов 2014г.
- 7.«300 соревновательно – игровых заданий по физическому воспитанию»И.А. Гуревич, Минск 2004 год.