

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 42»
(МБОУ «СШ № 42»)

Принята
на заседании методического совета
от «31» августа 2022г,
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора МБОУ «СШ № 42»
№ 02-03-170 от «31» августа.2022г.
_____ И.Г. Кизилова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-
спортивная

Уровень: стартовый

Возраст учащихся: 11 - 15 лет

Срок реализации: 1 год

Составители:

Заместитель директора по ВР
Камалова Н.В.

Норильск, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

	<i>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</i>	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Содержание программы	6
1.3.1.	Учебный план	6
1.3.2.	Содержание учебного плана	7
1.4.	Планируемые результаты	8
	<i>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий</i>	10
2.1.	Календарный учебный график	10
2.2.	Условия реализации программы	10
2.3.	Формы аттестации и оценочные материалы	10
2.4.	Методические материалы	11
2.5.	Рабочие программы	11
2.6.	Список литературы	10
	Приложения	13

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы».

1.1. Пояснительная записка.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана в соответствии с нормативными документами, регламентирующими разработку и реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ:

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»);

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в редакции от 30.09.2020 № 533);

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 17.03.2020 г. № 103 «Об утверждении временного Порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

7. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р;

8. Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р;

9. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ 30.11.2016;

10. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 (протокол № 3);

11. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

12. Приказ министерства образования Красноярского края от 23.09.2020 № 434-11-05 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Красноярском крае»;

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

14. Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ (Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.08.2015 г. № АК2563/05);

15. Методические рекомендации 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 (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016).

16. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Региональный модельный центр Красноярского края, 2021).

17. Устав и локальные нормативные акты образовательного учреждения, регламентирующие осуществление образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет *физкультурно-спортивную* направленность, так как нацелена на развитие двигательной активности школьников, воспитание культуры игрового общения, ценного отношения к спортивным играм, как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Уровень программы

Программа имеет стартовый уровень, так как даёт базовые знания игры в баскетбол.

Новизна программы в использовании спортивных игр для решения актуальных вопросов здоровьесбережения, социализации обучающихся и получении ими коммуникативных навыков.

Актуальность

Сегодня все более актуальной становится проблема качественного улучшения состояния здоровья подрастающего поколения, формирования у детей потребностей в здоровом образе жизни. Актуальность и значимость данной программы заключается в том, что она, благодаря большим возможностям спортивных игр, позволяет решать задачи физического развития учащихся, воспитания разносторонне развитой личности школьников, физической подготовки и укрепления здоровья учащихся, формирования потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Отличительные особенности программы

В данной программе дополнительного образования оптимально учтены потребности и возможности обучающихся. Программа даёт возможность каждому ребёнку попробовать свои силы в баскетболе.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся 11-15 лет. Заниматься могут все желающие, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Содержание программы не требует от учащихся дополнительных знаний.

Срок реализации программы и объем учебных часов

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Объем программы: 136 часов.

Форма обучения: очная

Режим занятий:

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: привлечение школьников к систематическим занятиям спортом и содействие укреплению здоровья детей и подростков посредством овладения навыками спортивной игры баскетбол.

Задачи:

Образовательные

- обучение технике и тактике баскетбола;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям;
- подготовка к выполнению комплекса ГТО.

Развивающие:

- укрепление здоровья, закаливание организма;
- содействие правильному физическому развитию;
- развитие спортивных навыков, познавательных интересов;
- привитие гигиенических навыков и умений.

Воспитательные:

- воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- выработки воли и характера, формирование навыков здорового образа жизни;
- воспитание чувства товарищества, коллективного взаимодействия и сотрудничества.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	Баскетбол.	36	6	0	Комбинированная форма
	Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.	6	6	-	

Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.	0	1	0	1	-
Ведение мяча с высоким и низким отскоком.		6		-	6
Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.		6		-	6
Стойки баскетболиста и техника передвижений.		6		-	6
Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.		4		-	4
Передача мяча одной и двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.	0	1		-	10
Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.		6		-	6
Ловля мяча двумя руками на месте.		2		-	2
Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.		2		-	2
Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.		4		-	4
Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	8	6		-	68
ИТОГО:	36	1	6	1	12

1.3.2. Содержание учебного плана

1.1. Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.

Теория (6 час): Инструктаж по ТБ. Знакомство с историей зарождения баскетбола. Развития баскетбола в мире и нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Эволюция правил баскетбола с момента зарождения и до наших дней.

1.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.

Теория (10 час): Изучение правил игры в мини-баскетбол. Обучение первоначальному знанию баскетбольной терминологии. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

1.3. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.

Практика (6 час): Изучение правильной техникой ведения мяча с изменением высоты отскока так же правой и левой рукой поочередно на месте.

1.4. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.

Практика (6 час): Отработка ведения мяча в парах, по зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью до 30 м (с постоянным изменением длины отрезков из исходных положений).

1.5. Стойки баскетболиста и техника передвижений.

Практика (6 час): Разучивание сочетания выполнения различных способов передвижения с выполнением технических приемов нападения в условиях, приближенных к игровым (рывки, остановки, прыжки).

1.6. Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.

Практика (4 час): Анализ остановок баскетболистов, где и когда они применяются, основные ошибки их выполнения.

1.7. Передача мяча одной и двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.

Практика (10 час): Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

1.8. Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.

Практика (6 час): Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

1.9. Ловля мяча двумя руками на месте.

Практика (2 час): Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

1.10. Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.

Практика (2 час): Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

1.11. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.

Практика (4 час): Разучивание правильной постановки и.п. рук, ног, туловища. Отработка правильного броска с места и в движении, основные ошибки при выполнении броска. Работа в парах, от щита, от стенки.

1.12. Форма контроля: Учебная игра баскетбол.

Практика (68 час): Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

1.4 Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы «Баскетбол» обучающиеся:

должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- способы сохранения и укрепления здоровья;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

В ходе реализации программы «Баскетбол» обучающиеся:

смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по баскетболу;

- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи в баскетболе;
- проводить судейство.

Основной показатель реализации программы «Баскетбол» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, теоретической подготовки (по истечении учебного года), результаты участия в соревнованиях.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Начало учебного года: 1 сентября
 Окончание учебного года: 25 мая
 Количество учебных недель: 34 недели
 Количество учебных часов.
 Режим занятий – очное.

Календарно-учебный график ежегодно утверждается приказом директора учреждения.

Количество учебных дней зависит от утверждённого в начале учебного года расписания, установленных государственных праздничных и нерабочих дней, каникулярного времени, выходных.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

№п/п	Наименование средств материально-технического обеспечения	Количество	Примечания
Учебно-практическое оборудование			
1.1	Зал игровой	1	С раздевалками для мальчиков и девочек, душевыми и туалетами для мальчиков и девочек
1.2	Мяч набивной	3	2 – 1 кг, 1 – 2кг.
1.3	Мяч малый теннисный	20	
1.4	Скакалка гимнастическая	Компл.	
1.5	Мячи баскетбольные	10	
1.6	Сетка волейбольная со стойками	1	
1.7	Мячи волейбольные	10	
1.8	Аптечка универсальная	2	
1.9	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	2	
1.10	Стол для настольного тенниса	1	
1.11	Ракетка теннисная	6	

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональный уровень, соответствующий требованиям профессионального стандарта, обладающий профессионально-личностными компетенциями, необходимыми для оказания качественных дополнительных образовательных услуг.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

В процессе реализации программы используются следующие **виды контроля**:

- входной контроль (первый месяц работы кружка, обобщение правил поведения на занятиях и правил поведения во время игр);
- текущий контроль (игры в парах, игры в группах);
- промежуточный контроль (сдача нормативов);
- итоговый контроль (соревнования).

2.4. Методические материалы

Образовательная деятельность по программе проходит в очном формате. Одним из условий успешной реализации данного курса является разнообразие форм и видов работы, которые способствуют развитию творческих возможностей учащихся, ставят их в позицию активных участников.

Методическое обеспечение 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	Групповая форма.	Словесный, объяснение, рассказ, беседа.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты.	Опрос
2	Групповая форма.	Словесный, наглядный показ.	Специальная литература, таблицы, схемы, карточки.	Доклад
3	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи.	Контрольные упражнения
4	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, в парах.	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, учебные	Методические книги, специальная литература.	Практическая работа

		игры.		
5	Коллективно-групповая.	Практические занятия, беседа.	Литература, видео.	Практическая работа
6	Индивидуальная, групповая.	Словесный, объяснение нового материала, беседа, демонстрация упражнений.	Специальная литература, таблицы, схемы.	Практическая работа
7	Групповая.	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия.	Специальная литература, картинки.	Тест
8	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая.	Словесный, объяснение, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Специальная литература, справочные материалы.	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
9	Индивидуальная, групповая.	Словесный, объяснение, практические занятия, специальные упражнения.	Специальная литература, справочные материалы.	Соревнования
10	Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая.	Словесный, объяснение, практические занятия, учебные игры.	Специальная литература, карточки.	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

Способы оценивания результатов:

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

Формы подведения итогов:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

2.5. Рабочие программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение года в виде рабочих программ для каждой учебной группы. Рабочие программы разрабатываются педагогом на начало учебного года по следующей форме:

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата	Примечание
---	--------------	--------------	----------------	------	------------

Рабочая программа согласуется с заместителем директора по воспитательной работе.

2.6. Список литературы

2.6.1. Список литературы для педагога

1. Лях В. И. **Физическая культура: Учебник** для 5-9 классов общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение – 2014г.
2. Лях В. И. **«Комплексная программа физического воспитания. 1-11 классы»** – М.: Просвещение – 2014г.
3. Лях В. И. **Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения** – М.: Просвещение – 2013г.

2.6.2. Список литературы для родителей и учащихся

1. Лях В. И. **Физическая культура: Учебник** для 5-9 классов общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение – 2014г.

Приложение № 1. Контрольные тесты по Баскетболу

Нормативы баскетбола с 5-9 класс	Мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
5 класс						
Ведение мяча бегом	На правила и технику					
6 класс						
Бросок в кольцо после ведения	На правила и технику					
7 класс						
Бросок в кольцо после ведения	На правила и технику					
8 класс						
Бросок в кольцо после ведения (из 6 бросков)	3	2	1	2	1	техника
Штрафной бросок (10 бросков)/(девочки с 3 метров)	3	2	1	3	2	1
<u>9 класс</u>						
Бросок в кольцо после ведения (из 6 бросков)	4	3	2	4	3	2
Штрафной бросок (из 10 бросков)/(девочки с 3 метров)	4	2	1	4	2	1
Бросок в прыжке	На технику					