



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ села ВАЕГИ»

ПРИНЯТА  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 7  
от 28.05.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 75/4-ОД от 28.05.2024 г



**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**Физкультурно - спортивной направленности**  
**Секция «Баскетбол»**  
(Основное общее образование)

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы – 68 часа

Возраст обучающихся первого года обучения: 10-16 лет

Автор-составитель: Коровье Н.М.,  
Коровье Наталья Михайловна  
Педагог дополнительного образования

с. Ваеги 2024год

## **«Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1. Пояснительная записка.**

**1.1** Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу имеет физкультурно-спортивную направленность.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья учащихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- СанПиН 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 № 224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009);
- основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Центр образования с. Ваеги»;
- Положением о рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) МБОУ «Центр образования с. Ваеги», утвержденным приказом № -од от .2024г.;
- рабочей программой воспитания МБОУ «Центр образования с. Ваеги» утвержденной приказом № от 2024г

### **1.2 Характеристика обучающихся по программе**

Настоящая дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Баскетбол» является программой дополнительного образования, предназначенной для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5–9 классов общеобразовательной школы базового уровня, программа «Баскетбол» по духовно-нравственному направлению разработана в соответствии с новыми требованиями ФГОС ООО.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

**1.3 Актуальность программы** 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. Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного

досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Педагогическая целесообразность** данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

### **Педагогическая целесообразность**

Баскетбол - спортивная игра, которая пользуется большой популярностью во всем мире, особенно среди молодежи. Занятия баскетболом способствуют развитию многих физических способностей: силы рук и плечевого пояса, прыгучести, быстроты реакции, координации движений в пространстве и во времени. Баскетбол считается одним из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными, как невысокого роста, так и высокого. Занятия с мячом улучшают реакцию ребенка, формируя и укрепляя ее, кроме того, в процессе игры тренируются сразу нескольких групп мышц, а также общая выносливость организма, что очень важно для детского организма. К тому же, баскетбол - это командная игра. Поэтому, играя, ребенок становится ближе к коллективу, налаживая товарищеские отношения и улучшая свои навыки общения. Также детский спорт развивает дух соперничества между игроками разных команд. С самого детства ребенок будет стремиться к высотам, развивая упорство и силу воли, которые потом обязательно пригодятся ему в будущем. Баскетбол один из самых доступных видов спорта, в нем могут проявить себя игроки с различными физическими данными.

### **Программа направлена на:**

- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- выявление, развитие и поддержку талантливых детей, проявивших способности;
- профессиональную ориентацию;
- социализацию и адаптацию к жизни в обществе;
- формирование общей культуры;
- профилактику асоциального поведения

**1.4 Основные особенности программы.** Тренер-преподаватель зачисляет на базовый уровень всех желающих заниматься баскетболом при отсутствии медицинских

противопоказаний врача-педиатра. Поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

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

**Адресат программы.** В программу принимаются дети в возрасте 9 лет, проявляющие интерес к занятиям по баскетболу, допущенные врачом к занятиям физической культурой. В дальнейшем они проходят медицинский контроль 1 раз в год. Два раза в год в учебно-тренировочных группах проводятся контрольные испытания по общей, специальной физической и технической подготовке.

**1.5 Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:** групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медико-восстановительные мероприятия; тестирование и медицинский контроль; участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах; инструкторская и судейская практика обучающихся.

#### **1.6 Объем и срок освоения программы:**

Срок освоения программы - 1 год.

Всего - 68 часов.

#### **1.7 Режим занятий**

Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

На первый год обучения зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься баскетболом и имеющие письменное разрешение врача

## **2. ОБУЧЕНИЕ**

### **2.1 Цели программы:**

- укрепление здоровья, формирование навыков адаптации к жизни в обществе;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях физической культуры и спортом;

- выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся.

### **Задачи программы:**

#### *Обучающие:*

- освоить технику игры в баскетбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

#### *Развивающие:*

- содействовать всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повысить уровень физической подготовленности, совершенствовать технико-тактическое мастерство;
- развить мотивацию обучающихся к познанию и творчеству.

#### *Воспитательные:*

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

## **2.2 учебный план**

№пп	Разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности при организации занятий.	1	1	-	Промежуточная аттестация
2	История развития баскетбола.	1	1	-	Промежуточная аттестация
3	Общая физическая подготовка	10		10	Промежуточная аттестация
4	Техническая подготовка	22	-	22	Промежуточная аттестация
5	Тактическая подготовка	22	-	22	Промежуточная аттестация
6	Специальная физическая подготовка	10	-	10	Промежуточная аттестация
7	Контрольные игры и соревнования	1	-	1	Согласно календарному плану
8	Тестирование	1	-	1	Итоговая
<b>ИТОГО</b>		<b>68</b>	<b>2</b>	<b>66</b>	

## **2.3. Содержание учебного план.**

### ***Техника безопасности***

- понятие техники безопасности;

- техника безопасности во время занятий физической культурой и спортивными играми;

- правила техники безопасности на занятиях по баскетболу.

### ***Теоретическая подготовка***

- дыхательная система и ее функции при занятиях физическими упражнениями; что такое дыхательный режим; его значение;

-преимущества хорошей осанки и регулярных занятий физическими упражнениями;

- влияние семьи и сверстников на индивидуальный выбор здорового образа жизни;

- личностные положительные качества и влияние сверстников на поведение. Что такое хорошее состояние, самочувствие?;

- азбука баскетбола (основные технические приемы).

### ***Общая физическая подготовка***

- основная стойка, построение в колонну по одному и шеренгу самостоятельно и по сигналу учителя на время, размыкание в колонне и шеренге на вытянутые руки, упражнения для формирования осанки, основные исходные положения для рук и ног, упражнения без предметов;

- ходьба по кругу, в колонне, на носках, пятках, в полуприседе; бег в удобном спокойном темпе 3-5 минут;

- прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением, в длину с места, с высоты 30 см;

- метание малого мяча в цель и на дальность;

- лазание по гимнастической стенке, скамейке, в упоре стоя на коленях, перелезание через скамейку, подлезание под гимнастического козла, коня; группировки, перекаты в группировке;

- бег: встречная эстафета, ускорение на 30, 40, 50 м. Бег на 60 м. Бег 20 м с высокого старта. Преодоление препятствий в беге;

- прыжки в глубину с высоты 60-70 см, напрыгивание на препятствие, прыжки в длину с места сериями отталкиваясь правой и левой ногой, прыжки в высоту, опорные прыжки;

- метание малого мяча, набивного мяча из различных положений одной и двумя руками;

- силовые упражнения, лазание, подтягивание сериями, переворот в упор, махом одной и толчком другой ногой; размахивание в упоре на брусьях, вис-угол в висе.

- кувырки, стойки на голове и руках, сочетание приемов;

- старт из положения с опорой на одну руку, эстафета, челночный бег 4X10 м и 6X10 м;

- прыжки в длину с места и разбега, прыжки в высоту, опорные прыжки, прыжки через скакалку;

- метания набивного мяча (1 кг) из различных исходных положений двумя руками и одной, метание малого мяча и гранаты весом в 300 грамм (мальчики), метание в цель;

- силовые упражнения со штангой и гантелями, передвижение в висе;

- бег с низкого старта, старт из различных исходных положений, бег с преодолением 2-3 вертикальных препятствий, бег с ускорением, поворот и переменный бег, кросс 2,5 –3 км;

- прыжок с места, тройной, пятерной с места, напрыгивание на высоту до 80 см, прыжки в высоту с прямого разбега, прыжки способом «перешагивание», прыжки через скакалку 3 раза по 1 мин, опорные прыжки;

- метание гранаты 300 г и 500 г на дальность;

- подтягивание из вися, переворот в упор на низкой перекладине, переворот вперед на низкой жерди разновысоких брусьев;

- лазание по канату на скорость с помощью ног.

### ***Специальная физическая подготовка***

- броски, ловля мячей, передача партнеру;

- остановка в движении по звуковому сигналу;

- подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча;

- различные игры и игровые упражнения с малыми и большими (резиновыми) мячами, стойка игрока, передвижение игрока в стойке, остановка по звуковому сигналу (свистку), различные комплексы упражнений с малыми и большими мячами;

- остановка прыжком;

- ловля и передача мяча с шагом и сменой мест. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении;

- ведение мяча с изменением направления;

- бросок мяча одной рукой с места, бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения с отражением от щита;

- сочетание пройденных элементов, бросок по кольцу после ведения и остановки; ведение мяча с изменением направления и скорости, остановка в два шага; ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении, передача мяча двумя руками от груди при встречном беге в колоннах;

- передача мяча одной рукой от плеча;

- броски мяча в корзину в движении, бросок в корзину одной рукой после движения, бросок в корзину одной рукой после ведения, броски мяча в корзину в движении после двух шагов;

- учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам;

- повороты на месте, остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх, ведение мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока;

- передача мяча одной рукой от плеча после ведения, передача мяча на месте с отскоком от пола

- броски в движении после двух шагов, бросок в прыжке одной рукой с места, бросок мяча одной рукой в прыжке с поворотом на 180 градусов, толкаясь одной ногой, штрафной бросок;

- индивидуальные защитные действия: передвижение защитника, вырывание и выбивание мяча;

- игра в защите, опека игрока; учебная двухсторонняя игра.

### ***Техническая подготовка***

- техника – основа спортивного мастерства. Передвижение по площадке в низкой стойке. Передача мяча, ведение, бросок. Целесообразность применения приемов в конкретной игровой обстановке. Выбор свободного места для получения мяча. Перемещение защитника, его расположение по отношению к щиту и противнику;

- техника передвижений. Основная сойка баскетболиста;

- бег с изменением направления и скорости. Передвижение приставными шагами (правым и левым боком, вперед и назад). Остановки во время бега: шагом, прыжком. Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку на уровне груди. Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Ведение мяча правой, левой рукой и попеременно. Ведение с изменением направления. Броски мяча двумя руками, от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита. Техника защиты;

- техника владения мячом. Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Перемещение в стоке защитника вперед, в стороны, назад;

- индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча. Целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов. Командные действия: нападение по принципу выбора свободного места. **Индивидуальные действия:** умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча.

- техника нападения. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко–на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой;

- техника защиты. Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча;

- характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия;

***Тактическая подготовка***

- тактика нападения;
- индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок;
- групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1); командные действия: нападение с целью выбора свободного места;
- тактика защиты;
- индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч; командные действия: личная защита;
- контрольные игры и соревнования;
- правила соревнований, положение о соревнованиях, расписание игр, оформление хода и результатов соревнований.

***Практические занятия.*** Учебно-тренировочные игры, соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола, сдача тестов.

## **2.4 Планируемые результаты освоения курса «Баскетбол»**

### ***Предметные результаты обучения.***

Изучать историю баскетбола и запоминать имена выдающихся отечественных баскетболистов. Овладеть основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдать правила безопасности, чтобы избежать травм при занятиях баскетболом. Выполнять контрольные упражнения и тесты. Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.

Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности. Моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов.

### ***Личностные результаты обучения.***

Определять возможные роли в совместной деятельности; играть определенную роль в совместной деятельности; принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории.

Определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации; строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности; корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы,

перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен); критически относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его; предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации; выделять общую точку зрения в дискуссии; договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей; организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

### ***Метапредметные результаты обучения.***

Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека.

## **2.5. Способы и формы определения результатов обучения**

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течении всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнениях контрольных упражнений, зачетные игры.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовки, участие в соревнованиях разных уровней.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствований программы и методов обучения.

### **3. ВОСПИТАНИЕ**

#### **3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст.2, п.2)

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей.

Для решения задач воспитания при реализации образовательной программы необходимо создать и поддерживать определённые условия физической безопасности, комфорта, активностей детей и обстоятельств их общения, социализации, признания, самореализации, творчества.

Ценностно-целевую основу воспитания детей при реализации программы составляют целевые ориентиры воспитания как ожидаемые результаты воспитательной деятельности в процессе реализации программы.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются в соответствии с предметными направленностями разрабатываемых программ и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование:

- понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- безопасного поведения; культуры самоконтроля своего физического состояния;
- стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- уважения к старшим, наставникам;
- дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности;

- сознания ценности физической культуры, эстетики спорта;
- интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;
- стремления к командному взаимодействию и общей победе.

### **3.2 Формы и методы воспитания**

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся:

- усваивают информацию, имеющую воспитательное значение;
- получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации;
- осознают себя способными к нравственному выбору;
- участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.
- получение информации об открытиях, изобретениях, достижениях в науке и спорте, о художественных произведениях и архитектуре, о традициях народного творчества, об исторических событиях;
- изучение биографий деятелей российской и мировой науки и культуры, спортсменов, путешественников, героев и защитников Отечества и т.д. - источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения.

Практические занятия детей (тренировки, репетиции, конструирование, подготовка к конкурсам, соревнованиям, туристическим походам, выставкам, участие в дискуссиях, в коллективных творческих делах и проч.) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Участие в проектах и исследованиях способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, даёт опыт долгосрочной системной деятельности.

В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Итоговые мероприятия: конкурсы, соревнования, спортивные фестивали, презентации проектов и исследований, туристические

### **3.3. Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонафицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур - опросов, интервью - используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

#### 3.4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
<b>1. Нравственное воспитание</b>				
1	Индивидуальное воспитание спортсмена, ознакомление со спортивными событиями в России и мире, роль спорта в нашей стране и мире, роль детского спортивного воспитания	В течении года	Беседы, дискуссии	Статья, видео чат в ТГ
<b>2. Эстетическое воспитание</b>				
2	Ознакомление с жизнью выдающихся спортсменов, спортивной жизнью других стран, спортивными традициями других народов	В течении года	Беседы, дискуссии	Статья, видео чат в ТГ
<b>3. Трудовое воспитание</b>				
3	Воспитание трудолюбия, добросовестного отношения к труду	В течение года	Беседы, трудовые десанты, субботники,	Статья, видео чат в ТГ

			генеральные уборки	
<b>4. Работа с родителями</b>				
4	Проведение родительских собраний, постоянная связь с родителями	В течение года	Беседы, совместное посещение соревнований, посещение родителями тренировок	Статья, видео чат в ТГ
<b>5. Связь с образовательным процессом</b>				
5	Контроль за успеваемостью, воспитательная работа совместно с учителями-предметниками	В течение года	Беседы, участие в педсоветах	Статья, видео чат в ТГ

## 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 4.1 Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	<b>Введение</b>	1		
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	1	Лекция	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
2	История развития баскетбола. Российские баскетболисты на Олимпийских играх	1	Лекция	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
	<b>Общая физическая подготовка</b>	10		
3	Значение общей физической подготовки для развития спортсмена. Бег. Ускорения	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
4	Бег. Ускорения с максимальной скоростью	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
5	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
6	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения типа «полоса препятствий» с различными заданиями	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .

7	Упражнения для развития силы. Эстафеты без предметов и с мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
8	Упражнения для развития силы. Эстафеты без предметов и с мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
9	Упражнения для развития ловкости и гибкости. Комбинированные упражнения по круговой системе	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
10	Упражнения для развития ловкости и гибкости. Комбинированные упражнения по круговой системе	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
11	Развитие прыгучести. Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
12	Развитие прыгучести. Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
	<b>Техническая подготовка</b>	<b>22</b>		
13	Классификация техники игры в баскетбол. Имитационные упражнения без мяча и с мячом	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
14	Упражнения с мячом. Передача и ловля мяча на месте	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
15	Упражнения с мячом. Передача и ловля мяча в движении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
16	Упражнения с мячом. Передача и ловля мяча в движении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
17	Упражнения с мячом. Ведение мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
18	Упражнения с мячом. Ведение мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
19	Упражнения с мячом. Перехват мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
20	Упражнения с мячом. Перехват мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
21	Упражнения с мячом. Броски мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .

			занятия	
22	Упражнения с мячом. Броски мяча	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
23	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
24	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
25	Передвижение в баскетбольной стойке с изменением направления и скорости, с работой рук	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
26	Передвижение в баскетбольной стойке с изменением направления и скорости, с работой рук	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
27	Ловля и передача мяча изученными способами на месте, в движении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
28	Ловля и передача мяча изученными способами на месте, в движении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
29	Обучение броску после ведения, после обводки, после ловли и двух шагов слева, справа и с середины	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
30	Бросок после ведения, после обводки, после ловли и двух шагов слева, справа и с середины	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
31	Ведение мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
32	Ведение мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
33	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
34	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .

	зависимости от ситуации на площадке			
	<b>Тактическая подготовка</b>	22		
35	Классификация тактики игры. Учебная игра	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
36	Классификация тактики игры. Учебная игра	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
37	Действия игрока в защите	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
38	Действия игрока в защите	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
39	Действия игрока в защите	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
40	Действия игрока в нападении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
41	Действия игрока в нападении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
42	Действия игрока в нападении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
43	Действия игрока в защите	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
44	Действия игрока в защите	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
45	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
46	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
47	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
48	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
49	Применение изученных защитных стоек и передвижений в	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .

	зависимости от действий и расположения нападающих			
50	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
51	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
52	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
53	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
54	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
55	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
56	Учебно-тренировочные игры	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
	<b>Специально физическая подготовка</b>	<b>10</b>		
57	Техника безопасности работы с набивными мячами. Гимнастические упражнения ОРУ с набивными мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
58	Техника безопасности работы с набивными мячами. Гимнастические упражнения ОРУ с набивными мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
59	Комбинированные упражнения с мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
60	Комбинированные упражнения с мячами	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
61	Упражнения для развития быстроты передвижения в баскетбольной стойке	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
62	Упражнения для развития быстроты передвижения в	1	Физкультурно-спортивные	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .

	баскетбольной стойке		занятия	
63	Упражнения на развитие специальной прыгучести	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
64	Упражнения на развитие специальной прыгучести	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
65	Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
66	Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
	<b>Контрольные игры и соревнования</b>	1		
67	Контрольные игры и соревнования	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
68	Тестирование	1	Физкультурно-спортивные занятия	<a href="http://www.teoriya.ru/journals/">http://www.teoriya.ru/journals/</a> .
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАООВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

## 4.2. Методическое обеспечение программы

### *Методические материалы*

Данная программа предусматривает как вариативные формы обучения, так и различные варианты специального сопровождения обучающихся. Основные виды занятий тесно связаны между собой и дополняют друг друга.

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих педагогических технологий:

- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология коллективной спортивной деятельности;
- здоровьесберегающая технология.

### *Алгоритм учебного занятия.*

Как и многие другие виды спорта, баскетбол требует постепенного перехода от простого к сложному. Однолетний период реализации программы позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования

полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 10-15 человек.

### ***Требования современного учебного занятия:***

- четкая формулировка темы, цели, задачи занятия;
- занятие должно быть проблемным и развивающим;
- вывод делают сами обучающиеся;
- учет уровня и возможностей обучающихся, настроения детей;
- планирование обратной связи;
- добрый настрой всего учебного занятия.

### ***Структура занятия.***

Построение и структура учебно-тренировочного занятия.

Каждое учебно-тренировочное занятия разделено на четыре блока, взаимосвязанных между собой:

- вводный
- подготовительный (ОФП, СФП)
- основной (ОФП, СФП, технико-тактические действия)
- заключительный.

*Во вводной части* включает создание рабочей обстановки, поставка перед занимающимися задачи, создание четкого представления о содержании основной части. Продолжительность вводной части около 5 мин.

*Подготовительная часть* занятия включает общую и специальную разминку. Задача общей разминки - активизировать (разогреть) мышцы опорно-двигательного аппарата и функции основных систем организма, тесно связанных с физической нагрузкой, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Обычно для этого применяется медленный бег и гимнастические упражнения для всех основных групп мышц. Специальная разминка готовит организм к конкретным заданиям основной части занятия, когда выполняются специально-подготовительные упражнения, сходные по координации движений и физической нагрузке с предстоящими двигательными действиями в основной части занятия. Продолжительность подготовительной части от 10 до 15 мин (зависит от подготовленности занимающихся и характера предстоящего задания).

*Основная часть* занятий бывает простой и сложной. Простая характеризуется однотипной деятельностью (например, кроссовый бег на 1000-1500м, двусторонняя игра в баскетбол, футбол). В сложной части применяются разнородные упражнения,

требующие иногда дополнительной специальной разминки (например, при переходе от прыжков к силовым упражнениям).

Основная трудность при проведении сложной основной части занятий заключается в том, чтобы определить порядок выполнения разнородных упражнений. Рекомендуется в самом начале основной части разучивать технику физических упражнений большей координационной сложности. Тренировочные нагрузки для развития физических качеств целесообразно планировать в следующем порядке: упражнения на быстроту движений, затем на силу и в конце занятия на выносливость. Основная часть занимает в среднем 70% времени.

*В заключительной части* постепенно снижается функциональная активность занимающегося и организм приводится в сравнительно спокойное состояние. Это достигается с помощью медленного бега, ходьбы, упражнений на расслабление.

При необходимости в заключительной части проводится анализ проделанной работы, определяются задания для самостоятельной подготовки и др.

#### **4.3. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы необходимы следующие материально-технические средства:

- спортивный зал;
- спортивные площадки на открытом воздухе;
- различные мячи (баскетбольные, волейбольные, набивные, теннисные);
- баскетбольный щит;
- баскетбольные стойки;
- гимнастическая стенка;
- гимнастические скамейки;
- сигнальные конусы и разметки;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- гимнастические маты.

#### *Дидактическое обеспечение*

Дидактический материал включает в себя:

- содержание инструктажа по правилам техники безопасности для обучающихся, а учебном занятии, во проведения массовых мероприятий и т.п.;
- перечень основных понятий, изучаемых в ходе реализации программы по годам обучения;
- план соревновательной деятельности на учебный год;
- оценочные материалы.

#### **4.4. Список литературы**

Список литературы используемой педагогом:

1. «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.
3. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР. - М.: Советский спорт. 2007. -100 с.
4. Книга тренеров NBA. Техники, тактики и тренерские стратегии от гениев баскетбола. М. «Эксмо». 2017 -368 стр.
5. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с.

#### **Список интернет - ресурсов**

- Спорт.ру — Здесь Вы найдете ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Комментарии российских тренеров и специалистов. Сможете пообщаться на Форуме. Регистрация не нужна.

- ФизкультУРА — На сайте можно смотреть видео, читать и скачивать статьи, программы, книги о спорте, воспитании, оздоровлении, физиологии. Представлено много материала по методике и технике обучения в отдельных видах спорта. Удобный поиск материала по карте сайта. Регистрация не нужна.

- Уроки баскетбола. Баскетбольные тренировки от «А» до «Я» — На сайте представлены уроки баскетбола от специалистов отечественной и заокеанской школ баскетбола.

- Баскетбольный портал — Новости, справочные материалы, тексты книг и пр. по баскетболу и стритболу. Календарь и результаты российских и международных матчей. Фото- и видеогалереи баскетболистов. Форум и блоги.

- Все о баскетболе — информационный сайт об игре в баскетбол.