

Ханты-Мансийский автономный округ – Югра Кондинский район
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования оздоровительно-образовательный центр «Юбилейный»

СОГЛАСОВАНО

педагогическим советом
Протокол № 3
от 24.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора МБУ ДО ОЦ
«Юбилейный»
от 31.08.2023 г. № 114 -од

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Время баскетбола»

возраст обучающихся: 11-17 лет.

объем программы: 144 часа.

ФИО автора-составителя:
Кожин Михаил Сергеевич,
педагог дополнительного образования
квалификационная категория

пгт. Луговой, 2023 г.

Содержание

<i>Наименование раздела</i>	<i>стр.</i>
Паспорт программы	3
Пояснительная записка	4
Цель и задачи программы	5
Организационно-педагогические условия	6
Психолого-педагогические особенности	6
Планируемые результаты освоения программы	7
Учебный план на 2023-2024 г.	8
Содержание	8
Календарно-учебный график на 2023-2024 г.	10
Формы проведения занятий	11
Методы и средства обучения	11
Формы и виды контроля	12
Методы мониторинга личностных достижений	12
Материально-техническое обеспечение	12
Список литературы для педагога	12
Список литературы для обучающихся	13

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Время баскетбола»
2	Направленность	Физкультурно-спортивная
3	Год разработки	2023 год
4	Ф.И.О. составителя, должность	Кожин Михаил Сергеевич, педагог дополнительного образования
5	Организация-исполнитель	МБУ ДО ООЦ «Юбилейный»
6	Юридический адрес организации – исполнителя, контакты	ХМАО-Югра Тюменская область Кондинский район Пгт.Луговой, ул.Корповская.1 (34677)36-4-25, 35-4-26,
7	Целевые группы	2 группы детей (1 уровень обучения)
8	Цель программы	Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.
9	Возраст детей	11-17 лет
10	Объем программы	144 часа
11	Форма обучения	Очная
12	Вид программы	Модифицированная
13	Уровень реализации	Дополнительное образование
14	Способ освоения содержания	Репродуктивный
15	Планируемые результаты	<p>Должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правила игры в баскетбол; • Особенности развития физических способностей на занятиях; • Основы техники и тактики игры в баскетбол. <p>Должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Овладение техникой передвижения; • Овладение основами техники игры; • Овладение основами тактики игры в нападении; • Овладение основами тактики игры в защите.
16	Краткое содержание программы	Программа по баскетболу предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Основной показатель секционной работы дополнительного образования по баскетболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Время баскетбола» разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г.
- Указ Президента Российской Федерации от 01.12.2016 № 642 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2016 г. № 317 «О реализации Национальной технологической инициативы» (в ред. от 24.07.2020);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11).
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629);
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- Концепция развития системы дополнительного образования детей Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2030 г., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

Обучение по программе «Время баскетбола» осуществляет педагог с высшим педагогическим образованием (Специальность - «педагогическое образование», квалификация - «информатика и физика». Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Нижегородский государственный педагогический университет им. Козьмы Минина». Год окончания обучения – 2017.) и квалификация (Тренер – преподаватель, ООО «Центр повышения квалификации и переподготовки «Луч знаний»).

Программа модифицированная, разработана на основе типовых программ и методических разработок, дополняет и углубляет школьные программы.

Форма обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Время баскетбола» - очная.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы «Время баскетбола» - физкультурно-спортивная, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Новизной данной программы является то, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового

образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы состоит в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Цели и задачи программы

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

Задачи:

Образовательные:

- Познакомить обучающихся с интереснейшим видом спорта - баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- Расширение спортивного кругозора детей.

Отличительная особенность данной программы в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта.

На занятиях представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Организационно-педагогические условия

Организация образовательного процесса

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения.

Возраст обучающихся: от 11 до 17 лет.

Общий объем программы – 144 часа на каждую группу.

Количество обучающихся – от 7 до 10 человек.

Учебная группа формируется с учетом индивидуальных способностей и уровня подготовленности детей и, как правило, бывают разновозрастные. Набор детей в объединение осуществляется на основании заявления родителей.

Организация режима проведения занятий, а также комплектование группы производится в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Продолжительность одного занятия – 40 минут, перерывы между занятиями – 20 минут.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 учебных часа.

Календарно-тематическое планирование включает в себя 1 образовательный уровень: 1 уровень – стартовый;

Стартовый уровень предполагает выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Психолого-педагогические особенности

Процесс обучения носит теоретический, познавательный и практический характер, осуществляется с учетом физических способностей и возрастных психологических особенностей учащихся.

При организации учебно-воспитательного процесса учитываются:

- ведущие виды деятельности в разновозрастных группах учащихся;
- учебная деятельность и личностное общение в подростковом возрасте;
- профессионально направленное обучение в старшем школьном возрасте;
- потребности, интересы учащихся;
- уровень развития и самооценка ребенка.

Планируемые результаты освоения программы

1 уровень - стартовый

Личностные:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учётом устойчивых познавательных интересов;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Метапредметные:

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- определение наиболее эффективных способов достижения результата;

Предметные:

- формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры;
- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

Учебный план на 2023-2024 г.
Стартовый уровень

	Наименование раздела	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.	2	2	
2	Обучение техники и тактики навыков обучающихся	142	14	128
	Итого:	144	16	128

Содержание (стартовый уровень)

1. Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.

Теория: Организационные вопросы. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, учебно-тематическим планом, техникой безопасности и правилами поведения.

2. Обучение техники и тактики навыков обучающихся.

2.1 Техника перемещения, ловли, передачи и ведения мяча на месте.

Выполнение изучаемых упражнений.

2.2 Техника передачи одной рукой от плеча.

Выполнение изучаемых упражнений, применение в эстафете.

2.3 Техника передач двумя руками в движении.

Выполнение перемещения с заданием, передачи двумя руками в движении, броски одной рукой с места; применять изучаемые приемы в игре «борьба за мяч»

2.4 Техника броска после ведения мяча.

Выполнение перемещения в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применение изучаемых приемов в учебной игре.

2.5 Техника ловли мяча отскочившего от щита.

Выполнение перемещения в игре, изучаемый прием, передачи в движении, броски с места, применение изучаемых приемов в учебной игре по всей площадке.

2.6 Техника броска в движении после ловли мяча

Выполнение ловли мяча, отскочившего от щита, броски в движении после ловли мяча, броски с места, передачи после ведения, штрафные броски; применение изучаемых приемов в учебной игре по всей площадке

2.7 Техника броска в прыжке с места.

Выполнение бросков в движении после ловли мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные броски; применение изучаемых приемов в учебной игре по всей площадке.

2.8 Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.

Выполнение передач в парах, в тройках, броски в прыжке после ведения мяча, передачи одной рукой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного броска; применение изучаемых приемов в учебной игре

2.9 Учет по технической подготовке. Техника зачетных упражнений.

Выполнение на результат: штрафные броски, броски в прыжке с места, обводка области штрафного броска; применение изучаемых приемов в учебной игре

2.10 Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.

Выполнение изучаемых приемов, ловли мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; Применение изучаемых приемов в учебной игре.

2.11 Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.

Выполнение изучаемых приемов, взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применение изучаемых приемов в учебной игре

2.12 Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.

Выполнение изучаемого приема, отвлекающие действия на бросок, взаимодействие с центровым игроком, броски с большого расстояния; применение изучаемых приемов в учебной игре

2.13 Техника атаки двух нападающих против одного защитника.

Выполнение изучаемых приемов, ведение, передачи, броски левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра.

2.14 Прием нормативов по технической подготовке.

Штрафной бросок; бросок в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного броска.

2.15 Передачи в движении в парах.

Повторение выбивания мяча при ведении, бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; .Передачи в движении в парах; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой рук; броски с места – в парах. Учебная игра.

2.16 Передачи в тройках в движении.

Передачи в тройках в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча; штрафные броски – 20 бросков. Учебная игра.

2.17 Передачи в движении. Быстрый прорыв.

Передачи в движении (схема); быстрый прорыв – упражнения; перехват мяча. Учебная игра.

2.18 Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.

Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра.

2.19 Техника передач мяча в движении, нападение через центрального игрока.

Передачи в движении; нападение через центрального игрока; броски по корзине в прыжке и с места; штрафные броски Учебная игра.

2.20 Техника передач, разучивание нападения тройкой.

Передачи; нападение «тройкой»- подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра

2.21 Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.

Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний

2.22 Закрепление техники и тактики в игре, бросков.

Учебная игра. Броски.

2.23 Закрепление быстрого прорыва.

«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра.

2.24 Прием нормативов по технической подготовке. Передачи в движении; быстрый прорыв; броски с места.

«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные броски .Учебная игра.

2.25 Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока.

Накрывание мяча при броске ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; броски в прыжке. Учебная игра

2.26 Броски в движении.

Броски в движении; зонная защита 3+2 (схема); зонная защита 2+3 (схема); упражнение «челнок»; передачи в парах; Учебная игра.

Календарно-учебный график на 2023-2024 г. (стартовый уровень)

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Октябрь	Очная	2	Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.	Спортивный зал	Текущий контроль: наблюдение, тестирование, учебная игра. Итоговый контроль: учебная игра, соревнования
2			142	Обучение техники и тактики навыков обучающихся.		
2.1	Ноябрь		5	Техника перемещения, ловли, передачи и ведения мяча на месте.		
2.2			5	Техника передачи одной рукой от плеча.		
2.3			5	Техника передач двумя руками в движении.		
2.4			6	Техника броска после ведения мяча.		
2.5	Декабрь		5	Техника ловли мяча отскочившего от щита.		
2.6			5	Техника броска в движении после ловли мяча		
2.7	Январь		6	Техника броска в прыжке с места.		
2.8			6	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча.		
2.9			5	Учет по технической подготовке. Техника зачетных упражнений.		
2.10	Февраль		5	Техника передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.		
2.11			5	Техника передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу.		
2.12			5	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом.		
2.13	Март	6	Техника атаки двух нападающих против одного защитника.			
2.14	А	5	Прием нормативов по технической			

			подготовке.			
2.15		5	Передачи в движении в парах.			
2.16		6	Передачи в тройках в движении.			
2.17		6	Передачи в движении. Быстрый прорыв.			
2.18	Май	5	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.			
2.19		5	Техника передач мяча в движении, нападение через центрального игрока.			
2.20		6	Техника передач, разучивание нападения тройкой.			
2.21		5	Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.			
2.22		5	Закрепление техники и тактики в игре, бросков.			
2.23		5	Закрепление быстрого прорыва.			
2.24		Июнь	5	Прием нормативов по технической подготовке. Передачи в движении; быстрый прорыв; броски с места.		
2.25	8		Техника накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока.			
2.26	7		Закрепление пройденного материала. Учебная игра.			
Ито го		144				

Методическое обеспечение образовательной программы

Образовательная программа «Время баскетбола» разработана с учетом современных образовательных технологий, в том числе *мультимедиа технологий*, которые позволяют широко использовать в образовательном процессе презентации и видео по темам программы, а также подборки слайдов с наглядными материалами.

Используемые средства для демонстрации материалов – компьютер и интерактивная доска.

Принципы в обучении:

- индивидуальность;
- доступность;
- преемственность;
- результативность.

Формы проведения занятий

Обучение по программе осуществляется через проведение занятий в объединении в очном формате.

Для эффективной реализации содержания образовательной программы используются формы занятий:

- Теоретическая часть занятия проводится в форме беседы ознакомительного характера по истории баскетбола в доступной форме.
- Общая физическая подготовка.
- Специально физическая подготовка.
- Тактико – тактическая подготовка.

Методы и средства обучения:

- Наглядный (это показ иллюстраций, схем, образцов, слайдов).
- Словесный метод (рассказ).
- Практический метод (двигательные действия).

Формы контроля

Педагогический контроль знаний, умений и навыков учащихся осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней:

1. **Входной контроль**, на начало обучения – собеседование на выявление уровня имеющихся знаний, умений, способностей.
2. **Промежуточный контроль**:
 - Наблюдение;
 - Тестирование;
 - Учебная игра.
3. **Итоговый контроль** осуществляется по окончании реализации программы:
 - Учебная игра;
 - Соревнования.

Методы мониторинга личностных достижений: педагогическое наблюдение, анализ и изучение педагогической документации; анализ и изучение результатов продуктивной деятельности.

Материально-техническое обеспечение

Занятия проходят в спортивном зале. Для реализации программы необходимо: баскетбольные кольца, мячи баскетбольные, гимнастические маты, скакалки, аптечка, свисток.

Список литературы для педагога

1. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. — М.: Владос, 2004. — 239 с.
2. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий: Пособие для преподавателей. — СПб: КАРО, 2004. — 368 с.
3. Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред. сост. З.И. Невдахина. — Вып. 3. — М.: Народное образование, 2007. — 416 с.
4. Горский В.А. Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей // Дополнительное образование. — 2001, № 1. — с.30—31.
5. Строкова Т.А. Мониторинг качества образования школьника // Педагогика. — 2003, № 7. — с.61—66.
6. Закон Российской Федерации «Об образовании».
7. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации до 2010 года.
8. Методические рекомендации Управления воспитания и дополнительного образования детей и молодежи Минобрнауки России по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях. (Приложение к письму Минобрнауки России от 11.06.2002 г. № 30-15-433/16).
9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844.

10. СанПиН 2.4.4. 1251-03 (введённые 20.06.2003 г. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 3.04.2003 г. № 27с).
11. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. (Письмо Министерства образования РФ от 18.06.2003 г. № 28-02-484/16).
12. Стандарт общего образования по физической культуре.
13. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1– 11-х классов. – М.: Просвещение, 2012
14. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. Под редакцией В.А. Горского Москва 2011
15. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя. Москва «Просвещение» 2010
16. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий. Москва «Просвещение» 2010 7. Методический журнал «Физическая культура в школе»

Список литературы для обучающихся

1. Учебник для учащихся 5-9 х классов М.Я. Виленский .Москва Просвещение 2012г
2. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту.
3. Олимпийский учебник. П. А. Киселёв, С. Б. Киселёва Москва ООО «Планета» 2013г