

Управление образования администрации
Благовещенского муниципального округа

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Центр дополнительного образования детей Благовещенского МО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOY

Усть-Ивановская СОШ

Печенкин В.В.

14 февраля 2023 г.



Рассмотрена на заседании

методического объединения

«14» февраля 2023 г.

Протокол № 12

УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOY ЦДОД

Благовещенского МО

Петренко Н.Н.

2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа

Физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Срок Реализации: 1 год

Уровень программы: базовый

Форма реализации: сетевая

Автор-составитель: Печенкина Елена
Викторовна, педагог дополнительного
образования.

с. Волково, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы.....	2
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	5
1.3 Содержание программы.....	6
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий».....	11
2.1. Календарный учебный график.....	11
2.2 Условия реализации программы.....	17
2.3 Форма аттестации.....	18
2.5 Методические материалы.....	20
2.6 Модуль для дистанционного обучения.....	20
Список литературы.....	21

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы

Годичная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности «Баскетбол» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ № 196 от 09.11 2018 г.);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 476 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи". (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Постановлением "О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Амурской области";
- Постановлением "Об утверждении и Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Благовещенском районе";
- Уставом МАОУ Усть-Ивановской СОШ;
- Уставом МАОУ ЦДОД Благовещенского МО.

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-оздоровительной направленности «Баскетбол».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа включает в себя комплекс образовательных блоков и комплекс воспитательных досуговых и оздоровительных мероприятий. Программа носит обучающий, воспитательный, профориентационный и оздоровительный характер.

В детском возрасте двигательные навыки развиваются наиболее интенсивно, так как в этот период происходит формирование всего био-двигательного аппарата и физических качеств. Слабое, негармоничное развитие мышечной системы значительно задерживает развитие двигательных способностей ребенка.

Информация о направленности.

Ведущий блок программы представлен физкультурно-спортивной направленностью. В рамках происходит приобщение детей и подростков к навыкам здорового образа жизни, подготовка учащихся к соревнованиям, приобщению к спортивно-массовой работе, развитие интереса к видам спорта, занятость детей во второй половине дня и отвлечение их от улицы. Занятия спортом содействуют гармоничному физическому и психическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья занимающихся.

Актуальность.

Согласно проекту концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, в современном обществе есть острая потребность включения детей в программы отвечающие новому содержанию, учитывающие востребованность на рынке труда современных компетенций. В этой связи появляется необходимость роста вовлеченности детей в занятия технической направленности (связанных с приоритетными направлениями научно-технологической инициативы), появление образовательных практик социально-гуманитарной направленности (ориентированные на креативные индустрии), обновление содержания и технологий дополнительного образования детей для формирования универсальных компетентностей (креативность, коммуникация и др.) и новых грамотностей («цифровой», «технологической»), поддержку профориентации в изменяющемся мире профессий, востребованных компетенций на рынке труда и занятости, а также формирования здоровой нации, которую необходимо поддерживать с детства дополнительными общеобразовательными программами физкультурно-спортивной направленности.

Новизна данной программы заключается в той двигательной деятельности, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Отличительная особенность программы.

Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении.

В рамках реализации данной программы деятельность ребенка раскрывается по-новому: укрепляется здоровье обучающихся, воспитываются морально-волевые качества, дисциплинированность и ответственность юных баскетболистов, прививается любовь к систематическим занятиям спортом.

Адресат программы.

Дети 14-17 лет.

Общая численность – **20 человек.**

Возраст 14-17 лет – это переход от детства к взрослости, который составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период физического, умственного, нравственного, социального. Важность подросткового возраста определяется и тем, что в нем закладываются основы и намечаются общие направления формирования моральных и социальных установок личности.

Объем и срок освоения программы.

Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» составляет 1 год.

Форма обучения: очная с применением дистанционных образовательных технологий.

Информация об уровне.

Данная программа относится к базовому уровню и предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы «Баскетбол», а именно освоение техники игры в баскетбол. Ученики, посещающие занятия уже владеют начальными навыками игры в баскетбол.

Особенности организации образовательного процесса:

Формы реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» является сетевой. Взаимодействие осуществляется между МАОУ ЦДОД Благовещенского МО и МАОУ Усть-Ивановской СОШ.

Годичная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа подразумевает возможность обучения с использованием сети Интернет. В качестве материала для изучения предлагаются видеуроки с возможностью обратной связи от детей к педагогам через группу в Whatsapp.

Организационные формы обучения.

Обучение проходит в групповой форме с использованием онлайн и офлайн форм дистанционного обучения.

Режим занятий, периодичность и продолжительность

Всего программой предусмотрено 68 часов образовательного блока. Один академический час равен 40 минутам. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Еженедельно дети осваивают 2 ак. ч.

Место и сроки проведения.

Место проведения: на базе МАОУ Усть-Ивановской СОШ

Срок реализации: с 12.09.2023 по 30.05.2024 гг.

Наполняемость группы.

Занятия проводятся по группам до 20 человек.

1.2 Цель и задачи программы

Цель – формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков игры, а также ее углубленное изучение.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить учащихся с основными правилами игры в баскетбол;
- обучить основным тактико-тактическим действиям игроков в баскетбол;
- сформировать представления об истории развития баскетбола;
- сформировать практические навыки игры в баскетбол;

развивающие:

- способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости;
- развивать координационные способности и силу воли; способствовать развитию скоростно-силовых качеств;

воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;
- воспитывать чувство команды, социальной сплочённости, формировать ответственное отношение к выполнению функции игрока команды;
- воспитывать любовь к спорту, привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- способствовать воспитанию чувства патриотизма к своей стране, выбранному виду спорта.

1.3 Содержание программы Учебный план

№	Название раздела	Теоретическая часть	Практическая часть	Общее количество	Формы промежуточной аттестации
1	Теоретическая подготовка	8	0	8	Проверочная работа
2	Техническая подготовка	5	10	15	Выполнение упражнений по образцу
3	Тактическая подготовка	5	12	17	Выполнение упражнений по образцу
4	Физическая подготовка	5	10	15	Выполнение упражнений по образцу
5	Контрольные игры	2	11	13	соревнования
		25	43	68	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка.

Занятие 1-2. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.
Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении.

Теория: техника безопасности.

Практика: отработка навыков ведения мяча.

Занятие 2. ОФП. Ловля и передача мяча на месте и в движении.

Практика: отработка умения ловить и передавать мяч на месте и в движении.

Занятие 3. Ведение мяча в движении с изменением направления. Финты.

Практика: отработка упражнений.

Занятие 4. Броски мяча на месте и в движении.

Практика: отработка бросков мяча в разных позициях.

Занятие 5. Броски мяча в движении, в прыжке после ведения.

Практика: выполнение упражнений на отработку навыков бросков и ведения мяча.

Занятие 6. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Броски в прыжке.

Практика: отработка упражнения.

Занятие 7. Индивидуальные действия игроков в нападении.

Теория: техника игроков нападения.

Практика: отработка навыка игрока в нападении.

Занятие 8. Индивидуальные действия игроков в защите.

Теория: техника игроков в защите.

Практика: отработка навыков игры в защите.

Раздел 2. Техническая подготовка.

Занятие 9. Передачи мяча сверху, снизу с отскоком от пола одной, двумя руками.

Практика: отработка передачи мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

Занятие 10. ОФП. Броски мяча на месте.

Практика: отработка бросков мяча с места.

Занятие 11. Финты. Передачи мяча.

Теория: виды передачи мячей.

Практика: отработка различных передач.

Занятие 12. Финты. Передачи мяча по восьмерке.

Теория: техника передачи мяча по восьмерке.

Практика: выполнение упражнения.

Занятие 13. Ведение мяча с сопротивлением и без сопротивления защитника.

Теория: Имитация действий атаки против игрока защиты.

Практика: отработка техники ведения мяча в различных условиях.

Занятие 14. Штрафной бросок. Броски мяча со средней дистанции.

Теория: техника выполнения штрафного броска.

Практика: тренировка по выполнению штрафных бросков, броски мяча с дистанции.

Занятие 15. Ловля высоко летящих мячей.

Теория: правила приема высоко летящих мячей.

Практика: выполнение упражнений.

Занятие 16. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски.

Теория: техника ведения мяча без зрительного контроля.

Практика: отработка упражнения.

Занятие 17. Личная система защиты. Броски.

Теория: как правильно создать личную систему защиты.

Практика: отработка бросков.

Занятие 18. Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.

Практика: отработка передач и бросков.

Занятие 19. Передачи мяча в шеренгах, колоннах на месте и в движении.

Практика: отработка передачи мяча в колоннах и шеренгах на месте и в движении.

Занятие 20. Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди».

Практика: упражнение в игровой форме.

Раздел 3. Тактическая подготовка.

Занятие 21. Тактические действия игроков в защите.

Теория: тактика игрока защиты.

Практика: тренировка игроков в защите.

Занятие 22. Броски мяча со средней дистанции.

Практика: отработка бросков мяча с дистанции.

Занятие 23. ОФП. Ловля высоко летящих мячей.

Практика: выполнение упражнений для улучшения техники.
Занятие 24. Тактические действия игроков в нападении.
Теория: тактика игроков, играющих в нападении.
Практика: отработка навыков ведения игры в нападении
Занятие 25. Заслоны. Финты.
Теория: техника безопасности при выполнении упражнений.
Практика: выполнение заданий для совершенствования техники игры.
Занятие 26. ОФП. Тестовый контроль.
Практика: выявление уровня освоения материала с помощью учебных упражнений.
Занятие 27. Финты, заслоны. Передача мяча по восьмерке.
Практика: отработка передач.
Занятие 28. Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.
Практика: выполнение упражнений в игровой форме.
Занятие 29. Финты, заслоны. Контрольные испытания.
Практика: совершенствование техники выполнения упражнений.
Занятие 30. Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.
Практика: выполнение упражнений по передачам и броскам.
Занятие 31. Зонная система защиты 2х3.
Теория: зонная система защиты.
Практика: применение знаний на практике (тренировка с использованием знаний о зонной системе защиты).
Занятие 32. СФП. Штрафные броски.
Практика: отработка штрафных бросков.
Занятие 33. Тактические действия игроков в защите.
Практика: отработка действий игроков защиты.
Занятие 34. Игровая комбинация «вертушка». Штрафной бросок.
Практика: выполнение игровой комбинации, отработка бросков.
Занятие 35. Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.
Практика: оттачивание техники заслона, наведения, вырывания и выбивания мяча.
Занятие 36. Учебная игра. Навыки судейства. Броски мяча с различных точек.
Теория: функция судьи, повторение правил игры в баскетбол.
Практика: отработка навыков судейства в ходе игры.
Занятие 37. Передача мяча в тройке по восьмерке. Ловля высоко летящих мячей.
Практика: выполнение упражнений, направленных на отработку умения передавать мяч, ловить высоко летящие мячи.
Занятие 38. Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.
Практика: выполнение упражнений – бросок мяча.
Занятие 39. Тактические действия игроков в нападении.
Теория: тактика игры в нападении.

Занятие 40. Тактические действия игроков в защите.

Теория: тактика игроков, играющих в защите.

Занятие 41. Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.

Практика: выполнение упражнений на закреплений умений передавать и бросать мяч.

Раздел 4. Физическая подготовка.

Занятие 42. ОФП.

Практика: выполнение упражнений, направленных на улучшение общей физической подготовки.

Занятие 43. Зонная система защиты 3х2.

Практика: применение знаний о зонной защите во время игры.

Занятие 44. Внешний, внутренний заслон. Штрафной бросок.

Практика: отработка заслонов разных видов. Совершенствование штрафного броска.

Занятие 45. Личная система защиты.

Практика: выстраивание личной защиты во время игры в баскетбол.

Занятие 46. Передачи мяча сверху, снизу с отскоком от пола одной, двумя руками с сопротивлением защитника.

Практика: совершенствование передач из разных позиций.

Занятие 47. Учебная игра. ОФП.

Практика: контроль изученного материала в ходе игры, выполнение упражнений, направленных на общую физическую подготовку.

Занятие 48. Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.

Теория: техника безопасности при игре в баскетбол.

Практика: выполнение заданий, направленных на отработку навыков заслона, наведения, вырывания и выбивания мяча.

Занятие 49. Внешний, внутренний заслон. Штрафной бросок.

Практика: отработка бросков.

Занятие 50. Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.

Теория: техника безопасности при игре в баскетбол.

Практика: выполнение заданий, направленных на отработку навыков заслона, наведения, вырывания и выбивания мяча.

Занятие 51. Игровая комбинация « Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.

Практика: отработка бросков в ходе игры.

Занятие 52. Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.

Практика: выполнение упражнений по передачам и броскам.

Занятие 53. Личная система защиты.

Практика: выстраивание личной защиты в ходе игры.

Занятие 54. Зонная система защиты 2х3, 3х2.

Практика: отработка навыка организации защиты во время игры.

Занятие 55. Передачи мяча сверху, снизу, с отскоком от пола одной, двумя руками с сопротивлением защитника.

Практика: совершенствование передач в разных позициях.

Занятие 56. Совершенствование техники броска мяча со средней дистанции.

Практика: выполнение упражнений по теме занятия.

Занятие 57. Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.

Теория: техника безопасности при игре в баскетбол.

Практика: выполнение заданий, направленных на отработку навыков заслона, наведения, вырывания и выбивания мяча.

Занятие 58. ОФП.

Практика: выполнение упражнений, способствующих улучшению общей физической подготовки.

Занятие 59. Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.

Практика: отработка изученного материала в форме игры.

Занятие 60. Тактические действия игроков в защите.

Теория: тактика игрока, играющего в защите.

Практика: применение навыков в ходе игры.

Занятие 61. Игровая комбинация «вертушка». Штрафной бросок.

Практика: отработка броска, совершенствование навыков в ходе игры.

Занятие 62. Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.

Теория: техника безопасности при игре в баскетбол.

Практика: выполнение заданий, направленных на отработку навыков заслона, наведения, вырывания и выбивания мяча.

Занятие 63. Учебная игра. Броски мяча с различных точек.

Практика: отработка бросков с разных дистанций и разных точек.

Занятие 64. Учебная игра. Финты, заслоны.

Практика: закрепление навыков в ходе игры в баскетбол.

Занятие 65. Учебная игра. Броски мяча с различных точек.

Практика: совершенствование техники бросков.

Занятие 66. Контрольное тестирование.

Практика: выполнение практических заданий, позволяющих выявить уровень освоения материала.

Занятие 67. Урок – повторение.

Практика: выполнение упражнений, направленных на повторений всех изученных ранее тем.

Занятие 68. Итоговый урок.

Практика: соревнования.

Планируемые результаты

В процессе освоения программы обучающийся будет:

- Знать:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий по баскетболу;

- название разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- упражнения на развитие физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

- Уметь:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по баскетболу;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по баскетболу; играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

**Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»
2.1. Календарный учебный график**

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
---	-------	-------	------------------	---------------	--------------	--------------	------------------	----------------

1	сентябрь	12	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Соблюдение основ техники безопасности на занятиях. Ведение мяча. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Беседа Инструктаж
2		14	17.00-17.40	Фронтальная	1	ОФП. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Предварительный контроль
3		19	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Ведение мяча в движении с изменением направления. Финты.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
4		21	17.00-17.40	Групповая	1	Броски мяча на месте и в движении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
5		26	17.00-17.40	Групповая	1	Броски мяча в движении, в прыжке после ведения.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
6		28	17.00-17.40	Групповая	1	Ведение мяча с сопротивлением защитника. Броски в прыжке.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
7	октябрь	3	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Индивидуальные действия игроков в нападении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
8		5	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Индивидуальные действия игроков в защите.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
9		10	17.00-17.40	Групповая	1	Передачи мяча сверху, снизу с отскоком от пола одной, двумя руками.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
10		12	17.00-17.40	Фронтальная	1	ОФП. Броски мяча на месте.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Промежуточный контроль
11		17	17.00-17.40	Групповая	1	Финты. Передачи мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
12		19	17.00-17.40	Групповая	1	Финты. Передачи мяча по восьмерке.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль

13		24	17.00-17.40	Групповая	1	Ведение мяча с сопротивлением и без сопротивления защитника.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
14		26	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Штрафной бросок. Броски мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
15		31	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Ловля высоко летящих мячей.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
16	ноябрь	2	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Ведение мяча без зрительного контроля. Броски.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
17		7	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Личная система защиты. Броски.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
18		9	17.00-17.40	Фронтальная	1	Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
19		14	17.00-17.40	Групповая	1	Передачи мяча в шеренгах, колоннах на месте и в движении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
20		16	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди».	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
21	декабрь	21	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в защите.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
22		23	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Броски мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
23		28	17.00-17.40	Индивидуальная	1	ОФП. Ловля высоко летящих мячей.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
24		30	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в нападении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль

25	декабрь	5	17.00-17.40	Фронтальная	1	Заслоны. Финты.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
26		7	17.00-17.40	Индивидуальная	1	ОФП. Тестовый контроль.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Оперативный контроль
27		12	17.00-17.40	Групповая	1	Финты, заслоны. Передача мяча по восьмерке.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
28		14	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
Всего в 1 полугодии: 28 часов.								
29	январь	9	17.00-17.40		1	Финты, заслоны. Контрольные испытания.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
30		11	17.00-17.40	Групповая	1	Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
31		16	17.00-17.40	Групповая	1	Зонная система защиты 2х3.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
32		18	17.00-17.40		1	СФП. Штрафные броски.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
33		23	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в защите.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
34		25	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «вертушка». Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
35		30	17.00-17.40		1	Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
36	февраль	1	17.00-17.40	Командная	1	Учебная игра. Навыки судейства. Броски мяча с различных точек.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Индивидуальная форма контроля

37		6	17.00-17.40	Групповая	1	Передача мяча в тройке по восьмерке. Ловля высоко летящих мячей.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
38		8	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
39		13	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в нападении.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Предварительный контроль
40		15	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в защите.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Предварительный контроль
41		20	17.00-17.40	Групповая	1	Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
42		22	17.00-17.40	Индивидуальная	1	ОФП.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Индивидуальная форма контроля
43		27	17.00-17.40	Групповая	1	Зонная система защиты 3х2.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
44		29	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Внешний, внутренний заслон. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
45	март	5	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Личная система защиты.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
46		7	17.00-17.40	Групповая	1	Передачи мяча сверху, снизу с отскоком от пола одной, двумя руками с сопротивлением защитника.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
47		12	17.00-17.40	Командная	1	Учебная игра. ОФП.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Промежуточный контроль
48		14	17.00-17.40	Групповая	1	Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль

49		19	17.00-17.40	Групповая	1	Внешний, внутренний заслон. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
50		21	17.00-17.40	Групповая	1	Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
51		26	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
52		28	17.00-17.40	Групповая	1	Большая, малая восьмерка. Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
53	апрель	2	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Личная система защиты.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
54		4	17.00-17.40	Групповая	1	Зонная система защиты 2х3,3х2.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
55		9	17.00-17.40	Групповая	1	Передачи мяча сверху, снизу, с отскоком от пола одной, двумя руками с сопротивлением защитника.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
56		11	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Совершенствование техники броска мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
57		16	17.00-17.40	Групповая	1	Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
58		18	17.00-17.40	Индивидуальная	1	ОФП.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
59		23	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «Отдай мяч – выйди». Бросок мяча со средней дистанции.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
60		25	17.00-17.40	Групповая	1	Тактические действия игроков в защите.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль

61		30	17.00-17.40	Групповая	1	Игровая комбинация «вертушка». Штрафной бросок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
62	Май	7	17.00-17.40	Групповая	1	Заслон, наведение, вырывание и выбивание мяча.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
63		14	17.00-17.40	Командная	1	Учебная игра. Броски мяча с различных точек.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
64		16	17.00-17.40	Фронтальная	1	Учебная игра. Финты, заслоны.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
65		21	17.00-17.40	Фронтальная	1	Учебная игра. Броски мяча с различных точек.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Текущий контроль
66		23	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Контрольное тестирование.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Соревнования
67		28	17.00-17.40	Индивидуальная	1	Урок - повторение	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Оперативный контроль
68		30	17.00-17.40	Групповая	1	Итоговый урок.	МАОУ Усть-Ивановская СОШ	Соревнования
Всего: 68 часов. 1 полугодие – 28 ч., 2 полугодие – 40 ч.								

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение занятий

Спортивный зал с разметками и освещением.

Для занятий имеется следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты с кольцами-2 комплекта.
2. Щиты тренировочные с кольцами-2шт.
3. Стойки для обводки-10шт.
4. Гимнастическая стенка
5. Гимнастические скамейки-6шт.
6. Гимнастические маты-10шт.
7. Скакалки
8. Мячи набивные-5шт

9. Мячи баскетбольные-20шт.
10. Гантели различной массы
11. Насос ручной со штурцером-1шт.

Информационное обеспечение

Сайт МАОУ ЦДОД Благовещенского МО

Страница ВК МАОУ ЦДОД Благовещенского МО

Сайт МАОУ Усть-Ивановской СОШ <https://blguik.obramur.ru/>

Страница ВК МАОУ Усть-Ивановской СОШ

Кадровое обеспечение: Печёнкина Елена Викторовна, педагог дополнительного образования, 1 квалификационная категория.

Деятельность реализуется в соответствии с должностной инструкцией педагога дополнительного образования, рабочей программы и планом работы педагога дополнительного образования.

2.3 Форма аттестации

Способы проверки образовательной программы:

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

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов.

Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится два раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Формы отслеживания и фиксации результатов:

- журнал посещаемости;
- грамота, диплом.

Оценочные материалы

Контроль за эффективностью физической подготовки проверяется с помощью специальных контрольно-переводных нормативов, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств. Контроль эффективности технической подготовки осуществляется тренером.

№ п/п	Тесты	Баллы				
		5	4	3	2	1
1	Подтягивание на перекладине (количество раз)	8 и выше	6 - 7	3 - 5	1 - 2	0

2	<i>Отжимание от пола (количество раз)</i>	<i>35 и выше</i>	<i>32 - 34</i>	<i>29 – 31</i>	<i>23 - 28</i>	<i>22 и ниже</i>
3	<i>Бег 30 м/сек.</i>	<i>5,0 и выше</i>	<i>5,05-5,25</i>	<i>5,3 – 5,6</i>	<i>5,7 - 5,9</i>	<i>6.0 и хуже</i>
4	<i>Бег 1000 м/мин.</i>	<i>4.05 и выше</i>	<i>4.06 - 4.20</i>	<i>4.21 - 4.35</i>	<i>4.36 - 4.50</i>	<i>4.51 и хуже</i>
5	<i>Поднимание туловища (количество раз)</i>	<i>44 и выше</i>	<i>41 - 43</i>	<i>38 – 40</i>	<i>34 - 39</i>	<i>33 и хуже</i>

предварительный контроль -8б
 промежуточный контроль -12б
 итоговый контроль 16б

Техническая подготовка.

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

Система диагностики – тестирование физических и технических качеств.

Нормативы технической подготовки обучения

Оценка	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	10	9	20	18
4	8	7	23	16
3	7	5	25	12

Оценка по уровням владения контрольными упражнениями:

- 5- высокий,
- 4-оптимальный,
- 3-достаточный

Штрафные броски. Выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет два броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции выполняются от 10 равноудаленных точек по 2 броска с каждой точки. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3 – секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо, Если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в

кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнение в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. *Передачи мяча в стену на скорость.* Встать на расстояние 2-3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течении 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

Материал для проверки знаний по теоретической подготовке

Проверка знаний учащихся проводится в конце учебного года в виде устных ответов по разработанным билетам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе (2 вопроса на выбор).

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?
5. В какой цвет должен быть окрашен мяч?
6. Сколько таймов в одном матче?
7. Какие бывают броски?
8. Какими бывают передачи?
9. В каком году образовался баскетбол?
10. Сколько длится матч?
11. Какие травмы можно получить при занятиях спортом?
12. Признаки переутомления?
13. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
14. Спортивная одежда баскетболиста?
15. Основные правила в баскетболе?
16. Что такое стандартное положение?
17. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
18. Для чего нужен дневник самоконтроля?
19. Первая помощь при вывихе?
20. Из чего состоит баскетбольный матч?
21. Какие дополнительные правила используются в игре?
22. От чего зависит выбор тактики в игре?
23. Заслуги наших сборных по баскетболу на Олимпийских играх.

2.5 Методические материалы

Необходимыми документами для реализации программы является наличие плана работы педагога, плана-сетки проводимых мероприятий в рамках кружка, должностной инструкции педагога-предметника, методического материала в соответствии с тематикой и направленностью кружка, реквизита для проведения мероприятий, разработки системы отслеживания результатов педагогической деятельности и деятельности обучающихся по программе.

При реализации программы активно используются разные *методы обучения*

1. Словесный

2. Наглядный,
3. Практический,
4. Объяснительно-иллюстративный,
5. Репродуктивный,

А так же *методы воспитания*: убеждение, упражнение, поощрение, мотивация.

Весь образовательный и воспитательный процесс построен на следующих педагогических технологиях-дистанционного, группового обучения. Активно используются здоровьесберегающие технологии.

2.6 Модуль для дистанционного обучения

№ п/п	Количество часов	Тема занятия	Форма контроля
1	1	Правила техники безопасности на занятиях баскетболом. https://www.youtube.com/watch?v=lfGEadYiRp0	Проверочная работа
2-3	2	Сведения о строении и функциях организма человека https://www.youtube.com/watch?v=2o1z3pMWZ4k	Викторина
4	1	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль https://www.youtube.com/watch?v=mmgn_IS8rtQ	Викторина.
5-6	2	История возникновения и развития баскетбола. https://testedu.ru/test/fizkultura/5-klass/basketbol-istoriya-voznikoveniya-vidyi.html	Тест
7-8	2	Правила игры в баскетбол.	Видеоотчет
9-10	2	Гимнастические упражнения	Видеоотчет
11-12	2	Акробатические упражнения	Видеоотчет
13	1	Упражнения для развития прыгучести.	Видеоотчет
14	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	Видеоотчет
15	1	Упражнения для развития силовых качеств.	Видеоотчет

16	1	Итоговое занятие	Онлайн – зачет
----	---	------------------	-------------------

Контроль выполнения заданий производится с помощью группы в Whats app, а также с помощью видеоконференций.

Список литературы

Для педагога:

1. «Баскетбол//теория и методика обучения //учебное пособие/Д. И. Нестеровский, - М./ИЦ «Академия,2007»-98с.
2. «Баскетбол//Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва,1984-75с.
3. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон, В.И. Лях -М. //Просвещение,200-23с.
4. «Физическая культура», В.П. Богословский, Ю.Д. Железняк, Н.П. Клусов - М.//Просвещение,1998. – 74с.
5. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов//Пособие для учителя/ В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Ю.А. Копылов. – М.: Просвещение,1997-95с.
6. «Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС,2000-32с.
7. «Теория и методика физической культуры СПб /издательство «Лань», 2003-76с.
8. «Физическая культура» Н.В. Решетников Ю.Л. Кислицын Р.Л. Палтикевич Г.И. Погадаев ИЦ «Академия»,2008-87с.
9. «Общая педагогика физической культуры и спорта» - М.//ИД «Форум», 2007-74с.

Для детей и родителей:

1. Баскетбол. Справочник болельщика/Серия «Мастер игры». Ростов н/Д: «Феникс», 2000. – 352 с.
2. Венгер Л.А. Педагогика способностей. - М.://Просвещение, 1973. - С.79-81.
3. Жданов Л.Н. Возраст спортивных достижений // Теория и практика физ. культуры. – 1996.
4. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист. - М.// 1987.