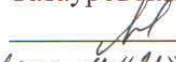


Министерство образования и науки Республики Бурятия
Муниципальное образовательное учреждение
«Старо-Татауровская СОШ»

Принята на заседании
педагогического совета
от «30»_08_2023г.,
протокол №_1_

Утверждаю:
Директор МОУ «Старо-
Татауровская СОШ»


Л.А. Чукреева
09 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст учащихся: 10 - 16 лет
Срок реализации: 2 года

Автор - составитель:
Дремина Карина Ивановна
Учитель физики

с. Старое Татаурово 2023г

Оглавление

| | |
|--|----|
| 1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы | 3 |
| 1.1.Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты..... | 5 |
| 1.3. Содержание программы | 8 |
| 2.Комплекс организационно - педагогических условий..... | 9 |
| 2.1. Календарный учебный график | 9 |
| 2.2. Условия реализации программы..... | 10 |
| 2.3. Формы аттестации..... | 10 |
| 2.4. Оценочные материалы | 10 |
| 2.5. Методические материалы | 11 |
| 2.6 Список литературы | 12 |

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1.Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

НОРМАТИВНО- ПРАВОВАЯ БАЗА

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»,
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) (Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- Устав МОУ «Старо-Татауровская СОШ»

Актуальность:

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 (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи).

Обучение включает в себя следующие основные предметы(разделы):

1 год обучения:

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Раздел 3. Основы техники игры в баскетбол.

Раздел 4. Тактика игры в баскетбол

Раздел 5. Контрольные игры и соревнования

Раздел 6. Разбор проведённых игр.

Раздел 7. Контрольные испытания.

2 год обучения

Раздел 1. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек

Раздел 2. Освоение ловли и передач мяча

Раздел 3. Освоение индивидуальной техники защиты

Раздел 4. Контрольные игры и соревнования

Раздел 5. Разбор проведённых игр.

Раздел 6. Контрольные испытания.

Вид программы:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой, положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Адресат программы: данная программа составлена для учащихся 9 - 17 лет (3-11класс)

Срок и объем освоения программы:

2 года , _136___ педагогических часов, из них:

Стартовый уровень -1 год 68 часов

«Базовый уровень» - 2 год, 68 часов;

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности: разновозрастные

Режим занятий:

| Предмет | Стартовый | Базовый уровень |
|-----------|---|--|
| Баскетбол | 1 год обучения: 2 часа в неделю; 68 часов в год. | 2 год обучения 2 часа в неделю 68 часов в год |

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель:

- создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом.
- сформировать и систематизировать профессиональные теоретические знания и практические умения и навыки.

Задачи:

1. Обучающие задачи:

- Обучение техники приемов и передач мяча в парах.
- Обучение основными приемами техники и тактики игры.
- Обучение ведению мяча.

2. Развивающие задачи:

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

3. Воспитательные задачи:

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

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся должны:

Знать:

- Санитарно-гигиенические требования к занятиям в секции;
- Понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма;
- Линии разметки на площадке. Основные правила игры в баскетбол.
- Какие бывают нарушения правил. Жесты судей.
- Организацию и проведение соревнований по баскетболу.

Уметь:

- Выполнять основные элементы баскетбола(ведение мяча, различные виды передвижений, передачи, разнообразные броски по кольцу);
- Выполнять технические приемы нападения и обыгрывания защитника. Применять в игре командное нападение;

- Применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре баскетбол;
- Применять тактические приемы и взаимодействия игроков в защите и в нападении.

Предметные результаты:

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 учащимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
умение оказывать помощь учащимся 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 и соревнований.
способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

Метапредметные результаты:

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

-Регулятивные УУД:

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятий;
- Учиться работать по определенному алгоритму;
- Адекватно воспринимать оценку учителя.

-Познавательные УУД:

- Уметь делать выводы в результате совместной работы учителя и учащихся;
- Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Активно включаться в процесс по выполнению заданий;
- Выражать творческое отношение к выполнению заданий.

-Коммуникативные УУД:

- Слушать и понимать речь других;
- Уметь работать в паре, команде, выполнять различные роли;

Личностные результаты:

Реализация программы «Баскетбол» это не только овладение техникой и тактикой игры, но и воспитание качеств личности:

- мгновенно оценивать обстановку;
- действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации;
- проявления высокой самостоятельности;
- умение управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями;
- умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации уч-ся.

1.3. Содержание программы

«Баскетбол»

Стартовый уровень (1 год обучения)

Учебный план

Таблица 1.3.1

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|----------|--|------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Основы знаний о физической культуре и спорте | 4 | 4 | 0 | Опрос |
| 2 | Общая физическая подготовка | 6 | 0 | 6 | Сдача нормативов |
| 3 | Основы техники игры в баскетбол. | 30 | 0 | 30 | Мониторинг, сдача контрольных нормативов |
| 4 | Тактика игры в баскетбол | 8 | 2 | 6 | Сдача контрольных нормативов |
| 5 | Контрольные игры и соревнования | 12 | 2 | 10 | Участие в соревнованиях |
| 6 | Разбор проведённых игр. | 4 | 0 | 4 | Опрос, мониторинг |
| 7 | Контрольные испытания. | 4 | 0 | 4 | Участие в соревнованиях |

Содержание учебного плана

1. Основы знаний о физической культуре и спорте

Теория: История возникновения и развития баскетбола. Современное состояние баскетбола. Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности при занятиях баскетболом.

2. Общая физическая подготовка

Практика: а) стойка при высоком и низком ведении; б) характер контакта кисти ведущей руки с мячом; в) изменения направления движения; г) вышагивание, скрестный шаг,

поворот; д) перевод мяча перед собой и за спиной; е) повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом; ж) перевод мяча между ногами.

3. Основы техники игры в баскетбол.

Практика: основные характеристики бросков; бросок двумя руками от груди; техника выполнения точностных бросков в движении; взаимодействие двух и трех нападающих; ситуационная техника (в этом отличие предлагаемого материала от традиционного, не встречавшегося до сих пор в учебниках и учебных пособиях); взаимодействие двух нападающих: передача и рывок к корзине; передача и рывок к корзине с изменением направления движения; рывок за спиной защитника;

4. Тактика игры в баскетбол

Практика: индивидуальные защитные действия: держание нападающего с мячом в позиции игрока задней линии; держание игрока с мячом на линии штрафного броска, держание игрока с мячом на боковой линии в области штрафного броска; защита в численном меньшинстве.

5. Контрольные игры и соревнования

Практика:

- а) применение полученных знаний в игре;
- б) самостоятельные решения игровых ситуаций.

6. Разбор проведённых игр.

7. Контрольные испытания. Подведение итогов за год. Анализ работы. Награждение отличившихся детей.

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

(заполнить с учетом срока реализации ДООП)

Таблица 2.1.1.

| | |
|---|-----------------------------|
| Количество учебных недель | 34+34 (первый+второй год) |
| Количество учебных дней | 68+68 (первый+второй год) |
| Продолжительность каникул | с 29.05.2023 по 29.08.2023г |
| Даты начала и окончания учебного года | с 01.09.2022 по 29.05.2023г |
| Сроки промежуточной аттестации | |
| Сроки итоговой аттестации (при наличии) | |

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

| Аспекты | Характеристика (заполнить) |
|-------------------------------------|--|
| Материально-техническое обеспечение | Спортивный зал 24*12 • Мяч баскетбольный • Секундомер • Гантели массивные (от 1 до 5 кг) • Насос для накачивания мячей • Скакалка • Утяжелитель для ног • Утяжелитель для рук |
| Информационное обеспечение | - видео - интернет источники |
| Кадровое обеспечение | Учитель физкультуры |

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Зачет
- Соревнования

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1.

| Показатели качества реализации ДООП | Методики |
|---|---|
| Уровень развития социального опыта учащихся | Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева) |
| Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся | «Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких |
| Уровень теоретической подготовки учащихся | Разрабатываются ПДО самостоятельно(тестирование) |
| Уровень удовлетворенности родителей | Изучение удовлетворенности родителей работой |

| | |
|--|---|
| Показатели качества реализации ДООП | Методики |
| предоставляемыми образовательными услугами | образовательного учреждения (методика Е.Н.Степановой) |

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Открытое занятие
- Игра
- Мини-чемпионат
- Турнир

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Здоровьесберегающая технология

В том числе с применением дистанционных технологий и электронного образования

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы
- Инструкции
- Технологические карты

2.6 Список литературы

1. Портных Ю.И. Игры в тренировке баскетболистов. Учебно-методическое пособие. / Ю.И.Портных., Б.Е. Лосин.-С-П.б. :ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2014.-62 с.
2. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения/ Д.И. Нестеровский.-М.: Академия, 2016 .-75 с.
3. Билл Гатмен и Том Финнеган. Всё о тренировке юного баскетболиста/ Билл Гатмен., Том Финнеган.- М.: АСТ * Астрель 2020.-307с.
4. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР/. - М.: Советский спорт. 2021. -100 с.
5. Орлан И.В. Баскетбол: Основы обучения/ФГОУ ВПО ВГАФК, Волгоград, 2019.-42с.
6. Костикова Л.В., Родионов А.В., Чернов С.Г. Целевая комплексная программа подготовки российских спортсменов к Играм XXX Олимпиады 2012 года в Лондоне (баскетбол). - М., РФБ, 2014.
7. Официальные правила баскетбола ФИБА 2016. Утверждены ЦБ ФИБА 2016.
8. Программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования СДЮШОР. Баскетбол. - М., 2014.
9. Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 2020
10. Рекомендации при работе с молодыми баскетболистами. Методическое пособие под редакцией Гомельского Е.Я. М. 2019. – 92 с.
11. Чернов С.В., Костикова Л.В., Фомин С.Г. Быстрый прорыв в баскетболе: обучение и совершенствование. Учебное пособие. М., ФК, 2019.

Интернет-ресурсы:

1. www.fiba.com - сайт Международной федерации баскетбола
2. www.fibaeurope.com- сайт Европейской международной федерации баскетбола
3. www.basket.ru - сайт Российской федерации баскетбола
4. www.pro100basket.ru - сайт Ассоциации студенческого баскетбола России
5. www.mbl.su - сайт Московской баскетбольной лиги