

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №50
имени Ю.А. Гагарина» г. Курска**

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» август 2021 г.
протокол № 1

Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ № 50 им. Ю.А.Гагарина»
М.Н.Старикова
«30» август 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно–спортивной направленности
«Баскетбол»
(базовый уровень)**

Возраст обучающихся: 8-14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Гололобов Александр Николаевич,
учитель физической культуры

КУРСК 2021

СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование раздела	Стр.
1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	4
	Базовый уровень	
2	Содержание программы. Учебный план	5
2.1	Содержание учебного плана	7
2.2	Планируемые результаты	9
3	Календарный учебный график	10
4	Материально-технические и кадровые условия	10
5	Этапы педагогического контроля. Информационно-методические условия.	10
6	Список литературы	14

1. Пояснительная записка

Нормативно-правовую основу программы составляют:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р)
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2019г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утвержден постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28).

Направленность дополнительной образовательной программы «Баскетбол» - физкультурно-спортивная.

Программа направлена на приобретение теоретических и практических навыков игры в баскетбол. Укреплению здоровья, правильному физическому развитию детей.

Актуальность программы.

Актуальность программы «Баскетбол» заключается в вовлечении подростков в учебно-воспитательный процесс, где они получают опыт творческой деятельности и эмоционально-ценностных отношений, развиваются физически, формируют способности к самоопределению, самоактуализации, рефлексии, а также используют преимущества неформального коллективного общения, совместной продуктивно-творческой деятельности подростков и педагога. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта.

Отличительные особенности данной программы

При разработке программы учитывались новейшие данные научных исследований и передовой опыт работы детско-юношеских спортивных школ.

Естественность движений. В основе баскетбола лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы

Адресат программы

Данная программа предназначена для работы с учащимися, обучающимися на 1 уровне образования общеобразовательной школы.

Программа адресована детям **8-14 лет**. В группах дети разного возраста.

Каждый возрастной период (этап) развития личности характеризуется определенным уровнем развития ее познавательных способностей, мотивационной, эмоционально-волевой и перцептивной сферы.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на **72 часа в год**. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность часа – 40 минут.

Формы обучения:

1. для обучения учащихся объединения используется очная форма обучения;
2. возможно использование дистанционных технологий.

Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс организуется в группах разновозрастных учащихся. Состав группы - постоянный.

Режим занятий. 2 часа (2 занятия в неделю по 1 часу).

Продолжительность занятия - 40 минут.

1.2 Цель и задачи программы

Целью данной программы является содействие всестороннему развитию личности подростка.

Задачи:

- **личностные** - подготовить учащихся к саморазвитию, сформировать мотивацию к учению и познанию, сформировать основы российской, гражданской идентичности; формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.
- **метапредметные** - освоить учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные); Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- Расширение спортивного кругозора детей.
- **образовательные** - освоить учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.
- Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

2. Содержание программы.

Учебный план

№	Содержание разделов	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля
		теория	практика	всего		
1	Общая физическая подготовка Упражнения для развития скорости, ловкости и выносливости	1	19	20	Беседа, круговая тренировка, самостоятельные занятия.	Игра по упрощенным правилам, контрольные нормативы по ОФП
2	Специальная физическая и теоретическая подготовка Развитие прыгучести, специальной выносливости, ловкости и чувства мяча	2	20	22	Учебная игра	контрольные нормативы по СФП
3	Технико-тактическая подготовка Теория технической подготовки Подводящие упражнения. Упражнения по технике.	2	20	22	игра	контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в судействе.

	Тактические действия в защите					
4	Контрольные нормативы Контрольное занятие в форме зачета	1	1	2	Проведение игры	зачет
5	Спортивные соревнования, их организация и проведение	-	6	6	игра	Участие в соревнованиях
	итого	6	66	72		

Содержание учебного плана

Тема 1.Общая физическая подготовка (20 часов)

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП. Гигиена тренировочного процесса. Процесс разностороннего воспитания физических способностей и повышения уровня общей работоспособности организма спортсмена.

Практика: Освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, бег с изменением направления, бег спиной, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 2. Специальная физическая и теоретическая подготовка (22 часа)

Специальная физическая подготовка играет ведущую роль в формировании двигательных способностей баскетболиста и находится в прямой зависимости от особенностей техники, тактики игры, показателей соревновательной нагрузки и психической напряженности. Осуществляется она в тесно связи с овладением и со-

вершенствованием навыков и умений в баскетболе с учетом условий и характера использования игроком этих навыков в соревновательной обстановке.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния **баскетбола**, правил соревнований по **баскетболу**, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Тема 3. Техничко-тактическая подготовка (22 часа)

Теория. Значение технической подготовки в баскетболе. Правила игры в баскетбол. Состав команды стартовый и основной. Расстановка игроков по номерам. Начало игры и разыгрывание мяча. Виды подачи, бросков и передвижений. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Количество замен. Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология, жесты.

Практика.

1. Упражнения без мяча

- Передвижение правым - левым боком.
- Передвижение в стойке баскетболиста.
- Остановка прыжком после ускорения.
- Остановка в один шаг после ускорения.
- Остановка в два шага после ускорения.

2. Ловля и передача мяча

- Двумя руками от груди, стоя на месте.
- Двумя руками от груди с шагом вперед.
- Двумя руками от груди в движении.
- Передача одной рукой от плеча.
- Ловля мяча после полуотскока.
- Ловля высоко летящего мяча.

3. Ведение мяча

- На месте.
- В движении шагом.

- В движении бегом.
- То же с изменением направления и скорости.
- То же с изменением высоты отскока.
- Правой и левой рукой поочередно на месте.
- Правой и левой рукой поочередно в движении.

4. Броски мяча

- Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

Тема 4. Контрольные нормативы (2 ч.)

Теория. Содержание и методика контрольных испытаний.

Практика. Сдача контрольных нормативов.

Тема 5. Спортивные соревнования, их организация и проведение (6 часов)

Теория. Правила игры в баскетбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Права и обязанности игроков.

Планирование, организация и проведение соревнований по баскетболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по волейболу.

Практика. Участие в соревнованиях в соответствии с календарным планом.

1.4. Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

- **личностные результаты** - готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-

личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- **метапредметные результаты** - освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **образовательные результаты** - освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” является формирование следующие умения:

- *определять и высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению “Баскетбол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

2.1. Календарный учебный график

<i>Год обучения</i>	<i>Дата Начала занятий</i>	<i>Дата окончания занятий</i>	<i>Количество учебных недель</i>	<i>Количество учебных дней</i>	<i>Количество учебных часов</i>	<i>Режим занятия</i>
1	1.09.2021	26.05.2022	36	72	72	понедельник, среда

2.2. Материально-технические и кадровые условия

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы имеется материально-техническое обеспечение:

Помещения для проведения учебных занятий – спортзал, мячи, кольца, фишки, свисток, мячи теннисные.

Кадровое обеспечение

Гололобов Александр Николаевич - педагог дополнительного образования первой квалификационной категории.

Педагогический стаж: 7 лет

2.3. Информационные и методические условия

Формы аттестации.

В учебном году проводятся:

- школьный турнир по баскетболу;
- межшкольные окружные соревнования;
- различные соревнования.

Формы отслеживания и фиксации.

В конце каждой тренировки подводятся итоги:

- анализ тренировочных упражнений;
- анализ игровой деятельности.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Проведение игр по баскетболу среди учащихся школы.

Оценочные материалы.

Учащийся на контрольно-проверочном мероприятии оценивается одной из следующих оценок: «зачтено» и «не зачтено».

Критерии выставления оценки «зачтено»:

- Оценки «зачтено» заслуживает учащийся, показавший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеющий свободно выполнять задания, предусмотренные программой.

- Оценка «зачтено» выставляется учащимся, показавшим полное знание учебного материала, успешно выполняющим предусмотренные в программе задания, демонстрирующие систематический характер знаний по предмету.
- Оценкой «зачтено» оцениваются учащиеся, показавшие знание основного учебного материала в минимально необходимом объеме, справляющихся с выполнением заданий, предусмотренных программой, но допустившим погрешности при выполнении контрольных заданий, не носящие принципиального характера, когда установлено, что учащийся обладает необходимыми знаниями для последующего устранения указанных погрешностей под руководством педагога.

Критерии выставления оценки «не зачтено»:

- Оценка «не зачтено» выставляется учащимся, показавшим пробелы в знаниях основного учебного материала, допускающим принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Такой оценки заслуживают результаты учащихся, носящие несистематизированный, отрывочный, поверхностный характер.

Особенности организации образовательного процесса

1 - очно

2 - с использованием дистанционного обучения.

Методы обучения

1. **Метод убеждения** - разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.
2. **Словесные методы** - рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.
3. **Метод показа** - демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п.
4. **Метод упражнения** - систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

5. **Метод состязательности** - поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений обучающихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления

Формы организации образовательного процесса.

Занятия проводятся преимущественно в коллективной форме, возможны групповые и индивидуальные занятия.

Формы организации учебного занятия.

Формы занятий, планируемых по каждой теме или разделу: тактические упражнения в группах, игра, анализ лучших игроков, анализ командной игры

Педагогические технологии.

- здоровьесберегающие технологии, способствующие сохранению и развитию здоровья всех участников программы;
- технологии развивающего и личностно-ориентированного обучения, направленные на раскрытие и реализацию потенциальных возможностей;
- игровые технологии, направленные на обеспечение наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы через использование игры как вида деятельности.

Алгоритм учебного занятия:

- (3 минуты) Начало занятия - объявления темы, цели и ввести обучаемых в план занятия, который должен быть кратким.
- (34 минуты) Переход к выполнению элементов игры, упражнений.
- (3 минуты) Окончание занятия - ответы на возможные вопросы, беседа по теме занятия, анализ ошибок.

Дидактические материалы:

1. Видеоматериалы: исторические видеозаписи, записи последних соревнований, учебные фильмы;
2. Тематическая литература.

3. Интернет

2.4. Список литературы

Для педагогов

1. Комплексная программа физического воспитания. В.И. Лях, А.А. Зданевич. М. Просвещение 2018 г.
2. Спортивные игры Ю.И. Портных М. ФИС 2020 г.
3. Баскетбол учебник для ВУЗов физической культуры Ю. М. Портнов М. ФИС 2018 г.
4. Линдеберг Ф. Баскетбол. Игры и обучение. М., «Физкультура и спорт», 20018г.

Для учащихся

1. Баскетбол в школе Дулин А.Л. Ижевск 2018 г.(для учеников)
2. Упражнения и игры с мячом. Кузнецов В.С. М. 2017 г.

Для родителей

3. Физическая культура в школе З.И. Кузнецов М. Просвещение 2018 г.