

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«КАРЬЕРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

«Принято»

На педагогическом совете
протокол № 1
27.08.2021 год

«Согласовано»

Зам. директора
Кривокульская О.Ю.
27.08.2021 г.

«Утверждено»

Директор О.В.Молянова
27.08.2021г.



Дополнительная общеразвивающая программа

«Баскетбол»

(наименование объединения)

11-16 лет

(возраст учащихся)

1 год

(срок реализации)

спортивно - оздоровительная

(направленность)

базовый

(уровень)

Беленьков Сергей Валерьевич

(ФИО полностью)

педагог дополнительного образования

п. Анненковский Карьер

2021

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Календарный учебный график	7
3. Учебный план	8
4. Рабочая программа 1 модуля	8
5. Рабочая программа 2 модуля	9
6. Оценочные материалы	10
7. Организационно-педагогические условия реализации программы	12
8. Методические материалы	14

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17. 12. 2010 года № 1897 «Об утверждении ФГОС ООО» (с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 № 1644);
- Приказов Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями, внесенными Приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. 2357, от 18 декабря 2012 г. № 1060, от 29.12.2014 № 1643);
- Приказа Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 « Санитарно – эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Устава МАОУ «Карьерская СОШ». Программа курса рассчитана на 37 часов.

Основные направления программы дополнительного образования:

- Удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- Укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- Создание условий для получения начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, для дальнейшего освоения этапов спортивной подготовки.

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность , которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических , психических и нравственных качеств.

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

Важным показателем качества образования является здоровье обучающихся. Программа «Баскетбол» направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, быстроты, выносливости) обучающихся. 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 так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спортивной игры «Баскетбол» в нашей стране.

Цели:

углубить знания по игре в баскетбол;
расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков;
развитие двигательных способностей и нравственных качеств;
приобщение учащихся к регулярным тренировкам.

Задачи:

укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
содействие правильному физическому развитию;
повышение уровня общей физической подготовленности;
развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
дальнейшее обучение основам техники и тактики игры;
приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;

Возраст детей : в реализации данной программы участвуют юноши и девушки 11-16 лет. Для начала занятий в секции специальной подготовки не требуется. Количество занимающихся до 25 человек.

Режим занятий: занятия в секции проводятся для юношей и девушек 5 – 11 классов. Программа рассчитана на 1 учебный час в неделю. Занятия проводятся один раз в неделю не более 45 минут.

Ожидаемые результаты работы:

Личностные результаты:

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты :

- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
 - Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 - Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

2. Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» на 2021-2022 год

На реализацию дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» отводится 37 часов (из расчета 1 академических час в неделю, длительностью занятия 45 минут).

Программа рассчитана на 1 учебный год.

Начало занятий - 01 сентября 2021 года

Окончание занятий – 28 мая 2022 года

Продолжительность занятий по четвертям:

	Дата		Продолжительность
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 полугодие	01.09.2021	28.12.21	18 недель
2 полугодие	11.01.2022	29.05.22	19 недель
Всего			37 недель

Зимние каникулы с 29.12.2021 по 10.01.2022

Праздничные дни:

Ноябрь 04.11.2021.

* В весенние, осенние каникулы занятия проводятся по дополнительному расписанию.

3. Учебный план

№	<u>Наименование модуля</u>	Всего часов	Часы		Формы организации аттестации учащихся	Критерии оценивания
			теоретические	Практические		
1	I Модуль Начальной подготовки	18	3	15	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке	Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.
2	II Модуль Учебно - тренировочный	19	2	17	Выполнение нормативов по ОФП, СФП, тактико-технической подготовки	Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.
Итого		37	5	32		
Общее количество		37	37			

часов				
-------	--	--	--	--

Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол»

4.Рабочая программа модуля

1. Работа без мяча и с мячом. (18 часов)

Теоретические сведения: Значение технической подготовки в баскетболе.

Практическая работа: Изучение стоек игрока, остановка мяча двумя шагами и прыжком, повороты без мяча и с мячом, ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении.

Тематическое планирование I модуля

п\п		Кол-во часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Основы методики обучения в баскетболе	6
3	Обучение техническим приемам баскетбола	11

4. Рабочая программа модуля

2.Овладение техникой и тактикой баскетбола. (19 часов)

Теоретические сведения: Правила игры в баскетбол. Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практическая работа: Защитные действия (блоки, страховки), подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

Тематическое планирование II модуля

п\п		Кол-во часов
1	Правила соревнований, их организация и проведение	4
2	Общая и специальная физическая подготовка	6
3	Основы техники и тактики игры	7
4	Игры, развивающие физические способности	2

5. Оценочные материалы.

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической и физической подготовки. При обучении элементам результат оценивается. Эффективность обучения может определяться и количественно - "сделал столько-то раз". Оценка результатов может проводиться на контрольном или соревновательном занятии. Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениваемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

Контрольные испытания. Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Диагностика освоения 1 модуля (промежуточная аттестация).

Формы проведения диагностики:

1. Устный опрос.
2. Сдача технических элементов баскетбола (остановка мяча двумя шагами и прыжком, повороты без мяча и с мячом, ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении).
3. Освоение техники перемещений, стоек баскетболиста в нападении и в защите.

Критерии оценки результатов:

Низкий уровень (3 балла)	Средний уровень (4 балла)	Высокий уровень (5 баллов)
Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив

Диагностика освоения 2 модуля (промежуточная аттестация).

Формы проведения диагностики:

1. Устный опрос.
2. Сдача технических элементов баскетбола (ведение мяча правой и левой рукой, ведущей и не ведущей рукой с пассивным сопротивлением защитника).
3. Умение играть по упрощенным правилам игры.

4. Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции.

Критерии оценки результатов:

Низкий уровень (3 балла)	Средний уровень (4 балла)	Высокий уровень (5 баллов)
Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.	Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив

7. Организационно-педагогические условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Образовательную деятельность объединения дополнительного образования «Баскетбол» спортивно – оздоровительной направленности в 2021-2022 учебном году реализует 1 педагог дополнительного образования.

Формы и методы проведения занятий.

На занятиях используется спектр разнообразных методов и приемов: словесные, наглядные, практические. Основное место на занятиях отводится практической работе, которая проводится на каждом занятии после объяснения теоретического материала. После демонстрации технического приема, педагог проводит индивидуальную работу по отработке приема, добивается точности и четкости выполнения. Овладение техническим ремеслом происходит, как правило, по принципу "от простого – к сложному". Подбираются такие методы, организационные формы и технологии обучения, которые бы обеспечили владение учащимися не только знаниями, но и предметными и общеучебными умениями и способами деятельности.

Формы проведения занятий разнообразны:

- традиционное,
- практическое,
- занятие ознакомления, усвоения, применения на практике,
- занятие повторения, обобщения и контроля полученных знаний.

Основной формой работы являются учебные занятия. На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная, фронтальная, коллективное творчество.

Занятия включают в себя теоретическую часть и практическую деятельность обучающихся.

Теоретическая часть дается в форме бесед с просмотром иллюстративного материала (с использованием компьютерных технологий). Изложение учебного материала имеет эмоционально – логическую последовательность, которая неизбежно приведет детей к высшей точке удивления и переживания.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы

- Входной контроль (предварительная аттестация) – это оценка исходного уровня знаний перед началом образовательного процесса. Проводится с целью определения уровня развития детей.
- Текущая успеваемость – проходит на каждом занятии (групповая оценка работ). Педагог следит за правильностью усвоения нового материала.

Промежуточная аттестация – проводится по завершении каждого модуля программы, для выявления уровня полученных знаний и умений (сдача технических элементов баскетбола (остановка мяча двумя шагами и прыжком, повороты без мяча и с мячом, ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении).

Форма промежуточной аттестации после года обучения – сдача нормативов по баскетболу.

Формы проведения промежуточной аттестации:

- Сдача технических элементов баскетбола.

Оценочные формы детских работ: оценка педагога; оценка учащихся; самооценка своей работы; участие в соревнованиях.

Оценка планируемых результатов освоения программы.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит через участие их в соревнованиях, конкурсах.

Два раза в год на всех этапах обучения отслеживается личностный рост ребенка по следующим параметрам:

- усвоение знаний по базовым темам программы;
- овладения навыками предусмотренными программой;
- формирование коммуникативных качеств, трудолюбия и работоспособности.

Методы проверки:

- Наблюдение;
- Опрос.

Результаты фиксируются по следующим параметрам:

- Усвоение знаний, умений, навыков по базовым разделам программы;
- Личностный рост, развитие общительности, работоспособности;
- При оценке знаний, умений и навыков, полученных ребенком за период обучения, учитывается его участие в соревнованиях.

Результаты освоения программы определяются по трем уровням:

- Высокий;
- Средний;
- Низкий.

8. Методические материалы

Перечень оборудования:

1. Спортивный зал (баскетбольная площадка);
2. Баскетбольные щиты
3. Баскетбольные мячи;
4. Скакалки ;
5. Конусы (малые, большие);
6. Дополнительное отягощение (гири 16 кг, гири 24 кг., гантели 5 кг.

Список литературы:

1. Ю.М. Портнов. - Баскетбол.. - М., 1997. – 480с.
2. Костникова Л.В. - Баскетбол: Азбука спорта. - М.: ФиС, 2001.
3. М.Я. Виленский - Учебник физическая культура. 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень. М.:Просвещение, 2011.-256с.;
4. В.И.Лях, А.А. Зданевич - Учебник физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень. М.:Просвещение, 2011.-207с.;
5. В.И. Лях - Учебник физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый. М.:Просвещение, 2014.-255с..

Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Дата проведения	Корректировка
Модуль 1. Работа без мяча и с мячом - 18 часа.				
1	Техника безопасности на занятиях Игры с элементами баскетбола	1		
2	Разновидности прыжков Эстафеты и игры с мячом	1		
3	Равномерный медленный бег до 10мин Разновидности прыжков Игры с мячом	1		
4	Игры с прыжками с использованием скакалки. Игры с мячом	1		
5	Кросс по слабопересеченной местности до 1км. Упражнения с набивными мячами	1		
6	Игры на развитие ловкости	1		
7	Упражнения с предметами на развитие координации движений	1		
8	Упражнения на развитие гибкости	1		
9	Стойки игрока . Перемещения	1		
10	Остановка двумя шагами и прыжком Повороты без мяча и с мячом	1		
11	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1		
12	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника	1		
13	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника	1		
14	Ведение мяча в низкой средней и высокой стойке на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника	1		

15	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости с пассивным сопротивлением защитника	1		
16	Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой с пассивным сопротивлением защитника	1		
17	Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой с пассивным сопротивлением защитника. Промежуточная аттестация	2		

№	Тема	Количество часов	Дата проведения	Корректировка
Модуль 2. Овладение техникой и тактикой баскетбола - 19 час.				
1	Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным противодействием	1		
2	Техника ведения мяча	1		
3	Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным противодействием	1		
4	Перехват мяча	1		
5	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок	1		
6	Ведение мяча неведущей и ведущей рукой в движении	1		
7	Ведение мяча правой и левой рукой	1		
8	Ведение мяча правой и левой рукой поочередно стоя на месте и в движении	1		
9	Эстафеты с мячом	1		
10	Бросок мяча двумя руками снизу Учебная игра баскетбол	1		
11	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1		

12	Правила соревнований, их организация и проведение	1		
13	Правила соревнований, их организация и проведение	1		
14	Тактика свободного нападения Нападение быстрым прорывом (5:2)	1		
15	Игры по правилам баскетбола	1		
16	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях	1		
17	Игра по правилам баскетбола. Промежуточная аттестация	1		
18	Игра по правилам баскетбола	1		
19	Игра по правилам баскетбола	1		

Планирование составил:

Беленьков С.В.