

Муниципальное автономное образовательное  
Учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

Ул. Декабристов 12, с. Аромашево, Тюменская область, 627350, тел/факс  
8(34545)2-04-54

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 5  
от «28» июля 2023г.

Утверждено:

Директором: МАОУ ДО  
«Дом детского творчества»  
Е.А. Казанцева  
от «28» июля 2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
«Баскетбол»**

**Направленность:** физкультурно-спортивная

**Объем:** 468 часов

**Срок реализации:** 2 года

**Возрастная категория:** 11-18 лет

**Место реализации:** с. Аромашево, ул. Декабристов, д.12

Автор-составитель:  
Егорова Ольга Дмитриевна,  
педагог дополнительного образования

с.Аромашево

2023г

## Оглавление

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цели и задачи программы

1.3. Содержание программы

1.4. Планируемые результаты

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

2.2. Формы аттестации и оценочные материалы

2.3. Рабочая программа

2.4. Рабочая программа воспитания

2.5. Условия реализации программы

Список используемой литературы

Приложения

## Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенции ООН о правах ребенка,
- Конституции РФ,
- закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ФЗ “Об основных гарантиях прав ребенка РФ” от 24.07.98 № 124-ФЗ,
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Письмо Минпросвещения РФ от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ,
- Устав МАОУ ДО «Дом детского творчества».

Программа «Баскетбол» по содержательной, тематической направленности является *физкультурно-спортивной*; по функциональному назначению – учебно-познавательной; по форме организации - групповой; по времени реализации – двухгодичной.

Программа «Баскетбол» предназначена для детей и подростков от 11 до 18 лет и направлена на обеспечение физической подготовки и укрепления здоровья.

Содержание программы нацелено на формирование физической культуры творческой личности, на приобщение учащихся к развитию потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. Содержание программы расширяет представления учащихся о спортивно-массовой работе, знакомит с историей развития игры в баскетбол, с именами выдающихся спортсменов-баскетболистов, содействует гармоничному, физическому развитию.

Изучение данного курса актуально в связи с особым вниманием Правительства РФ к молодежи, ее ориентированию на здоровый образ жизни.

**Актуальность** данной программы обусловлена также ее практической значимостью. Дети могут применить полученные знания и практический опыт при подготовке к спортивной олимпиаде.

В основе формирования способности к занятиям физической культурой, в частности баскетболом, лежат два главных вида деятельности учащихся: это творческая практика и изучение теории. Ценность необходимых для занятий

физической культурой (баскетболом) знаний определяется прежде всего их системностью, ведущим структурообразующим элементом которой является постоянная практическая игра.

В соответствии с концепцией учебного плана, принятой в ОУ, программа курса рассчитана на:

- изучение техники и тактики игры в баскетбол;
- освоение навыков игры в баскетбол;
- овладение приемами игры в баскетбол;
- повышение интереса к спорту и физической культуре;
- воспитание стремления заниматься баскетболом;
- развитие физических способностей и укрепление здоровья.

Структура программы состоит из 2 образовательных блоков: *теория, практика*.

Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование практического опыта.

Практические задания способствуют развитию у детей творческих способностей, умения создавать ситуации, требующие умелого и решительного применения знаний, умений, навыков.

**Адресат программы:** дети в возрасте 11-18 лет.

**Объем и сроки освоения программы:** программа рассчитана на 468 академических часа: на 144 часа для первого года обучения; на 324 часов для год второго года обучения.

**Режим занятий:** первый год - два раза в неделю по два часа, второй год – три раза в неделю по два часа.

**Форма обучения по программе:** очная

**Формы работы:** индивидуальные, коллективные, объединение детей в подгруппы.

**Виды деятельности:** индивидуальное, технически правильное осуществление двигательных действий данного вида спорта и применение в двухсторонней игре между группами. Использование и умение разрабатывать двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, контролировать и регулировать функциональное состояние организма при физической нагрузке, управлять своими эмоциями, владеть культурой общения, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, умело использовать современный спортивный инвентарь и оборудование.

**Формы занятий:** основными формами учебно-тренировочного процесса являются групповые занятия, индивидуальные, а также участие в матчах, встречах, соревнованиях.

**Метод поощрения.** Метод поощрения – это способ одобрения поступков и успехов детей, вызывающих стремление добиться высокой активности в спорте и более лучших результатов. В качестве поощрения можно использовать грамоты, значки, жетоны, медали, призы, поездки, благодарность родителям за воспитание ребенка и их поддержку в занятиях спортом. Особое место как поощрение играют материальные стимулы.

**Метод оценки.**

Положительная оценка словом, взглядом, жестом стимулирует занятия спортом. Чтобы проверить и оценить результаты, после выполнения задания необходимо показать лучшие выполнения заданий с мячом, движений на площадке, броска в корзину. Отмечая те, где наиболее удачно выполнена поставленная задача. Не захваливать, но и стараться не обойти вниманием каждого ребенка. Такой способ оценки результатов детских увлечений спортом дает стимул к совершенствованию и желание достичь большего.

В работе по программе используются педагогические принципы:

#### **Принцип доступности**

Раннее полученные знания должны обеспечить выполнение требований нового уровня. Обучение ведется от простого к сложному.

#### **Принцип систематичности, последовательности**

Учебный материал изучается в системе, педагог вместе с детьми идет от простых знаний к более сложным.

#### **Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей**

Благодаря индивидуальному подходу педагог стимулирует развитие каждого ребенка, что необходимо для совершенствования его способностей и талантов.

#### **Принцип наглядности**

Обучение должно быть наглядным, чтобы каждое знание опиралось на живое восприятие и представление, для этого необходимо использовать наглядные пособия с показом выполнения отдельных упражнений, элементов игры.

#### **Принцип занимательности**

Успех обучения во многом зависит от того, какие методы и приемы использует педагог, чтобы донести до детей определенное содержание, сформировать у них знания, умения, навыки через показ отдельных элементов игры в баскетбол известных баскетболистов, показ фильмов, фотографий, альбомов и встреч с ветеранами спорта.

#### **Стили педагогического общения:**

- Общение на основе дружеского, заинтересованного расположения к детям;

- Общение на основе совместной творческой деятельности, вызывающей желание заниматься спортом, в частности баскетболом.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

При очной форме освоения программа реализуется в группах обучающихся одного возраста. Состав группы – постоянный. Группа состоит из 10 - 15 человек.

Занятия проводятся: первый год - два раза в неделю по два часа, второй год – три раза в неделю по три часа. Количество академических часов в неделю – 4 часа для первого года обучения, 9 часов для второго года обучения. Общее количество часов по программе – 468: 144 часа для первого года обучения и 324 часов для второго года обучения. Продолжительность академического часа – 40 минут.

## **1.2 Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** овладение способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий баскетболом и содействие всестороннему развитию личности.

### **Задачи:**

#### **Предметные задачи первого года обучения:**

- Обучение техники приемов и передач мяча в парах.
- Обучение основным приемам техники и тактики игры.
- Обучение ведению мяча.

#### **Метапредметные задачи первого года:**

- Формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях
- Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

#### **Личностные задачи первого года обучения.**

- Формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- Воспитание моральных и волевых качеств;
- Развитие чувства коллективизм

#### **Предметные задачи второго года обучения:**

- Восстановить и расширить знания, умения и навыки игры в баскетбол первого года обучения.
- Подготовка к дальнейшей специализации по баскетболу.
- Подготовка к участию в районных и дружеских встречах.

#### **Метапредметные задачи второго года обучения:**

- Дальнейшее развитие основных физических качеств при игре в баскетбол (ловкость, сила, скорость, выносливость)
- расширение функциональных возможностей основных систем организма, обогащение двигательного опыта жизненно-важными двигательными навыками и умениями.
- коррекция физического развития, формирование правильной осанки посредством работы с мячами;

#### **Личностные задачи с детьми второго года обучения.**

- воспитать чувство товарищества посредством участия в командных действиях;
- воспитать чувство личной ответственности;
- воспитание у воспитанников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- формирование привычки и любви к мячу и баскетболу.

## 1.3 Содержание программы

### Учебный план

№	Учебный раздел	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1	Первый год обучения стартового уровня	144	7	137	Наблюдение, беседа, индивидуальные и групповые задания
2	Второй год обучения стартового уровня	324	28	296	Наблюдение, беседа, индивидуальные и групповые задания
<b>Итого:</b>		<b>468</b>	<b>35</b>	<b>433</b>	

### Учебный план первого года обучения

№	Содержание учебных разделов Содержание тем	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1	Техника безопасности на занятиях	1	1	-	Беседа
2	Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1	-	Беседа
3	Правила игры в баскетбол.	5	1	4	Беседа, учебная игра
4	Общая и специальная физическая подготовка	4	1	3	Беседа, учебная игра
5	Изучения техники и тактики игры	20	1	19	Беседа, учебная игра
6	Ведение мяча на месте	3		3	Практическое занятие, учебная игра
7	Бросок мяча одной рукой с места	7		7	Практическое занятие, учебная игра
8	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	4		4	Практическое занятие, учебная игра
9	Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения	8		8	Практическое занятие, учебная игра
10	Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении	5		5	Практическое занятие, учебная игра
11	Ведения мяча в движении шагом	5		5	Практическое занятие, учебная игра

12	Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
13	Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры.	60	2	58	Практическое занятие, учебная игра
14	Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации	2	-	2	Практическое занятие, учебная игра
15	Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
16	Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м.	5		5	Практическое занятие, учебная игра
17	Экскурсии, посещения соревнований	1	-	1	Наблюдение
18	Контрольные игры и соревнования	2	-	2	Контрольная игра
19	Контрольные испытания	1	-	1	Экзамен
20	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>7</b>	<b>137</b>	

## Содержание учебного плана первого года обучения

### Теоретическая подготовка.

1. Техника безопасности на занятиях (1ч)
2. Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. (1ч.)
3. Правила игры в баскетбол. (1ч.)
4. Общая и специальная физическая подготовка (1 ч.)
5. Изучение техники и тактики игры (1 ч.)
6. Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры. (2 ч.)

### Практическая подготовка.

1. Правила игры в баскетбол (4 ч.)
2. Общая и специальная физическая подготовка (3 ч.)
3. Изучение техники и тактики игры (19 ч.)
4. Ведение мяча на месте (3ч.)
5. Бросок мяча одной рукой с места (7 ч.)
6. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте (4 ч.)
7. Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения (8ч.)
8. Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении (5ч.)
9. Ведения мяча в движении шагом (5 ч.)
10. Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах (5ч.)
11. Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры. (58 ч.)
12. Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации (2 ч.)
13. Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. Бег (5ч.)

14. Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м. (5ч.)
15. Экскурсии, посещения соревнований (1 ч.)
16. Контрольные игры и соревнования (2 ч.)
17. Контрольные испытания (1ч.)

### Учебный план второго года обучения (9ч в неделю)

№	Содержание учебных разделов Содержание тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Введение (Вводное занятие) Техника безопасности на занятиях. Физкультура и спорт в РФ. (Баскетбол).	1	1	-	Беседа
2	Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1	-	Беседа
3	Правила игры в баскетбол.	15	1	14	Беседа, учебная игра
4	Общая и специальная физическая подготовка	4	1	3	Беседа, учебная игра
5	Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры.	150	4	146	Беседа, учебная игра
6	Изучения техники игры	35	10	25	Беседа,
7	Техника перемещений	10	3	7	учебная игра
8	Техника нападения	10	3	7	Беседа,
9	Броски мяча в корзину	29	4	25	учебная игра
10	Техника защиты	26	-	26	Практическое занятие, учебная игра
11	Вырывание	5		5	Практическое занятие, учебная игра
12	Выбивание	5		5	Практическое занятие, учебная игра
13	Накрывание	10		10	Практическое занятие, учебная игра
14	Перехват	3		3	Практическое занятие, учебная игра
15	Индивидуальные действия	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
16	Групповые взаимодействия	5		5	Практическое занятие, учебная игра

17	Подстраховка	2		2	Практическое занятие, учебная игра
18	Переключение	2		2	Практическое занятие, учебная игра
19	Контрольные игры и соревнования	4	-	4	Контрольная игра
20	Контрольные испытания	1	-	1	Экзамен
21	Экскурсии, посещения соревнований.	1	-	1	Наблюдение
22	<b>Итого:</b>	<b>324</b>	<b>28</b>	<b>296</b>	

## **Содержание учебного плана второго года обучения**

### **Теоретическая подготовка.**

1. Введение (Вводное занятие) Техника безопасности на занятиях. Физкультура и спорт в РФ. (Баскетбол). (1ч)
2. Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль (1 ч.)
3. Правила игры в баскетбол (1ч.)
4. Общая и специальная физическая подготовка (1ч.)
5. Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры. (4 ч.)
6. Изучение техники игры (10 ч.)
7. Техника перемещений (3ч.)
8. Техника нападения (3 ч.)
9. Броски мяча в корзину (4 ч.)

### **Практическая подготовка.**

1. Правила игры в баскетбол (14 ч.)
2. Общая и специальная физическая подготовка (3ч.)
3. Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры. (146 ч.)
4. Изучение техники игры (25 ч.)
5. Техника перемещений (7 ч.)
6. Техника нападения (7 ч.)
7. Броски мяча в корзину (25 ч.)
8. Техника защиты (26 ч.)
9. Вырывание (5ч.)
10. Выбивание (5ч.)
11. Накрывание (10 ч.)
12. Перехват (3ч.)
13. Индивидуальные действия (5ч.)
14. Групповые взаимодействия (5 ч.)
15. Подстраховка (2 ч.)
16. Переключение (2ч.)
17. Контрольные игры и соревнования (4ч.)

18. Контрольные испытания (1ч.)

19. Экскурсии, посещения соревнований (1ч.)

#### 1.4. Планируемые результаты

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся, стремящихся вести здоровый образ жизни.

*Техническая подготовка:*

Занимающийся в секции должен:

- Владеть всеми известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.

- Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы.

- Владеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей.

- Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

*Тактическая подготовка:*

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

- Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива.

- Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите.

- Форсированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника.

- Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

Знать и иметь представление:

- Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;

- о способах и особенностях движений и передвижений человека,

- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;

- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;

- о физических качествах

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;

- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения;

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; - воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

- воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,

- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,

- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

## **Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1 Календарный учебный график**

Занятия проводятся согласно расписанию первый год - два раза в неделю по два часа, второй год – три раза в неделю по три часа. Количество академических часов в неделю – 4 часа для первого года обучения, 9 часов для второго года обучения. Общее количество часов по программе – 468: 144 часа для первого года обучения и 324 часов для второго года обучения. Продолжительность академического часа – 40 минут. Срок реализации программы – 2 года.

Год обучения, срок учебного года (продолжительность обучения)	Форма обучения	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия	Всего академических часов	Количество академических часов в неделю
1 год обучения (стартовый уровень) с 1.09.23 по 31.08.24	Очная	2 раза в неделю по 2 часа (1 ак.час – 40 мин)	144	4
2 год обучения (стартовый уровень) С 1.09.24.31.08.25	Очная	3 раза в неделю по 3 часа (1 ак.час – 40 мин)	324	9

## **2.2. Формы аттестации и оценочные материалы**

### **Формы аттестации**

В процессе обучения применяются следующие виды контроля:

1. Вводный. Он проводится в начале каждого занятия и направлен на определение степени готовности учащихся с целью планирования работы на занятия.
2. Текущий. Проводится в процессе занятия и направлен на закрепление практических умений и навыков.
3. Итоговый. Проводится по завершению обучения.

Анализ результатов освоения программы осуществляется следующими способами:

- при очной форме освоения программы текущий контроль знаний осуществляется в процессе наблюдения за индивидуальным выполнением задания, этапный и итоговый контроль умений и навыков осуществляется после выполнения контрольного итогового занятия.

Отзывы детей и родителей при любой форме реализации программы дают информацию об уровне освоения материала, о степени удовлетворенности качеством реализации программы.

Количество детей, продолживших обучение в учреждении после освоения общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» также учитывается при общей оценке уровня её реализации.

Аттестация проводится по окончании программы – осуществляется проверка результатов обучения, определяется уровень освоения обучающимися системы знаний, умений и навыков, полученных в процессе изучения программы. Аттестация проходит в форме просмотра выполнения элементов и правил игры в баскетбол каждого обучающегося. а в объединении проводится в конце обучения. На заключительном занятии подводятся взаимодействия всей группы, позволяющие оценить уровень освоения детьми практической части программы, анализируется степень умений и навыков игры, поощряются лучшие учащиеся.

### **Оценочные материалы**

#### **Контроль за результатами освоения программы:**

На всех этапах подготовки проверка усвоения пройденного материала производится на основании выполнения нормативных показателей общей специальной физической подготовки и игровой практики.

#### **Способы проверки, отслеживания и оценивания выполнения образовательной программы:**

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

#### **Формы подведения итогов реализации программы:**

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры.

## **2.3. Рабочая программа**

### **Рабочая программа первого года обучения**

**Цель программы:** овладение способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий баскетболом и содействие всестороннему развитию личности.

#### **Задачи:**

##### **Предметные задачи:**

- Обучение техники приемов и передач мяча в парах.
- Обучение основным приемам техники и тактики игры.
- Обучение ведению мяча.

##### **Метапредметные задачи:**

- Формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях
- Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;
- Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

##### **Личностные задачи:**

- Формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом;
- Воспитание моральных и волевых качеств;
- Развитие чувства коллективизм

### **Планируемые результаты**

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся, стремящихся вести здоровый образ жизни.

Занимающийся в секции должен:

- Овладеть всеми известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.
- Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы.
- Овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей.
- Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

## Учебный план первого года обучения (4 ч. в неделю)

№	Содержание учебных разделов Содержание тем	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1	Техника безопасности на занятиях	1	1	-	Беседа
2	Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1	-	Беседа
3	Правила игры в баскетбол.	5	1	4	Беседа, учебная игра
4	Общая и специальная физическая подготовка	4	1	3	Беседа, учебная игра
5	Изучения техники и тактики игры	20	1	19	Беседа, учебная игра
6	Ведение мяча на месте	3		3	Практическое занятие, учебная игра
7	Бросок мяча одной рукой с места	7		7	Практическое занятие, учебная игра
8	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	4		4	Практическое занятие, учебная игра
9	Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения	8		8	Практическое занятие, учебная игра
10	Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении	5		5	Практическое занятие, учебная игра
11	Ведения мяча в движении шагом	5		5	Практическое занятие, учебная игра
12	Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
13	Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры.	60	2	58	Практическое занятие, учебная игра
14	Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации	2	-	2	Практическое занятие, учебная игра
15	Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
16	Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м.	5		5	Практическое занятие, учебная игра
17	Экскурсии, посещения соревнований	1	-	1	Наблюдение

18	Контрольные игры и соревнования	2	-	2	Контрольная игра
19	Контрольные испытания	1	-	1	Экзамен
20	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>7</b>	<b>137</b>	

### **Рабочая программа второго года обучения**

**Цель программы:** овладение способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий баскетболом и содействие всестороннему развитию личности.

#### **Задачи:**

##### **Предметные задачи:**

- Восстановить и расширить знания, умения и навыки игры в баскетбол первого года обучения.
- Подготовка к дальнейшей специализации по баскетболу.
- Подготовка к участию в районных и дружеских встречах.

##### **Метапредметные задачи:**

- Дальнейшее развитие основных физических качеств при игре в баскетбол (ловкость, сила, скорость, выносливость)
- расширение функциональных возможностей основных систем организма, обогащение двигательного опыта жизненно-важными двигательными навыками и умениями.
- коррекция физического развития, формирование правильной осанки посредством работы с мячами;

##### **Личностные задачи:**

- воспитать чувство товарищества посредством участия в командных действиях;
- воспитать чувство личной ответственности;
- воспитание у воспитанников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- формирование привычки и любви к мячу и баскетболу.

### **Планируемые результаты**

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся, стремящихся вести здоровый образ жизни.

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

- Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива.
- Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите.

- Форсированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника.

- Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

Знать и иметь представление:

- Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;

- о способах и особенностях движений и передвижений человека,

- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;

- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;

- о физических качествах

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;

- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения;

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; - воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

- воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,

- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,

- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

### Учебный план второго года обучения (9 ч. в неделю)

№	Содержание учебных разделов Содержание тем	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Введение (Вводное занятие) Техника безопасности на занятиях. Физкультура и спорт в РФ. (Баскетбол).	1	1	-	Беседа
2	Сведения о строении и функциях	1	1	-	Беседа

	организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.				
3	Правила игры в баскетбол.	15	1	14	Беседа, учебная игра
4	Общая и специальная физическая подготовка	4	1	3	Беседа, учебная игра
5	Основы техники и тактики игры. Двухсторонние игры.	150	4	146	Беседа, учебная игра
6	Изучения техники игры	35	10	25	Беседа,
7	Техника перемещений	10	3	7	учебная игра
8	Техника нападения	10	3	7	Беседа,
9	Броски мяча в корзину	29	4	25	учебная игра
10	Техника защиты	26	-	26	Практическое занятие, учебная игра
11	Вырывание	5		5	Практическое занятие, учебная игра
12	Выбивание	5		5	Практическое занятие, учебная игра
13	Накрывание	10		10	Практическое занятие, учебная игра
14	Перехват	3		3	Практическое занятие, учебная игра
15	Индивидуальные действия	5	-	5	Практическое занятие, учебная игра
16	Групповые взаимодействия	5		5	Практическое занятие, учебная игра
17	Подстраховка	2		2	Практическое занятие, учебная игра
18	Переключение	2		2	Практическое занятие, учебная игра
19	Контрольные игры и соревнования	4	-	4	Контрольная игра
20	Контрольные испытания	1	-	1	Экзамен
21	Экскурсии, посещения соревнований.	1	-	1	Наблюдение
22	<b>Итого:</b>	<b>324</b>	<b>28</b>	<b>296</b>	

## 2.4. Рабочая программа воспитания

**Воспитание** – процесс обучения, защиты, заботы о детях с целью их здорового развития.

**Цель воспитания** – создание условий для разностороннего развития личности; развитие представления о моральных нормах и правилах нравственного поведения; воспитание творчески растущую личность, подготовленную к жизнедеятельности в новых условиях.

**Планируемые результаты** - формирование полезных привычек, самостоятельности, повышение качества обучения учащихся, развитие индивидуальности и интереса к изучаемым предметам.

### **Календарный план воспитательной работы**

Ноябрь	Учимся, дружим, играем.	Развить активность детей.
Декабрь	Праздник «Новый год»	Принять участие в празднике.
Январь	Рождественская выставка.	Расширить знания детей.
Февраль	Валентинов день. «Игра»	Повысить любовь к Отечеству.
Март	Беседа, посвящённая 8 марта.	Расширить знания детей.
Апрель	Космическое путешествие ко Дню космонавтики.	Расширить знания детей о космонавтике.
Май	Соревнования между школами	Развивать умения навыки в спорте.

### **2.5. Условия реализации программы**

#### **Методическое обеспечение образовательного процесса**

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете изучения.

При всей важности освоения теоретических знаний следует учитывать, что они являются средством для достижения главной цели обучения, основой для практических занятий. Методическим принципом организации творческой практики детей выступает опора на систему усложняющихся заданий.

Методический прием оценки и самооценки призван культивировать чувство собственной неудовлетворенности (удовлетворенности), основанное на противоречии между созданным в спорте идеальным образом и ее конкретным воплощением. Это чувство заставляет ребенка вновь обращаться к уже выработанному навыку, приему, с целью его усовершенствования, и тем самым оно становится психологической основой для развития физических

способностей и стремления совершенствоваться.

Для преодоления трудностей, возникающих по ходу обучения, ребенку может быть предложен ряд упражнений, направленных на формирование необходимых навыков.

Среди методов, направленных на стимулирование деятельности обучающегося, можно выделить методы, связанные непосредственно с содержанием этой деятельности, а также методы, воздействующие на нее извне путем создания на занятиях обстановки, располагающей к деятельности: подбор увлекательных и посильных ребенку заданий, проблемная ситуация, использование эвристических приемов, создание на занятиях доброжелательного психологического климата, внимательное и бережное отношение к детскому возрасту, восприятию, индивидуальный подход.

Значительно оживить занятие, придать ему характер творческого соревнования можно с помощью введения игровых ситуаций.

В значительной мере интерес формируется под влиянием различных жизненных впечатлений. Поэтому важной задачей педагога остается консультирование ребенка, содействие в ознакомлении с жизнью и достижениями спортсменов, товарищей по группе, в посещении стадионов, соревнований, в организации походов, способствующих расширению кругозора.

И, наконец, необходимо всячески поощрять активность обучающихся, их участие в различных формах выступлений, соревнованиях.

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме коллективного обсуждения во время проведения соревнования. В процессе прохождения соревнования происходит обсуждение оригинальности использованного приема и его воплощения спортсменом, сравнение различных способов владения мячом. В конце года готовится соревнование и проводятся контрольные испытания, в которых участвуют все обучающиеся.

Методика реализации программы основывается на гуманитарно-целостном и компетентностном подходах к осуществлению поставленной цели.

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание учебного курса, предполагают наличие спортивного зала.

### **Материально-техническое обеспечение.**

Для занятий по программе «Баскетбол» необходимы следующие оборудование и инвентарь:

- щиты с кольцами (два комплекта),
- щиты тренировочные с кольцами (4 шт.),
- шахматные часы (1 шт.),
- стойка для обводки (6 шт.),
- гимнастическая стенка (4 пролета),
- гимнастический трамплин (1 шт.),
- гимнастические скамейки (4 шт.),
- гимнастические маты (3 шт.),

- скакалки (15-25 шт.),
- мячи набивные различной массы (20 шт.),
- гантели различной массы (10 шт.),
- мячи баскетбольные (20-25 шт.),
- насос ручной со штуцером (2 шт.),
- рулетка (1 шт.),
- макет площадки с фишками (2 комплекта).

### **Кадровое обеспечение программы**

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим необходимую квалификацию и опыт работы.

### **Список литературы**

#### **Литература для учителя:**

- 1.Быляева Л.В., Короткова И.М. «Подвижные игры», М., 1989.
2. Винокурова Н.Н. «5000 игр и головоломок для школьников», М.,Астрель,2004.
- 3.Гомельский А.Я. «Энциклопедия по Гомельскому», м., 2002.
- 4.Дубровский В.И. «Лечебная физическая культура», М., Владос,2001.
- 5.Зинин А.М. «Первые шаги в баскетболе», М.,1972
- 6.Зинин А.М. «Детский баскетбол», М., 1982.
- 7.Кикнадзе А.В. «Стезя Геракла», Физкультура и спорт, 1983.
- 8.Нортон Б.И.»Упражнения в баскетболе», М., 1972.
- 8.«Спартак» и спартаковцы, сост. Г.Е.Берлянд, М., Физкультура и спорт, 1985.
- 9.Спортивные игры (техника, тактика, методика обучения) под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова, М., Академа, 2004.
- 10.Юсин А. «Душой исполненный полет», М, Физкультура и спорт, 1988.
- 11.Яхонтов Е.Р., Генхин З.А. «Баскетбол», М., 1978.

#### **Литература для учащихся:**

- 1.Винокурова Н.Н., Короткова И.М., «5000 игр и головоломок для школьников», М., Астрель, 2004.
- 2.Кикнадзе А.В. «Стезя Геракла», Физкультура и спорт, 1983.
- 3.Нортон Б.И. «Упражнения в баскетболе», М.,1972.
- 4.«Спартак» и спартаковцы, сост. Г.Е. Берлянд, М., Физкультура и спорт, 1985.
- 5.Юсин А. «Душой исполненный полет», М., Физкультура и спорт, 1988.

## Инструктаж по Технике безопасности

1. Занятия по баскетболу проводить на сухой спортивной площадке с ровным покрытием или в спортивном зале с чистым и сухим полом
2. Игровая поверхность должна быть равномерно и достаточно освещена.
3. До начала занятий проверить состояние, готовность баскетбольной площадки и наличие необходимого инвентаря
4. Перед занятием занимающимся необходимо снять кольца, браслеты, цепочки, серьги и т.д.
5. На занятиях строго соблюдать дисциплину, выполнять указания преподавателя физической культуры
6. Особую осторожность проявлять вблизи стен или воле какого-либо спортивного оборудования

### **Запрещается:**

- ❑ Во время отработки приемов игры использовать мячи нестандартных размеров и массы;
- ❑ Играть на неровных и скользких поверхностях;
- ❑ На занятиях жевать жевательную резинку, сосать конфеты, леденцы и т.д.