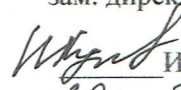


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КЕРЧИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
"ШКОЛА №10 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА И.Е.ПЕТРОВА"

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания МО
учителей начальных классов
МБОУ «Школа №10
им. Героя Советского Союза
И.Е. Петрова»
от «29» 08 2022 г.
Руководитель МО

 Н.Н.Остапенко

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР

 И.В. Курилова

«30» 08 2022

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Школа №10
им. Героя Советского Союза
И.Е. Петрова»

 К.В. Навловский
приказ № 273 от 31 08 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

"Баскетбол"

Направленность- физкультурно-спортивная

Срок реализации программы - 1 год

Тип программы -общеразвивающая

Вид программы -модифицированная

Уровень -стартовый

Возраст обучающихся 8-13 лет

Составитель: Ибрагимов Руслан Эрфанович,

педагог дополнительного образования

г. Керчь

2022г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 14.07.2022);
2. Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07. 2020);
3. Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
4. Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
5. Национальным проектом «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 №216);
6. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. 996-р;
7. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
8. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
9. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
10. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказом Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

12. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

13. Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

14. Письмом Министерства образования и науки РФ от 29.03.16 № ВК- 641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

15. Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

16. Об образовании в Республике Крым: законом Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019).

17. Методическими рекомендациями для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Симферополь, ГБОУДПО РК КРИППО, 2021;

18. Приказом Министерства образования, науки и молодёжи РК от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

19. Уставом МБОУ г. Керчи Республики Крым «Школа №10 имени Героя Советского Союза И.Е. Петрова»;

20. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Программа является **модифицированной** и составлена на основе Примерной программы и авторских программ: Физическая культура. Рабочие программы. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014; Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010 , рекомендованной Министерством просвещения РФ.

Направленность Программы «Баскетбол» - физкультурно-спортивная.

Спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спортивные занятия со школьниками служат составной частью их всестороннего развития, воспитания, здоровья. Спортивные игры, а в

частности «Баскетбол», играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников.

Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в Федеральном государственном образовательном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении.

Актуальность Программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие учащихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

Важным показателем качества образования является здоровье обучающихся. Программа «Баскетбола» направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, быстроты, выносливости) учащихся. Посредством «Баскетбола» также развиваются волевые и лидерские качества, смелость, активность, целеустремленность, умение работать в коллективе.

Также важной задачей является пропаганда здорового образа жизни. Данная программа также актуальна в связи с возросшей популярностью вида спортивной игры «Баскетбол» в нашей стране.

Кроме того, в последние годы Международная Федерация баскетбола упростила требования для популяризации этой игры. Появилась разновидность игры, когда количественный состав игроков снизился до трех человек в одной команде, и проводится эта игра на открытом воздухе («Блэктоп», или «Стритбол»). Это помогает организовать соревнования, без которых немыслима работа в каждом виде спорта (в т.ч., в баскетболе), при минимуме материальных условий.

Новизна Программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Отличительные особенности Программы состоят в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях школьного спортивного зала посредством баскетбола

достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 20 человек.

Особенностью Программы является индивидуальный подход и обучение учащихся. Набор в спортивный кружок производится без учета антропометрических данных ребенка, за основу берется желание обучающегося заниматься баскетболом. В процессе обучения формируются команды для участия в городских (отбор одаренных занимающихся) соревнованиях.

Индивидуальный подход заложен в Программу и имеет два главных аспекта:

Во-первых, воспитательное взаимодействие строится с каждым обучающимся с учётом личных способностей.

Во-вторых, учитываются знания условий жизни каждого обучающегося, что важно в процессе обучения.

Каждый обучающийся является конструктором своего образования, организатором своих знаний.

Программа позволяет обучающимся проявить полученные теоретические знания на практике.

Адресат Программы: обучающиеся мальчики и девочки в возрасте от 8 лет до 13 лет.

Объём Программы. Программа рассчитана на 1 год и предполагает среднюю сложность предлагаемого материала для освоения содержания. Общее количество часов, необходимых для освоения программы составляет 34 часа.

Срок реализации Программы рассчитан на 1 год.

Таблица 1

Реализация Программы

Уровень обучения	Год обучения	Количество учащихся в группе	Количество часов в неделю	Объем программы	Возраст учащихся
базовый	1 год	20 человек	1 час	34 часа	8– 13 лет

Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся в группе, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Учебно-тематический материал Программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических, умений и навыков.

Представленные в Программе темы создают целостную систему подготовки обучающихся.

В данной Программе руководитель, исходя из интересов детей, уровня их подготовки и конкретных задач, может изменить последовательность изложения материала, самостоятельно распределить часы и определить конкретные формы занятий.

Наполняемость в группе составляет 20 человек. Состав группы – постоянный.

Режим занятий. Занятия проводятся согласно расписанию, 1 час в неделю, 34 часа в год.

1.2 Цель и задачи Программы

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

Задачи:

Образовательные:

- формировать знаний о баскетболе, правилах игры;
- обучение технике, тактике двигательных действий, правилам судейства и организации проведения соревнований;
- углубление и дополнение знаний, умений и навыков, получаемых учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Воспитательные:

- 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;
- расширять спортивный кругозор детей;
- воспитывать спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

1.3. Воспитательный потенциал Программы

Для решение реальных проблем сообщества страны, учащиеся привлекаются к получению знаний, через включение в коллективные общественно

полезные практики и мероприятия. Ежегодно обучающиеся принимают участие в школьных, городских соревнованиях.

Особенностью кружка «Баскетбол» является еще наличие в нем действительного самоуправления, хотя и педагог играет роль организатора тренировки, почти все важные для воспитанников вопросы решаются сообща. Традиционно проводится организационное собрание с целью постановки целей и задач на новый учебный год и подведение итогов прошедшего игрового года. Кроме того, на каждой тренировке проводится анализ поведения воспитанников во время учебного процесса, вне стен школы и в процессе игровой деятельности. В кружке есть несколько явно выраженных лидеров, которые пользуются авторитетом среди ребят, помогают педагогу организовывать воспитательный процесс. Эти ребята способны даже заменить тренера во время тренировки.

1.4. Содержание Программы

Таблица 2

Учебный план

№	Содержание	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	1	1		Педагогическое наблюдение
2	Специальная подготовка техническая	15	2	13	
3	Специальная подготовка тактическая.	12	2	10	Соревнования
4	ОФП	6	1	5	
	Итого часов	34ч	6	28	

Содержание учебного плана

Основы знаний (1 час)

Инструктаж по ТБ

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в общественном транспорте. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.

Беседа по основным правилам игры в баскетбол. Судейская практика в двусторонних играх команд.

1.Специальная подготовка техническая (15 часов)

Теория: Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Практика: Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

2. Специальная подготовка тактическая (12 часов)

Теория: Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Практика: Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение. Тактика защиты.

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаке корзины. Подстраховка. Система личной защиты..

В конце обучения учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

3. ОФП (6 часов)

Теория: Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Практика

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.

Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с

максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег на 500,700,1000.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами.

Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа.

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

Основы знаний.

В разделе «**Основы знаний**» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «**Общая и специальная физическая подготовка**» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

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

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке.

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

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения.

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

1.5. Планируемые результаты

К концу года обучающиеся продемонстрируют следующие результаты.

Обучающиеся.

Обучающиеся будут *знать*:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры;
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся должны будут уметь:

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

Личностными результатами изучения курса «Баскетбол» является формирование следующих умений:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на

основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

– развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Регулятивные УУД:

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

-определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения;

- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Коммуникативные УУД:

-допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

-договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

-контролировать действия партнёра;

-общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график построен, исходя из следующего:

- ✓ начало учебного года – 01 сентября, конец учебного года – 29 мая;
- ✓ начало учебных занятий не ранее 14 час, окончание – не позднее 18 час;
- ✓ продолжительность учебного года 34 недели;
- ✓ объем программы 34 часа в год.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

Занятия 04 мая 2023 года по расписанию понедельника.

Календарный учебный график

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март			апрель				май				
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		
Кол-во часов	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1					
Аттестация/ Формы контроля	Входная диагностика												Промежуточная диагностика, аттестация																			Итоговая диагностика, аттестация				
Всего часов 34	4				4				4				4				4				4				3			4				3				

2.2 Условия реализации Программы

Материально - техническое обеспечение:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов, гимнастических скакалок, гантелей, футбольных, волейбольных мячей.

Техническое оснащение занятий

- 1) щиты с кольцами (2 комплекта);
- 3) мячи баскетбольные: № 5 – 6 шт.,
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) стойки для обводки (8 шт.);
- 6) гимнастические скамейки (4 шт.);
- 7) мячи набивные весом 1 кг и 2 кг (5 шт.).

Информационное обеспечение.

Интернет – источники:

1. URL: <https://russiabasket.ru/>

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по баскетболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.
- Правила игры в баскетбол.
- Правила судейства в баскетболе.
- Регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по баскетболу.

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

Кадровое обеспечение.

Программу реализует педагог дополнительного образования Ибрагимов Руслан Эрфанович, педагогический стаж работы – 15 лет.

Методическое обеспечение.

Особенности организации образовательного процесса.

Обучение по Программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

Используемые педагогические технологии:

- **развивающее обучение** – при развивающем обучении обучающийся самостоятельно приобретает какую – либо информацию, самостоятельно приходит к решению проблемы в результате анализа своих действий;
- **игровое обучение** – влияет на формирование произвольности поведения и всех психических процессов – от элементарных до самых сложных. Выполняя игровую роль, обучающийся подчиняет этой задаче все

свои сиюминутные действия. В условиях игры они лучше сосредотачиваются и запоминают, чем по прямому заданию взрослого;

- **эвристическое обучение** позволяет подвести обучающихся, с помощью умелой постановки вопросов педагога и благодаря собственным усилиям, к самостоятельному мышлению и приобретению новых знаний.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесные методы (устное изложение материала);
- наглядные методы (педагогический показ);
- практические методы (упражнения, тренинги).

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Баскетбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Методы воспитания:

- поощрение (устное, дипломы и грамоты);
- мотивация (настрой обучающегося на достижение цели).

Формы организации образовательной деятельности
Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом.

Формы обучения и виды занятий.

- тренировочные занятия;
- беседы;

- соревнования;
- тестирования;
- спортивные конкурсы;
- праздники;
- просмотры соревнований.

Педагогические технологии.

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Алгоритм учебного занятия

	Этап занятия	Вид деятельности
1	Организационный этап	Организация учащихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.
2	Основной этап	Разминка (упражнения ОФП, упражнения на растяжку). Постановка целей занятия. Отработка упражнений СФП. Отработка технических, тактических приемов игры в баскетбол. Изучение и отработка нового. Коррекция ошибок. Игровые моменты (эстафеты, спортивные игры), работа на тренажерах.
3	Завершающий этап	Упражнения на восстановления дыхания, медленный бег, растяжка. Автоматизация умственных действий по изученному материалу. Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия.

Методическое обеспечение образовательной программы

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Общие основы баскетбола ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства в баскетболе.	Вводный, положение о соревнованиях по баскетболу.
2	Общефизическая подготовка баскетболиста	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи, протоколы
3	Специальная подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
4	Техническая подготовка баскетболиста	Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
5	Игровая подготовка	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование

2.3 Формы аттестации и контроля

Формы контроля: входной, текущий и итоговый контроль.

Контроль усвоения учебного материала, умений и навыков проходит в течение всего периода обучения.

Входной контроль – проводится при наборе (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования.

Формы текущего и промежуточного контроля: открытые занятия, соревнования, турниры, чемпионаты:

- **текущий контроль** (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года;

- **промежуточный контроль** (за уровнем освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования.

Формы итогового контроля: итоговое занятие, соревнования:

- **итоговый контроль**, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний.

Теоретическая подготовка

Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела *теоретическая подготовка* осуществляется по средствам использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание.

Физическая подготовка.

Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями. Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. бег на длинные дистанции (800- 1000м.);
3. сгибание и разгибание рук в упоре лёжа;
4. подтягивание на высокой перекладине;
5. поднимание туловища за 1 мин.

Результат определяется по сравнительной таблице.

Тест «длинные дистанции» оценивается по контрольному времени, применяется только в конце учебного года.

Каждый тест оценивается по 5-и уровням (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше.

Продвижение ребёнка в диапазоне уровня также считается успешностью.

Техническая подготовка

Техническая подготовленность учащимися проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения упражнения.

Формой контроля технической подготовленности баскетбола является педагогическое тестирование, которое проводится в середине и конце учебного года.

Тактическая подготовка

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в нападении и защите с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Контроль проводится как на учебных занятиях, так и в соревновательной деятельности. Оценочные суждения выносятся на основании определений умений и навыков использования учащимися действий с мячом и без мяча в групповых и командных действиях.

Для баскетболистов главной задачей в этом разделе считается:

- научиться правильно выбирать решение (бросить в кольцо, делать передачу, вести мяч);
- правильно занимать место в защите и нападении по отношению к кольцу и соперникам (держание игрока в треугольнике, закрытая и открытая стойка в зависимости от нахождения мяча на площадке и нападающего игрока; действия игроков в быстром прорыве, в раннем и позиционном нападении);
- уметь переключаться от игры в защите в игру в нападении и наоборот (расположение игроков при борьбе за мяч на своём и чужом щите, блокирование игрока, борьба за отскок, выход на мяч, открывание для получения мяча).
- уметь взаимодействовать в нападении и защите в разных количественных соотношениях игроков (2 х 2, 2 х 1, 1 х 2; 3 х 3, 3 х 2, 2 х 3, 3 х 1);
- вбрасывание мяча из-за боковой и лицевой линий (взаимодействие игроков с помощью заслона и выхода на мяч);
- уметь взаимодействовать в команде, как в нападении, так и в защите (позиционное нападение: 3 х 2, 2 х 3, 1 х 3 х 1; 2 х 2 х 1; 1 х 2 х 1; 1 х 4; защита: личная защита, зонная защита, защита личным и зонным прессингом, комбинированная защита);
- умение игроков действовать не стандартно, спонтанно, выбирать решение
- КПД игрока в соревновательной деятельности (количество времени проведённого на площадке, перехваты мяча, потери, подбора на своём и чужом щите, количество заброшенных мячей, накрывание мяча, результативные передачи).

Методом контроля является *метод наблюдения* в результате, которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимся игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и периоду обучения.

Формой контроля освоения игровых действий являются внутригрупповые игры, соревнования, товарищеские встречи.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

По окончании обучения, педагог составляет аналитическую справку, в которой отражает уровень освоения обучающимися Программы. Так же

подтверждением успешной реализации Программы являются грамоты, дипломы, протоколы соревнований, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.

Успешной реализации Программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: открытые занятия, соревнования, турниры, чемпионаты и т.д.

2.4. Список литературы

Литература для педагогов

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И. Нестеровский, М. ,ИЦ «Академия,2007»
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.
3. примерная рабочая программа по физической культуре В. И. Лях М. Просвещение, 2011г.
4. Программы «Организация работы спортивных секций в школе» А. Н. Каинов 2014г.
5. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А. Водяникова, В.Б.Гаптов, Москва,1984
6. «Физическая культура»Л.Е.Любомирский, Г.Б.Мейксон,В.И.Лях-М.:Просвещение,2001
7. «Физическая культура»,В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клусов-М.:Просвещение,1998.
8. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов:Пособие для учителя/В.И.Лях,Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.-М.:Просвещение,1997,
9. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС,2000
- 10.«Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань»,2003»
- 11.«Физическая культура »Н.В.Решетников Ю.Л. Кислицын Р.Л. Палтикевич Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
- 12.«Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум» ,2007

Литература для детей и родителей

1. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000.-352 с.
2. Венгер Л.А. Педагогика способностей. -М.: Просвещение, 1973. - С.79-81.
3. Жданов Л.Н. Возраст спортивных достижений // Теория и практика физ. культуры . -1996.
4. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист. - М., 1987.
5. В. С. Кузнецов. Упражнения и игры с мячами / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
6. «Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы

Оценочные материалы (*Приложение1*):

- промежуточная и итоговая проверка качества усвоения знаний и навыков обучающихся осуществляется с помощью системы поэтапных аттестационных испытаний в процессе обучения за обучающимися;
- тесты, карты оценки способностей и знаний;
- участие в соревнованиях: городских, республиканских, всероссийских.
- открытые занятия.

3.2. Методические материалы

Методическая литература и методические разработки для обеспечения образовательного процесса (*Приложение2*):

- планы-конспекты

3.3. Календарно-тематическое планирование(*Приложение3*)

3.4. Лист корректировки(*Приложение4*)

Приложение 1

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см)

возраст	пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	Выше среднего	высокий
11 лет	Д	24-28	29-33	34 и выше
	М	25-30	31-35	36 и выше
12 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
13 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 лет	3,8 и менее	3,9-4,0	4,1	3,7 и менее	3,8-4,0	4,0-4,3
12 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
13 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

№	Контрольные упражнения	возраст		
		10 лет	11 лет	12 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)	20	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий)	2	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий)	6	7	8

Материал для проверки знаний по теоретической подготовке

Проверка знаний учащихся проводится в конце учебного года в виде устных ответов по разработанным билетам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе.

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?
5. В какой цвет должен быть окрашен мяч?

6. Сколько таймов в одном матче?
7. Какие бывают броски?
8. Какими бывают передачи?
9. В каком году образовался баскетбол?
10. Сколько длится матч?

1. Какие травмы можно получить при занятиях спортом?
2. Признаки переутомления?
3. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
4. Спортивная одежда баскетболиста?
5. Основные правила в баскетболе?
6. Что такое стандартное положение?

1. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
2. Для чего нужен дневник самоконтроля?
3. Первая помощь при вывихе?
4. Из чего состоит баскетбольный матч?
5. Какие дополнительные правила используются в игре?
6. От чего зависит выбор тактики в игре?
7. Заслуги наших сборных по баскетболу на Олимпийских играх.

Нормативы технической подготовки.

Контрольные упражнения	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3
Бег на 60 м с высокого старта, с	10,0	10,8	11,0
Бег на 1000 м	4,30	5,00	5,30

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Передачи мяча в стену на скорость
5	5	4	18
4	4	3	16
3	3	2	14

технику безопасности при занятиях спортивными играми;

- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры;
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся должны будут уметь:

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;
- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

Диагностическая карта оценки ЗУН обучающихся по Программе «Баскетбол».

Дата проведения диагностики

№	ФИО обучающихся	Знания. Умения. Навыки.														ИТОГО
		знание простейших правил игры	Знание терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности	Знать профилактику травматизма на занятиях	Знание правил проведения соревнований	Выполнение перемещения в стойке	Владение техникой броска одной и двумя руками с места и в движении	Владение технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру	ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления	выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи	комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола	Остановка прыжком после ускорения и остановку в шаге	тестирование		
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
	ИТОГО сформированность ЗУН группы в %															

Педагог ДО

ФИО, подпись ЗУН по

каждому параметру оцениваются по 10 бальной системе, методом наблюдения.

Диагностика проводится не менее трёх раз в год – входная (сентябрь), промежуточная (январь, февраль), итоговая (май).

Приложение 2

Конспект занятия

Тема: Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП.

Тренировочное занятие посвящено проведению игр, которые будут развивать у детей общую физическую подготовку, развивать интерес к занятиям физической культурой и спортом, а так же выявлять индивидуальные качества детей и способствовать их сплоченности в группе. Перед любыми занятиями физической культурой очень важно разогреть все мышцы для предотвращения травм.

Цель: Подготовить мышцы к предстоящей работе. Повысить физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Поднять соревновательный дух у детей.

Задачи:

- 1.Разогреть мышцы и суставы, увеличить их подвижность
- 2.Развитие скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений.
3. Привитие любви к спорту и самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
- 4.Развитие чувства товарищества, коллективизма, взаимопомощи.

Тип занятий: Практическое занятие.

Место проведения: Спортивный зал.

Контингент: учебно-тренировочная группа первый год обучения.

Время: 45мин.

Инвентарь: Фишки, мячи ,скакалки.

Содержание и ход занятия:

Часть учебно-тренировочного занятия	Содержание занятия	Продолжительность	Организационно-методическое указание
Вводно-подготовительная часть 13-16 минут Задача: Обеспечить начальную организацию подготовить мышцы к работе Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани	1.Построение	10 секунд	Огласить задачи
	2.Проверка внешнего вида	1 минута	
	3.Сообщение задач	30 секунд	Легкий бег Следить за правильной осанкой
	4.Бег по залу	5 минут	
	5.Статическое растяжение мышц	30 секунд	Акцентировать внимание на плавном и правильном выполнении
	5.1 Повороты головы (лево, право)	30 секунд	
	5.2 Плечо за		

шеи, головы, рук, туловища, ног и подвижности в суставах	голову (левое, правое)	30 секунд	упражнений
	5.3 Наклоны туловища (право, лево)	30 секунд	
	5.4 Круговые движения тазом (право, лево)	30 секунд	
	5.5 Ноги на ширине плеч, наклоны корпуса к правой, левой ноге.	30 секунд	
	5.6 Выпады правой левой ногой	30 секунд	
	5.7 Перекаты на правую, левую ногу	15 секунд	
	5.8 Круговые движения голеностопом (правый, левый)	15 секунд	
	5.9 Круговые движения коленей в правую левую сторону, внутрь и изнутри	30 секунд	
	5.10 Сели в барьерный шаг (правой, левой ногой)	20 секунд	
	5.11 Ноги согнуть в коленях. Носки тянуть на себя (Бабочка)	15 секунд	
Содействовать общему разогреванию и постепенному вытягиванию организма в работу	5.12 Встали встряхнули все мышцы	10 секунд	Выполнять чаще, бедро выше
	6. Беговые-прыжковые	15 секунд	
	6.1 Бег с	15 секунд	
Итог: учащиеся должны прогреться. Все упражнений вводно-подготовительной части должны выполняться достаточно спокойно, без особых усилий. Беговая разминка увеличивает кровоснабжение в			Колени чуть согнуты

<p>организме, повышает активность мышц, повышает выносливость</p>	<p>вращениями рук вперед ,назад 6.2Высокое поднимание бедра 6.3 Захлест голени 6.4 Приставной шаг в право, в лево 6.5 Попеременно скрестный шаг в правую левую сторону 6.6 Наклон на каждый третий шаг 6.7 Захлест в сторону 6.8 Отведение бедра на каждый шаг 6.9 Махи ногами 6.10 Ускорения с заданиями</p>	<p>15 секунд 15 секунд 15 секунд 15 секунд 15 секунд 15 секунд 15 секунд 30 секунд</p>	
<p>Основная часть 25 минут Задача: Совершенствовать навыки быстроты, ловкости и быстрого принятия решения. Так же выявляет лидерские качества у детей. Развивать быстроту реакции на звуковой сигнал и координационные способности в выполнении</p>	<p>1.Построение. 2.Деление на команды 3.Веселые старты 3.1 Введение мяча ногами. Обвести фишку передать мяч. Команда, которая закончила конкурс первой, получает 1 балл. 3.2 Один мяч в руках второй в ногах. Обвести фишку передать оба мяча.</p>	<p>10 секунд 10 секунд 2 минуты 2 минуты 2 минуты</p>	<p>Правильно обводить фишку</p>

действий из различных положений	Получает 1 балл та команда, которая прибежит первой	2 минуты	Мяч зажат выше колен. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить
	3.3 Бег на скакалке. Каждый игрок бежит на скакалке до фишки огибает ее и возвращается обратно. Побеждает команда, которая прибежит первой.	2 минуты	
	3.4 Зажав между ногами мяч, двигаться прыжками вперед до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку.	10 минут	Следить за тем, что бы с мячом в руках не бегали.
	3.5 В эстафете принимают участие все участники команды, начиная с первого, который бежит до ориентира и обратно, цепляет второго, бегут до ориентира и обратно цепляя третьего и т.д.	5-7 минут	Следить за тем, чтобы игроки не расцепляли руки.
	4. «Ручной мяч»		

	<p>Две команды. Задача каждой команды забежать с мячом за фишки. При этом делать с мячом больше одного шага нельзя. Выигрывает та, команда, которая больше раз зашла с мячом за фишки.</p> <p>4.1 Задача каждой команды сделать 10 передач, это будет считаться голом. Та, команда которая забьет больше голов победила.</p> <p>5. «Поймай всех» Из общей группы выбирается два игрока, которые берутся за руки. Их задача всех заляпать. Каждого игрока которого они ляпают присоединяется к ним. Игра продолжается до тех пор пока всех не заляпают.</p>		
<p>Заключительная часть 5 минут</p> <p>Задача:</p> <p>Восстановить</p>	<p>1. Все встали в круг</p> <p>2. На вдохе потянулись на</p>	<p>15 секунд</p> <p>20 секунд</p>	

дыхание и потянуть разогретые мышцы	выдохе выдохнули (3 раза) 3. Потянуться (руки, туловище, паховые мышцы)	4 минуты	
Итог: Дети зарядились бодростью и энергией. Укрепили здоровье. Повысили свои навыки в быстроте, ловкости, что служит гармоничному и всестороннему развитию ребенка			

Мотивация к деятельности у детей на учебно-тренировочном занятии формируется на основе следующих показателей:

1. Выполнять упражнение правильно, быстрее остальных
2. Получить удовольствие, зарядиться положительными эмоциями
3. Быть в команде и нести ответственность за свои действия.

Контроль за усвоением учебного материала осуществляется по следующим моментам:

1. Отслеживать желания и правильность выполнения задания
2. Следить за безопасностью выполнения упражнений.
3. Кратко анализировать и исправлять ошибки в ходе работы.

Критерии оценки достижения результатов занятия:

1. Эмоциональное состояние детей во время занятия.
2. Уровень выполнения задания: технически правильно, точно и грамотно..
3. Формирование чувства ответственности за товарищей при работе на занятии.

Подведение итога занятия:

Подведение итогов. Выделение лучших качеств у детей. Важно, что тренер - преподаватель не только хвалил лучших учеников, но и выделял успехи более слабых ребят, мотивируя тем самым их на дальнейшее совершенствование. Каждый из детей, добросовестно поработавших на

занятии, должен быть выделен учителем физической культуры. Желательно при этом обратить внимание на наиболее удачные его действия. Тем, кто не проявил должного рвения, на каких-то этапах занятия, надо в мягкой форме указать на это, выделив, однако, и положительные моменты.

Конспект занятия

Тема: Обучение технике передвижения приставными шагами..

Цель: Обучение техники игры в нападении.

Задачи:

Образовательная: Изучение обманных движений (финтов).

Совершенствование ведения мяча.

Оздоровительная: Развитие физических качеств (ловкости, выносливости.)

Воспитательная: Самоконтроль, честность, дружеское отношение друг к

Тип занятий: Практическое занятие.

Место проведения: Спортивный зал.

Контингент: учебно-тренировочная группа первый год обучения.

Время: 45мин.

Инвентарь: мячи.

Содержание материала	Время, дозировка	Организационно-методические указания.
Вводная часть. Построение, расчёт по порядку номеров, рапорт, сообщение задач занятия.	17мин. 1мин.30сек.	Проверка присутствующих.
Ходьба. Бег с прыжками у кольца с двух широких шагов. По сигналу тренера: -приставными шагами правым и левым боком в основной стойке баскетболиста. -движение спиной вперёд. О.Р.У. в ходьбе: -рывки руками на каждый шаг. -круговые вращения руками вперёд, назад. -повороты туловища. -махи ногами вперёд на каждый шаг. -наклоны вперёд на каждый шаг. -ходьба в низком приседе. -прыжки в низком приседе. Свободная игра в баскетбол. 5х5.	30сек. 4мин. 6мин	Следить за осанкой.
Основная часть. Объяснение материала,	60мин. 5мин	Финты перед передачей

<p>Изучение финтов (обманных движений перед передачей и ведением).</p> <p>Работа в тройках.</p> <p>Передачи баскетбольного мяча с сопротивлением, при численном превосходстве нападающих (2х1)</p> <p>Тоже упражнение, но игроки после финта выполняют ведение, а затем передачу.</p> <p>Передачи в колоннах.</p> <p>Мяч у колонны А игрок из команды Б, бежит к игроку команды А и мешает ему выполнять ведение, игрок А выполняет финт, ведёт мяч к команде Б, за 3-4метра делает передачу и затем мешает выполнить ведение игроку команды Б.</p> <p>Эстафета:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ведение мяча с разной высотой отскока без зрительного контроля. -ведение мяча «змейкой», бросок в кольцо. -ведение мяча с поворотом, бросок в кольцо. -ведение в низком приседе. -ведение двух мячей двумя руками. -ведение при движении спиной вперед. -ведение, передача капитану (который стоит сбоку в двух метрах от трёх секундной зоны), рывок под кольцо, получить мяч от капитана и сделать бросок в кольцо. <p>Баскетбол 5х5.</p> <p>Заключительная часть.</p> <p>Броски в кольцо со средней дистанции с семи точек.</p> <p>Уборка инвентаря.</p> <p>Подведение итогов тренировки.</p>	<p>5мин.</p> <p>5мин.</p> <p>7мин.</p> <p>18мин.</p> <p>20мин.</p> <p>13мин.</p>	<p>или ведением мяча: чтобы скрыть от противника передачу, игрок с мячом в руках должен выполнить руками ряд движений с большой амплитудой.</p> <p>Например: поднять мяч высоко над головой</p> <p>выполнить полный круг руками вправо, затем влево, резко опустить мяч и выполнить передачу или ведение мяча.</p> <p>Также перед передачей можно использовать ложные замахи, перед ведением - ложные выпады.</p> <p>.</p> <p>Учитывать скорость, технику выполнения ведения, точность бросков, удержание и контроль мяча при поворотах.</p> <p>.</p> <p>Удержание и контроль мяча при выполнении финтов.</p> <p>10 попаданий с каждой точки.</p>
---	--	---

Конспект занятия

Тема: Обучение передаче мяча двумя руками от груди.

Цель: Обучение техники игры в нападении.

Задачи урока:

- воспитывать скоростно-силовые качества с помощью общеразвивающих, основных упражнений и дополнительных заданий;
- учить согласованному движению рук и ног при ловле и передаче мяча двумя руками от груди с шагом;
- учить работе рук при ведении мяча в высокой стойке в движении по прямой.

Тип занятий: Практическое занятие.

Место проведения: Спортивный зал.

Контингент: учебно-тренировочная группа первый год обучения.

Время: 45 мин.

Инвентарь: один мяч на двух учащихся, стойки с плакатами с обозначением номера станции и описанием упражнений.

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Методические указания
Подготовительная часть			До урока вместе с дежурными установить стойки с плакатами с обозначением номера станции и описанием упражнений.
	1. Построение, приветствие, сообщение задач урока.	1 мин.	Обратить внимание на форму, дисциплину строя.
	2. Ходьба	30 сек.	В колонне по одному, интервал 1,5 м.
	3. Бег: - обычный; - спиной вперёд;	1 мин.	Темп спокойный
	4. Чередование бега лицом и спиной вперёд по команде учителя.	30 сек.	Темп бега несколько увеличить. Команды подавать неожиданно, через разные промежутки времени.
	5. Перемещение приставными шагами правым и левым боком по периметру баскетбольной площадки.	30 сек.	По лицевым линиям правым боком, по боковым – левым. Ступни не перекрещивать.
	6. Бег в чередовании с остановками прыжком, имитацией передачи и ловли двумя руками от груди на месте.	30 сек.	Остановка по свистку. Обратить внимание на согласованность движения рук и ног.

7. Ходьба	30 сек.	Постепенно замедляя скорость
8. Круговая тренировка:	8 мин.	Перестроение из колонны по одному в колонну по шесть. Кратко объяснить расположение 6 станций, назначение упражнений и их содержание. По свистку быстро занять места на станциях. Со станции на станцию переходить по свистку учителя.
- И.П.- Упор на согнутые руки, стоя в 1 м от стенки. Отталкивания от стенки.	30 сек.	Переходя на эту станцию, учащиеся должны самостоятельно размять кисти. Обратить внимание на заключительное движение кистями.
- И.П.- Стойка баскетболиста. Рывок от лицевой линии до линии штрафного броска, остановка прыжком, бег спиной вперёд до лицевой линии.	30 сек	Шаги частые и короткие. Остановки выполнять поочередно поворотом направо и налево.
- И.П.- Лёжа на спине, ноги врозь, руки за голову в сцеплении. Сгибание туловища и доставание локтем разноимённой руки ноги.	30 сек	Колени не сгибать. Обязательно касаться локтем колена.
- И.П.- Стойка баскетболиста, выпад вперёд правой (левой) ногой, отталкивание ею от площадки и возвращение в и. п.	30 сек	Отталкиваться как можно мощнее и быстрее, постепенно увеличивая ширину выпада. Опорную ногу не сдвигать с места.
- И.П.- Лёжа на груди, руки за головой в сцеплении. Наклон назад.	30 сек	Ноги от пола не отрывать.
- Стойка баскетболиста в 0,5 м лицом к гимнастической стенке. Напрыгивание на рейку гимнастической	30 сек	Стараться напрыгнуть на более высокую рейку. Напрыгивание зафиксировать с помощью рук.

	стенки.		
Основная часть	1.Ловля и передача мяча от груди на месте в парах.	2 мин.	Построение в две шеренги лицом друг к другу, на расстоянии 3 м. Согласованность движений рук и ног, захлёстывающие движения кистями.
	2. Передача мяча двумя руками от груди с шагом вперёд сзади стоящей ногой, ловля с шагом назад.	2 мин	Увеличить расстояние до 3,5 м. Согласованность движений рук и ног.
	3. Прыжки на левой ноге до боковой линии и обратно на правой.	3 серии / 2 мин.	Соревнование: какая шеренга выполнит быстрее.
	4. Ловля и передача двумя руками от груди с шагом вперёд.	2 мин.	Шагая навстречу мячу, при ловле не отворачивать голову, смотреть на мяч. Согласованность движений рук и ног.
	5.Ведение правой и левой рукой на месте партнёру от груди двумя руками.	2 мин.	Правильное положение кисти на мяче и длительное его сопровождение пальцами. Мяч передавать партнёру по команде учителя.
	6. Ведение мяча правой и левой рукой шагом по прямой от одной боковой линии к другой и обратно.	2 мин.	Построение в две шеренги вдоль боковой линии лицом друг к другу; до противоположной боковой линии мяч вести правой рукой, обратно левой и передать партнёру. Кисть на мяч накладывать сверху и немного сзади.
	7. Прыжки на двух ногах на месте, подтягивая колени к груди.	Дев. 3 сер / 6 раз	Прыжки выполнять во время ведения партнёра. Туловище держать прямо.
	8. Зонный вариант игры «Борьба за мяч»	Мал.3 сер / 8 раз 10 мин.	4 команды. В зависимости от числа игроков в команде каждую половину площадки поделить мелом на такое же количество зон. Две команды играют на одной половине, две на другой. В каждой зоне действуют по одному игроку из

			обеих команд. Мяч можно передавать только в соседнюю зону. Команда, сделавшая подряд 6 передач, получает очко. Ведение запрещено.
заключительная	1.Лёгкий бег	30 сек.	В колонну по одному. Дежурный убирает инвентарь.
	2.Ходьба		
	3.Подведение итогов урока	2 мин.	Отметить наиболее активных, и пассивных в игре «Борьба за мяч», лучших в овладении ведением и передачей.
	4.Домашнее задание	1 мин.	Комплекс упражнений со скакалкой.

Приложение 3

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КЕРЧИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
"ШКОЛА №10 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА И.Е.ПЕТРОВА"**

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МО учителей
начальных классов

_____ ИР.Н.Остапенко

«__» _____ 2022г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по УВР

_____ И.В.
Курилова

«__» _____ 2022
г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ г.Керчи РК
"Школа №10 имени Героя
Советского Союза
И.Е.Петрова"

_____ К.В.Павловский

«__» _____ 2022 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

объединения «Баскетбол»

**(физкультурно-спортивная направленность развития личности
школьника)**

2022 /2023 учебный год

Педагог: Ибрагимов Руслан Эрфанович

Количество часов в неделю - 1 /на год – 34 ч

Планирование составлено на основе программы:

Дополнительная образовательная программа творческого объединения
«Баскетбол», принятой на педагогическом совете, протокол №2 от
30.08.2022г.

Керчь

2022г.

Название объединения "Баскетбол"

№	Тема урока	Вид учебной деятельности	Дата проведения		Примечание (корректировка)
			план	факт	
1	Вводный урок. Техника передачи.	Инструктаж Т.Б Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 6—8 мин Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками от груди	06.09		
2	Техники передачи в движении	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ с мячами. Бег в медленном темпе 6-8мин .Техники передачи мяча двумя руками от груди в движении. Штрафные броски по парам.	13.09		
3	Техники передачи в движении	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ с мячами. Бег в медленном темпе 6-8мин .Техники передачи мяча двумя руками от груди в движении. Штрафные броски по парам.	20.09		
4	Совершенствование техники передачи	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 6-8мин.Совершенствование техники передачи мяча на месте и (в движении) двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу.Штрафные броски по парам.	27.09		
5	Совершенствование техники передачи	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 6-8мин.Совершенствование техники передачи мяча на месте и (в движении) двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу.Штрафные броски по парам.	04.10		
6	Совершенствование техники передачи	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 6-8мин.Совершенствование техники передачи мяча на месте и (в движении) двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу.Штрафные броски по парам.	11.10		
7	Совершенствование техники передачи	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 6-8мин.Совершенствование техники передачи мяча на месте и (в движении) двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Штрафные броски по парам.	18.10		
8	Техника ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с	25.10		

		изменением направления и высотой отскока .Броски в корзину двумя руками с места			
9	Техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока.	08.11		
10	Техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока.	15.11		
11	Техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока.	22.11		
12	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке.	29.11		
13	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке.	06.12		
14	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке.	13.12		
15	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке.	20.12		
16	Совершенствование техники ведения	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 7-9мин .Техника	27.12		

	мяча на месте и в движении.	ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Норматив.			
17	Два шага, бросок мяча в кольцо.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 10 мин. Два шага, бросок мяча в кольцо. . Учебная игра в баскетбол(тактика игры).	10.01		
18	Два шага, бросок мяча в кольцо.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 10 мин. Два шага, бросок мяча в кольцо. . Учебная игра в баскетбол(тактика игры).	17.01		
19	Два шага, бросок мяча в кольцо.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 10 мин. Два шага, бросок мяча в кольцо. . Учебная игра в баскетбол(тактика игры).	24.01		
20	Два шага, бросок мяча в кольцо .	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 12 мин. Два шага, бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол без ведения мяча(тактика игры).	31.01		
21	Два шага, бросок мяча в кольцо .	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 12 мин. Два шага, бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол без ведения мяча(тактика игры).	07.02		
22	Два шага, бросок мяча в кольцо	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 12 мин. ОФП. Два шага, бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол без ведения мяча(тактика игры).	14.02		
23	Два шага, бросок мяча в кольцо	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 12 мин. ОФП. Два шага, бросок мяча в кольцо. Игра в баскетбол без ведения мяча(тактика игры).	21.02		
24	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 13 мин. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в баскетбол (тактика игры).	28.02		
25	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 13 мин. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в баскетбол (тактика игры).	07.03		
26	Броски мяча в кольцо двумя	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 13 мин. Броски	14.03		

	руками от груди.	мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в баскетбол (тактика игры).			
27	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег в медленном темпе 13 мин. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра в баскетбол (тактика игры).	28.03		
28	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 500м. ОФП	04.04		
29	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 500м. ОФП	11.04		
30	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 700м. ОФП	18.04		
31	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 700м. ОФП	25.04		
32	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 700м. ОФП	02.05		
33	ОФП	ИБЖД№58.Строевые упражнения. ОРУ. Бег по стадиону 1000м. ОФП. Норматив.	16.05		
34	Соревнования.	ИБЖД№58.Разминка: бег, ору, броски. Игра в баскетбол.	23.05		

Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Баскетбол»

[illegible]