

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
БОЛЬШЕКЛЮЧИЦЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА

Принята на заседании  
педагогического совета  
от « 29 » июня 2023 г.  
Протокол № 11



Утверждаю директор  
И. А. Горбунова  
Приказ № 987 от 17 августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности  
«Баскетбол»

Срок реализации – с 01. 09. 2023 г по 31. 05. 2024 г.

Возраст учащихся: 12-16 лет

Уровень программы: стартовый

*Разработчики программы –  
педагоги дополнительного образования:  
Келасьев Андрей Степанович  
Литвинов Алексей Григорьевич*

с. Большие Ключицы, 2023 г.

## Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Содержание программы	8
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	15
2.1 Календарный учебный график	15
2.2. Условия реализации программы	33
2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	33
2.4. Методические материалы	34
2.5.. Список литературы:	38

## **Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся от 9 до 11 лет в системе дополнительного образования в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;
- Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы;
- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» вместе с (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Устав МОУ Большеключищенской СШ имени В. Н. Каштанкина

**Уровень освоения программы: стартовый.**

Стартовый уровень по программе «Баскетбол» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы.

**Направленность программы: физкультурно-спортивная.**

**Актуальность** данной программы обусловлена осознанием учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья.

### **Педагогическая целесообразность программы.**

Организация объединения «Баскетбол»

- одна из форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

### **Отличительные особенности программы.**

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**Новизна дополнительной общеобразовательной программы предполагает:**

- новое решение проблем дополнительного образования;
- новые методики преподавания;
- по своему воздействию спортивные игры в том числе баскетбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека.
- специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом

создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

**Адресат программы:** программа рассчитана на организацию внеклассных занятий с учащимися 9-11 лет, составлена с учетом возрастных особенностей на основе планомерного и преемственного формирования и развития научных фактов и идей.

**Комплектование учебной группы:** количество обучающихся в группе составляет 15 человек. Зачисление в объединение осуществляется на основании заявления от родителей (законных представителей) и заключения договора. Допуск врача на посещение занятий учащимися обязателен.

**Состав учебной группы постоянный**, но при необходимости может быть переменным.

**Объем программы:** 144 часа за весь период обучения.

**Форма обучения:** очная. Возможно дистанционное обучение.

Программа рассчитана на очную форму обучения (с учётом Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации").

**По дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» при необходимости можно обучать учащихся дистанционно (с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий - ДОТ).**

**Формы проведения занятий:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Сроки реализации программы:** 36 учебных недель. 9 месяцев. 1 год.

**Методы и формы обучения.**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. 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 по 4 часа в неделю.

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 баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

-Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников 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.

**Режим занятий:** продолжительность образовательного процесса - всего 144 часа. На один год обучения 4 часа, 2 раза в неделю, 16 часов в месяц. Всего 36 недель за учебный год.

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** создание условий для удовлетворения потребности обучающихся двигательной активности через занятия баскетболом.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков.
- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения.
- обучение способам овладения различными элементами игры в баскетбол.

##### **Воспитательные:**

- Формирование чувства коллективизма, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.
- гражданское и патриотическое воспитание



- воспитание эстетических и нравственных качеств ,содействие гармоничному развитию.

### ***Развивающие:***

- развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;
- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности

## **Планируемые результаты**

### ***Личностные результаты***

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

### ***Метапредметные результаты***

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

### ***Познавательные УУД:***

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

***Коммуникативные УУД:***

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

***Предметные результаты:***

-Выполнение технических действий, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игры и соревнований;

Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности.

**Обучаемые должны знать:**

- Историю развития баскетбола Общие основы баскетбола;
- Правила игры и методика судейства

**Обучаемые должны уметь:**

- Применять в игровой ситуации навыки игры в нападении и защите.
- Применять навыки судейства.

**1.2.Содержание программы**

Программный материал дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» реализуется на каждом занятии в соотношении 20% ; изучение теоретического материала и 80% - практическая работа.

**Учебный план**

№ п/п	Название разделов программы	Всего часов	теория	практика	Форма контроля
<b>1 модуль- 64 часа.</b>					
	<b>Инструктаж по ТБ и ПДД.</b>	2	1	1	опрос
1.	Физическая подготовка	43	8	35	Сдача нормативов
2.	Техническая подготовка	19	9	10	Зачёт

2 модуль- 80 часов					
2	Техническая подготовка	31	10	21	
3.	Тактическая подготовка	21	5	16	Опрос
4.	Учебная игра	20	5	15	Групповая
5.	История баскетбола в УО. Встречи с интересными людьми	8	6	2	Опрос
	<b>Итого часов:</b>	<b>144</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	

## Содержание учебного плана программы

### 1. «Физическая подготовка» (43 ч)

**Цель:** Развитие физических качеств и двигательных способностей.

**Задачи:**

1. сохранение и укрепление здоровья;
2. Оптимальное развитие физических качеств и двигательных способностей;
3. Повышение функциональных возможностей организма;
4. Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, умений саморегуляции средствами физической культуры;

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:
  - рассказ;
  - объяснение;

- сопроводительные пояснения.

2. Наглядный метод:

- показ учебных видеозаписей.

- показ таблиц.

**Виды и способы работы с детьми:**

- инструктаж;

- фронтальная работа.

-общая подготовка;

-Спец. Подготовка.

**Знания, умения, навыки:**

- Знание о физической подготовке для повышения спортивного мастерства.

**Формы контроля:** Сдача нормативов.

**2. «Техническая подготовка» (50ч)**

**Цель:** владение техническими приёмами игры.

**Задачи:**

-Совершенствование технической подготовки. Методы и средства технической подготовки.

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:

- объяснение;

- сопроводительные пояснения.

2. Наглядный метод:

- Показ упражнений.

**Виды и способы работы с детьми:**

- групповая и индивидуальная работа;

- фронтальная работа.

**Знания, умения, навыки:**

- Формирование современной техники баскетбола, тенденции ее дальнейшего развития.

**Формы контроля:** Зачёт. Имитация упражнений без мяча. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Броски мяча.

### **3. «Тактическая подготовка»(26 ч)**

**Цель:** Обучение индивидуальным тактическим действиям

**Задачи:**

1. Овладение основными приемами тактики игры;
2. Повышение тактической подготовки учащихся.

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:
  - рассказ;
  - объяснение;
  - сопроводительные пояснения.
2. Наглядный метод:
  - показ учебных видеозаписей.
  - показ таблиц.

**Виды и способы работы с детьми:**

- групповая и индивидуальная работа;
- фронтальная работа;
- действия игрока в нападении;
- действия игрока в защите.

**Знания, умения, навыки:**

- приобретение необходимых теоретических знаний;
- Знание о тактической подготовке для повышения спортивного мастерства. **Формы контроля:** Опрос. Зачёт.

### **4. «Учебная игра» (25 ч.)**

**Цель:** Усвоение учащимися основных умений и навыков игры баскетбол

Задачи:

-Обучение и совершенствование групповых и индивидуальных действий.

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:

- объяснение;
- сопроводительные пояснения.

2. Наглядный метод:

- показ учебных видеозаписей.
- показ таблиц.

**Виды и способы работы с детьми:**

- работа;
- фронтальная работа.

**Знания, умения, навыки:**

- Определение функций игроков. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями.

**Формы контроля:** Групповая.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Занятия проводятся по утвержденному расписанию с 1 сентября по 31 мая. 2 раза в неделю по 2 часа

В период каникул предусмотрены занятия по воспитательному.

Обучение учащихся проходит в оборудованном кабинете на базе МОУ Большеключищенской СШ.

Режим занятий: 2 раза по 2 академических часа (45+ 45 минут и перемена 10 минут) в соответствии с СанПином.

№ п/п	Дата проведения	Форма занятия	Темы занятий	Всего часов	Дата проведения занятия по факту	Форма контроля
1	1.09.2021г	Беседа. Практическая работа	Вводное занятие. Баскетбол как спортивная игра. Инструктаж по ТБ.	2		наблюдение
2	6.09.2021г	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2		наблюдение



3	8.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2		наблюдение
4	13.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2		наблюдение
5	15.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		наблюдение
6	20.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	2		наблюдение

7	22.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	2		наблюдение
8	27.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Способы ловли мяча.	2		наблюдение
9	29.09	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		наблюдение
10	4.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		наблюдение

11	6.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		наблюдение
12	11.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	2		наблюдение
13	13.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2		наблюдение
14	18.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		наблюдение
15	20.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Круговая тренировка. Подвижные игры.	2		наблюдение

16	25.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		наблюдение
17	27.10	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		наблюдение
18	1.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		наблюдение
19	3.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.	2		наблюдение

20	8.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Подвижные игры.	2		наблюдение
21	10.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		наблюдение
22	15.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		наблюдение

23	17.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
24	22.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
25	24.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение

26	29.11	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2		наблюдение
27	1.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
28	6.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
29	8.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение

30	13.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
31	15.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
32	20.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
33	22.12	Промежуточная аттестация	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		сдача нормативов.



34	27.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2		Наблюдение, опрос
35	29.12	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
36	3.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
37	5.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

38	10.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
39	12.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
40	17.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
41	19.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

42	24.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
43	26.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
44	31.01	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	2		наблюдение
45	2.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
46	7.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.

47	9.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
48	14.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
49	16.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
50	21.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Тактика защиты. Командные действия в нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
51	23.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

52	28.02	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
53	2.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Действия одного защитника против двух нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
54	7.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
55	9.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

56	14.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
57	16.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
58	21.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
59	23.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

60	28.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
61	30.03	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
62	4.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
63	6.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. СФП. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
64	11.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	2		наблюдение
65	13.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Защитные стойки. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос

66	18.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Защитные передвижения. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа, сдача нормативов.
67	20.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
68	25.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.	2		наблюдение
69	27.04	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
70	2.05	Итоговая аттестация учащихся	ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2		Итоговый контроль учащихся за год



71	4.05	Учебно-практическое занятие	ОРУ. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Учебно-тренировочная игра.	2		Наблюдение, опрос
72	9.05	Учебно-практическое занятие	Подведение итогов за год. Учебно-тренировочная игра.	2		Сдача нормативов ОФП
			<b>Итого часов:</b>	<b>144</b>		

### Примечание:

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 72 занятия по объективным причинам (болезни, каникулы; карантин или др. уважительные причины) педагог может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Щиты баскетбольные - 2 шт.
2. Гимнастические стенки - 8 шт.
3. Гимнастические маты - 4 шт.
4. Скакалки - 15 шт.
5. Мячи набивные (масса 1 кг) - 3 шт.
6. Мячи баскетбольные - 15 шт.
7. Конусы, маркеры. - 2 комплекта.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования Виноградов Владислав Павлович.

## **2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

**Формы диагностики:** сдача нормативов общей физической подготовки, тестирование, открытые занятия.

### **Способы проверки знаний и умений обучающегося:**

- Контрольные нормативы.

- Зачёт по пройденным игровым элементам игры.
- Опрос.

### **Формы контроля учащихся.**

Процесс обучения по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе предусматривает следующие формы диагностики и аттестации:

1. Входная диагностика, проводится перед началом обучения и предназначена для выявления уровня подготовленности детей к усвоению программы. Формы контроля: опрос, тестирование, зачёт.

2. Итоговая диагностика проводится после завершения всей учебной программы.

### **Оценочные материалы**

№п/п	Тесты	Высокий		Средний		Низкий	
		М	Д	М	Д	М	Д
		1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	8,8	9,8	9,0	10
2	Челночный бег 3х10м с ведением мяча (сек).	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	6	6	5	5	4	4
5	Броски мяча в стенку с 3 м. и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	20	19	19	18	18	17

### **2.4. Методические материалы**

*Дидактические принципы, используемые для реализации задач программы.*

1. Принцип научности – стремление учитывать передовые, новейшие апробированные технологии.
2. Принцип доступности и индивидуальности – обучение и воспитание строить в строгом соответствии с их возможностями, учитывая их возрастные, половые особенности, уровень подготовленности, а также индивидуальные различия в физических и психических особенностях.
3. Принцип систематичности – состоит в непрерывности процесса и оптимальном чередовании нагрузок и отдыха; повторяемость и вариативность, рациональная последовательность.
4. Принцип сознательного и активного обучения - формирование у обучающихся осмысленного отношения и устойчивого интереса к общей цели и конкретным задачам занятий.
5. Принцип наглядности – направленное формирование широко чувственной основы как предпосылки освоения движений; использование наглядности как неотъемлемого условия всего процесса совершенствования двигательной деятельности.
6. Принцип динамичности (постепенного усиления развивающихся факторов) – заключается в том, что нагрузки и другие факторы, благодаря которым в процессе физического воспитания достигается развивающий эффект, должны закономерно меняться, причем общая тенденция должна состоять в постепенном усилении действия данных факторов.
7. Принцип целенаправленности обучения и воспитания - означает, что педагог должен четко осознавать цель обучения в целом и конкретного занятия и все свое мастерство должен направлять на достижение цели обучения и занятия.
8. Принцип прочности знаний, умений и нравственно-духовных установок.

Прочные знания и умения необходимы для успешного продолжения обучения, для развития познавательных способностей, для подготовки их к практической деятельности, отсутствие прочных знаний означает пробел в знаниях, что нарушает систематичность знаний и системность.

9. Принцип личностно-ориентированного взаимодействия педагога и обучающегося. Педагог должен доверять и поддерживать обучающегося во всех его начинаниях и предложениях. Отношения педагога и обучающегося должны быть построены на взаимодействии со стороны педагога и

сотрудничестве со стороны обучающегося. Главной задачей педагога является вывести ребенка на субъективную позицию.

### **Основные специфические средства спортивной тренировки**

Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются физические упражнения. Упражнения могут быть разделены на три группы: избранные соревновательные, специально-подготовительные, общеподготовительные. Избранные соревновательные упражнения - это целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий), которые являются средством ведения игры в волейбол. Специально-подготовительные упражнения включают элементы соревновательных действий, их связи и вариации, а также движения и действия, существенно, сходные с ними по форме и характеру проявляемых способностей. Смысл любого специально подготовительного упражнения состоит в том, чтобы ускорить и улучшить процесс подготовки в соревновательном упражнении. Именно поэтому они специфичны в каждом конкретном случае. Общеподготовительные упражнения являются преимущественно средствами общей подготовки обучающегося. Общеподготовительные упражнения не имеют прямой связи с соревновательными и предназначены расширить запас двигательных навыков и качеств обучающегося, повысить его общую тренированность.

Основные методы спортивной тренировки можно разделить на 3 группы: словесные, наглядные и практические. Выбор метода определяется задачей, возрастом, состоянием здоровья, подготовленностью, квалификацией спортсмена, применяемыми средствами и др. факторами.

Словесный метод – с его помощью сообщаются теоретические сведения по технике, тактике, правилам соревнований.

Метод обеспечения наглядности применяют для создания зрительных, слуховых, двигательных образов.

Практические методы (метод упражнений) основаны на двигательной активности.

Используемые методы обучения:

1. Словесные (источник знаний — слово) — рассказ тренера, беседа, объяснение, лекция, работа с книгой;

2. Наглядные (источник знаний — образ) — демонстрация реальных или изображенных объектов, явлений и их наблюдение;

3. Практические (источник знаний — опыт) — упражнения, соревнования.

## 2.5. Список литературы

### Литература для педагога

1. Программа «Физическая культура». Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: учеб. Учебное пособие для общеобразоват. Организаций / В.И. Лях.- 9-е изд. – М.: Просвещение, 2021- 65 с.
2. - Учебник для общеобразовательных организаций. Физическая культура 1-4 класс, под редакцией В. И. Ляха. Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2019г. -176 с..
3. «Физическая культура», В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клузов-М.:Просвещение,1998.
4. Подвижные игры 1-4 класс / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.:ВАКО, 2011.
5. А. Я. Гомельский. Баскетбол : секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский. – М.: Агенство «Фаир», 1997.

### Литература для учащихся и родителей

1. Волков, В. М. Тренеру о подростке. - М.,2007. - 118с.
2. Гандельсман, А. Б., Смирнов, К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М., 2010. - 210с.