

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВЯНСКИЙ РАЙОН**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение средняя общеобразовательная школа № 20
имени кавалера ордена Красной Звезды Александра
Константиновича Симоненко посёлка Забойского
Муниципального образования Славянский район**

ПРИНЯТА:

На заседании педагогического совета
МБОУ СОШ №20 п. Забойского
Протокол №1 от «30» августа 2022 года.

УТВЕРЖДАЮ
Директор СОШ №20
А.Ю. Шевцова
2022
г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«БАСКЕТБОЛ»**

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 1 год: 34 часа
Возрастная категория: от 11 до 14 лет
Состав группы: до 20 человек
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Учитель физической культуры: Малькевич Татьяна Анатольевна
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-Н0Мер Программы Навигатор:

Автор-составитель: Малькевич Татьяна Анатольевна
учитель физической культуры

п. Забойский 2022 год

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты	2
	Пояснительная записка	1-8
	Цели и задачи программы	8
	Содержание программы	9
	Планируемые результаты	14
II.	Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	16
	Календарный учебный график	16
	Условия реализации программы	19
	Формы аттестации	20
	Оценочные материалы	23
	Методические материалы	25
	Список литературы	27

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы. Программа рассчитана на учащихся 11-13 лет. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях, во Всекубанской спартакиаде по игровым видам спорта.

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения. Баскетбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко

практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно – массовые и спортивные мероприятия. Баскетбол один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивший всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки, передачи мяча, броски мяча в кольцо укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в баскетбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Программа является модифицированной. При разработке программы за основу была принята «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов». В.И. Лях, А.А. Зданевич. М., Просвещение, 2015 г.; Вуден Д.Р. Современный баскетбол. –М.: ФиС, 1987г.

Нормативно-правовые основания для разработки Программы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30.11.2016 г. № 11.

5. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 года.

6. Приказ Министерства Просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее – Приказ № 196).

7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность».

9. Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

11. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года.

12. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

13. Приложения к письму Министерства образования и науки Краснодарского края от 06.07.2015 г. № 13-1843/15-10 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и программ электронного обучения».

14. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ Рыбалёвой И.А., канд. пед. наук, доцент, зав. кафедрой дополнительного образования ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края от 2020 г.

15. Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы № 20 имени кавалера ордена Красной Звезды Александра Константиновича Симоненко пос. Забойского муниципального образования Славянский район.

Направленность программы физкультурно-спортивная, так как программа нацелена на:

- обеспечение разносторонней подготовленности обучающихся, их физическое развитие и укрепление здоровья;

- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- укрепление опорно-двигательного аппарата обучающихся;
- оптимальное выполнение контрольных и контрольно-переводных нормативов;
- обеспечение эмоционального благополучия обучающихся;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству.

Новизна программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы состоит в том, что она обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных баскетболистов, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармоничного развития юных спортсменов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техническими приемами в баскетболе, развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Отличительной особенностью программы от уже существующих является то, что программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных навыков и расширенное освоение более глубоких приёмов избранного вида спорта в течение 1 года.

Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. создание условий для развития личности юных баскетболистов;
2. укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля;
3. воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных баскетболистов;
4. формирование знаний, умений и навыков по баскетболу;
5. привитие любви к систематическим занятиям спортом;
6. достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных баскетболистов.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» рассчитана на детей в возрасте 11 - 14 лет.

Объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта. Количество учащихся в группах до 20 человек. Максимальный состав спортивно-оздоровительных

групп не должен превышать двух минимальных составов с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

Имеется ряд требований к уровню подготовки обучающихся, которые должны знать и уметь:

- технику ловле и передачи мяча в баскетболе;
- технику ведению мяча в баскетболе;
- технику броска мяча в кольцо;
- технику штрафного броска;
- играть по упрощенным правилам баскетбола.

Объем и срок освоения программы.

Объем программы: 34 часа.

Срок реализации: 1 год.

Уровень программы – ознакомительный.

Форма обучения - очная.

Режим занятий: общее количество часов в год – 34 часа, 1 час в неделю; занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 учебному часу, где учебный час для детей от 11 до 14 лет – 40 минут.

Особенности организации образовательного процесса

Программа служит основным документом для эффективного построения подготовки юных баскетболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей в возрасте с 11 до 14 лет. Для всех этапов программный материал для практических занятий по физической подготовке по технической и тактической подготовке он представлен на год, даны примеры объединения упражнений в тренировочные задания, занятия и микроциклы по принципу их преимущественной направленности на развитие как отдельных физических качеств, так и комплекса качеств на обучение технике и тактике, совершенствование спортивно-технического и тактического мастерства. В отдельных случаях изложение программного материала для практических занятий носит характер последовательного описания перечня основных средств подготовки для решения задач соответствующего года подготовки.

Основные формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая, подгрупповая, индивидуальная, фронтальная, которые определяются целевыми задачами учебно-тренировочного занятия: развитием выносливости, силы, гибкости, координации движений и т.д.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- теоретические и групповые практические занятия;
- тренировки по индивидуальным планам;
- календарные соревнования;

- учебные и товарищеские игры;
- занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов;
- воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в группе

Большее внимание в программе уделяется СФП, направленной на техническую и тактическую подготовку игры в нападении и защите, т. к. при обучении баскетболистов главное внимание сосредоточивается на умении перемещаться, бегать правильно выбирать место и принимать мяч от разноудаленных расстояний в различных игровых ситуациях.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общей физической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико- тактической и физической подготовленности занимающихся.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – обеспечить полноценное физическое развитие и укрепить здоровье учащихся, сформировать у них устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения спортивной игры «в баскетбол».

Задачи обучения:

1. умение ведению мяча, ловле и передачи мяча двумя руками от груди;
 2. умение ловле и передачи мяча одной рукой от плеча, бросок в кольцо;
 3. применение полученных навыков в учебной игре;
 4. развитие специальных физических способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры в баскетбол;
 5. прочное овладение основами техники и тактики баскетбола;
 6. приучение к соревновательным условиям;
 7. определение каждому занимающемуся игровой функции в команде и с учетом этого индивидуализация видов подготовки;
- обучение навыкам ведения дневника, системам записи игр и анализу полученных данных.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	5	5	-	-
1.1	Инструктаж по технике безопасности. История возникновения баскетбола.	1	1	-	Теория Тестирование
1.2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм. Оказание первой медицинской помощи.	1	1	-	Беседа, опрос
1.3	Техника и тактика баскетбола.	1	1	-	Теория беседа, опрос
1.4	Правила соревнований. Организация и проведение соревнования.	1	1	-	Промежуточный тест
1.5	Оборудование и инвентарь.	1	1	-	Беседа, опрос
2.	ПРАКТИКА	29	-	29	-
2.1	Общая и специальная физическая подготовка.	9	-	9	Педагогическое наблюдение, учебная игра
2.2	Обучение и тренировка в технике и тактике баскетбола. Основы техники и тактики игры.	10	-	10	Учебная игра
2.3	Товарищеские и учебные игры и судейская практика.	5	-	5	Учебная игра
2.4	Приём нормативов по технической и специальной подготовке.	5	-	5	Промежуточный тест
	Итого часов:	34	5	34	

Содержание учебного плана

1. Введение – 5 часов.

История возникновения баскетбола (1 час)

Теория: Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях секции баскетбола.

Формы контроля: Тестирование

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм. Оказание первой медицинской помощи. (1 час)

Теория: Прием нормативов по технической подготовке.

Форма контроля: Беседа, опрос

Техника и тактика баскетбола. (1 час)

Теория: Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности.

Форма контроля: Беседа

Правила соревнований. Организация и проведение соревнования.

(1 час)

Теория: Техника безопасности. Правила соревнований. Прием нормативов по технической подготовке.

Форма контроля: Беседа, опрос, тестирование.

Оборудование и инвентарь. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. (1 час)

Теория: ТБ. Правила и судейство игр по баскетболу.

Форма контроля: Беседа

2. Практика – 29 часа

Общая и специальная физическая подготовка.(9 часов)

Теория: Техника безопасности. Теоретические сведения о выполнении упражнений.

Практика: Силовая подготовка (упражнения с массой собственного тела и партнером), развитие ловкости и быстроты движений, развитие прыгучести и скоростно-силовая подготовка, развитие общей и специальной выносливости, развитие ловкости и быстроты движений, развитие прыгучести и скоростно-силовая подготовка.

Форма контроля: Педагогическое наблюдение, учебная игра

Обучение и тренировка в технике и тактике баскетбола. Основы техники и тактики игры. (10 часа)

Теория: Техника безопасности. Изучение тактики и техники игры в баскетбол.

Практика: Бросок одной рукой сверху в движении; Разыгрывание спорного мяча. Бросок от головы; Выбивание мяча сзади; Командная защита

Форма контроля: Учебная игра, педагогическое наблюдение

Товарищеские и учебные игры и судейская практика. (5 часов)

Теория: Техника безопасности, правила игры в баскетбол

Практика: Выполнение задачи в игре. Контроль, разбор задания; Учебная игра товарищеская встреча; Судейство.

Форма контроля: Учебная игра

Приём нормативов по технической и специальной подготовке. (5 часов)

Теория: Техника безопасности. Нормативы по технической и специальной подготовки.

Практика: Закрепление технике игры.

Форма контроля: Промежуточный тест

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения по данной программе учащиеся должны:

1. уметь вести, ловить и передавать мяч одной и двумя руками;

2. выполнять бросок мяча в кольцо;
3. применять полученные навыки в учебной игре;
4. развить специальные физические способности, необходимые при совершенствовании техники и тактики игры в баскетбол;
5. владеть основами техники и тактики баскетбола;
6. быть приучены к соревновательным условиям;
7. уметь вести дневник, запись игр и анализировать полученные данные;
8. ознакомиться с инструкторской и судейской подготовкой по баскетболу.

**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ,
ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК К ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ»**

№	Дата		Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Время проведения	Форма контроля
	план	факт						
1.			ТБ № 3 Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях секции баскетбола.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Теория Тестирование
2.			ТБ № 3 Правила и судейство игр по баскетболу. Двухсторонняя учебная игра.	1	Опрос	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Теория Беседа
3.			ТБ № 3 Общеразвивающие и подготовительные упражнения. Развитие специальных двигательных качеств. Ведение мяча на месте.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
4.			ТБ № 3 Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
5.			ТБ № 3 Стойка игрока (и.п.). Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Ведение мяча в движении шагом.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
6.			ТБ № 3 Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра

			Двухсторонняя учебная игра.					
7.			ТБ № 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
8.			ТБ № 3 Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Ведение мяча в движении бегом. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
9.			ТБ № 3 Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед, спиной вперед.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
10.			ТБ № 3. Имитация защитных действий против игрока нападения. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
11.			ТБ № 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты).	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
12.			ТБ № 3 Имитация защитных действий против игрока нападения. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Промежуточный тест
13.			ТБ № 3 Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх, Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение

			ногу).					
14.			ТБ № 3 Имитация действий атаки против игрока защиты. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
15.			ТБ№ 3 Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
16.			ТБ № 3 Имитация действий атаки против игрока защиты. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Промежуточный тест
17.			ТБ№ 3 Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди на месте и в движении и одной от плеча.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
18.			ТБ № 3 Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
19.			ТБ№ 3 Передача мяча одной рукой с отскоком от пола, передача двумя руками с отскоком от пола.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
20.			ТБ № 3 Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
21.			ТБ№ 3 Броски мяча одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение

22.			ТБ № 3 Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
23.			ТБ№ 3 Броски мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки, двумя руками от груди в баскетбол. корзину с места.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ ООШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
24.			ТБ № 3 Двухсторонняя учебная игра. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
25.			ТБ№ 3 Броски мяча одной рукой в баскетбольную корзину с места, после ведения, после двух шагов.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
26.			ТБ№ 3 Командные действия в нападении. Двухсторонняя учебная игра	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
27.			ТБ № 3 Броски мяча в прыжке одной рукой с места, двумя руками снизу в движении.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
28.			ТБ № 3 Борьба за мяч после отскока от щита. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Промежуточный тест
29.			ТБ№ Броски мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении, в прыжке со средней дистанции, в прыжке с дальней дистанции.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение

30.			ТБ № 3 Штрафной. Быстрый прорыв. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
31.			ТБ № 3 Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
32.			ТБ № 3 Командные действия в защите. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра
33.			ТБ № 3 Защитные действия при опеке игрока без мяча. Перехват мяча.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Педагогическое наблюдение
34.			ТБ № 3 Защитные действия при опеке игрока с мячом. Двухсторонняя учебная игра.	1	Традиционное занятие	Спортивный зал МБОУ СОШ № 20	17.00-17.40	Учебная игра

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение: спортивный школьный зал 13 x 24.

Перечень оборудования, инструментов, материалов, необходимых для реализации программы:

- гимнастическая стенка – 8 шт.;
- гимнастические скамейки – 8 шт.,
- гимнастические маты – 6 шт.;
- скакалки – 20 шт.;
- мячи набивные (масса 2 кг.) – 2 шт.;
- мячи волейбольные – 10 шт.;
- мячи баскетбольные – 12 шт.;
- мячи футбольные – 5 шт.;
- обручи – 10 шт.;
- рулетка – 1 шт.

Информационное обеспечение:

1. Вспомогательная литература.
2. Папки с разработками теоретических материалов по темам программы.
3. Тестовые методики.
4. Банк упражнений.
5. Раздаточный материал (рекомендации, памятки, советы).

Кадровое обеспечение:

Программу реализует учитель физической культуры первой квалификационной категории, высшее педагогическое образование, соответствующее профилю деятельности, Малькевич Татьяна Анатольевна

Формы работы: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Содержание программы ориентировано на добровольные группы детей. В целом, состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. В процессе игры дети учатся

выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы.

Совместное с педагогом выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму. Игровая деятельность способствует всестороннему развитию личности учащихся, развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, аттестацию по итогам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей физической подготовке при выполнении контрольных упражнений. Аттестация по итогам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия. Аттестация по итогам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- журнал посещаемости;
- материал анкетирования и тестирования;
- дневник достижений учащихся.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

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

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки по баскетболу:

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Система диагностики – тестирование физических и тактических качеств.

Нормативы технической подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	Нормативный показатель	
		юноши	девушки
Скоростные качества	Бег 30 м.	не более 5,3 с.	не более 5,8 с.
Координация	Челночный бег 5 х 6 м.	не более	не более
Скоростно-силовые качества	Бросок мяча весом 2 кг. из-за головы двумя руками стоя	не менее 12 м.	не менее 8,2 м.
	Прыжок в длину с места	не менее 190 см.	не менее 162 см.
	Прыжок вверх с места со взмахом руками	не менее 42 см.	не менее 36 см.

Контрольные испытания.

Общефизическая подготовка.

Бег 30 м. Челночный бег 5 х 6 м. На расстоянии 5 м. чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит, преодолевая 5 м. шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1,5 кг. из-за головы двумя руками. Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед. Прыжок вверх с места со взмахом руками. Испытуемый выполняет прыжок вверх у стены.

Проверка знаний правил судейства осуществляется путем привлечения учащихся к судейству внутришкольных соревнований в качестве судей в поле, судей на протоколе.

Участие в соревнованиях. Учащиеся принимают участие не менее чем в двух соревнованиях в год и проводят не менее 5 - 7 матчевых встреч. По окончании прохождения программы учащиеся должны иметь навыки организации и проведения соревнований по баскетболу.

Техническая подготовка.

Испытания на точность передачи мяча, броска мяча в кольцо, штрафной бросок.

Тактическая подготовка.

Действия игрока при приеме и передачи мяча в поле, бросков со средних и дальних дистанций.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагога и учащегося. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий. Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и развивающих задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Методы обучения.

Словесные методы создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы применяются, главным образом, в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог.

При этом, основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой спортивной игры.

Образовательные технологии.

В ходе изучения дисциплины используются следующие образовательные технологии:

- игровые технологии (эмоциональная приподнятость на занятиях, наличие правил и роли у детей во время игры, а также при выполнении тренировочных упражнений);

- информационно-коммуникационные технологии (в системе физической культуры и спорте компьютерные технологии широко используются для теоретической подготовки учащихся);

- личностно-ориентированная технология оздоровительной физической подготовки юных спортсменов (учащиеся понимают, что физическая активность им нужна не только в настоящее время, но и на протяжении всей жизни. Традиционное физическое воспитание обучает тому, «что» надо делать, но не объясняет «почему»); проблемное обучение (технический прием выполняется не на месте, а в движении, или, например, без зрительного контроля; педагогика сотрудничества (поиск лучших качеств, вера в успех ребенка, приоритет положительного стимулирования);

- здоровьесберегающие технологии позволяют организовать режим занятий в соответствии с особенностями динамики работоспособности учащихся, с учётом степени сложности работы, индивидуальных, возрастных и психологических особенностей детей. Смена видов деятельности в процессе занятия и применение элементов психологической разгрузки, а также соблюдение техники безопасности труда направлены на сохранение и укрепление здоровья и снижение утомления учащихся, формирование умения правильного распределения видов деятельности и снятия эмоционального напряжения.

Дидактические материалы:

- картотека упражнений по ОРУ (карточки);

- картотека общеразвивающих упражнений для разминки;

- схемы и плакаты освоения технических приемов в спортивной игре; электронное приложение к «Энциклопедии спорта»;
- «Правила спортивной игры»;
- видеозаписи выступлений учащихся.

Алгоритм учебного занятия.

Занятия проводятся в форме двух часов.

Занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей. На каждом занятии присутствуют элементы разных разделов учебного плана.

В подготовительной части сообщаются задачи занятия, осуществляется организация обучающихся и их функциональная и психологическая подготовка к основной части занятия. В ней применяются ходьба, бег, общеразвивающие, специально-подготовительные и имитационные упражнения. На начальном этапе нарабатывается навык выполнения комплекса упражнений разминки – они одни и те же, но могут включать и дополнительные упражнения для разнообразия и для выполнения задач на конкретном занятии. Разминка перед занятием и перед игрой на соревновании психологически готовит обучающихся к выполнению физических упражнений, приучает настраиваться на определенную работу, в то же время предотвращает травматизм.

В основной части решаются задачи овладения спортивной игрой: изучаются правила, особенности игры. Для повышения эффективности обучения тренер-преподаватель должен применять подготовительные и подводящие упражнения, использовать средства различных видов игр с мячом для развития основных физических качеств. В большинстве упражнений не должно быть более 10-15 повторений в одной серии.

Заключительная часть направлена на постепенное снижение нагрузки и приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние с помощью комплекса упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. Проведение игр в заключительной части занятия улучшает эмоциональное состояние юных спортсменов и облегчает перенесение тренировочных нагрузок. Это в значительной степени повышает интерес к занятиям. Завершается занятие подведением итогов. В каждом занятии теоретические сведения присутствуют, но, как уже упоминалось выше, учитывая возрастные особенности, в виде коротких сообщений с внушением необходимых спортивных навыков (соблюдение техники безопасности предупреждает травматизм во время занятий физкультурой и спортом, спортивный напиток более полезен для здоровья во время занятий, спортивная дисциплина помогает одержать победу на соревнованиях или во время проведения эстафет и подвижных игр, психологическая поддержка товарищей приведет быстрее к успеху и даст положительные эмоции, что очень важно для здоровья – человек возможно сделает больше, чем может, если чувствует поддержку окружающих и т.д.).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебные пособия для педагога:

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов». В.И. Лях, А.А. Зданевич. М., Просвещение, 2015 г.
2. Физическая культура. Безопасность уроков, соревнований и походов: Метод. Пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.
3. Лях В.И. Развивая координационные способности// ФК в школе. 1988. № 12 .
4. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя. – М.: ФиС, 2000.
5. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н. Н. Назарова, Т.Н. Казакова. — М.: Советский спорт, 2002.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе/М.В. Видякин.- Волгоград: Учитель,2006 г.
2. Баскетбол. Правила игры. –М.: Терра- Спорт, 2004.
3. Вуден Д.Р. Современный баскетбол. –М.: ФиС, 1987.
4. Физическая культура. 8-9 классы, /Под редакцией М.Я. Виленского- 3-е издание-М: «Просвещение» 2014 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол № 1 заседания ШМО
учителей-предметников
от « 29 » августа 2022 г.
_____ Т.А. Малькевич

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
_____ И.А. Крутько
« 30 » августа 2022 г.