

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10
ИМЕНИ П.П.ГРИБАЧЕВА Х. КУЛИКОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ

353767 Краснодарский край, Ленинградский район, х. Куликовский, ул. Советов, 4
e-mail: school10@len.kubannet.ru тел. 8(861)45-54-3-31

Согласовано
Заместитель директора по ВР
_____ Е.Н. Амирханова
протокол заседания №1
от 27.08.2025 г

Утверждено
Директор МБОУ СОШ №10
_____ Г.В. Проценко
протокол заседания
педагогического совета №1
от 29.08.2025 г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Баскетбол»

Уровень программы: ознакомительная
Срок реализации программы: 1 год (111 часов)
Возрастная категория: от 10 до 18 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированной
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: _____

Автор-составитель:
Ланко Максим Сергеевич,
педагог дополнительного образования

хутор Куликовский

Нормативно-правовая база

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г;
- Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р.;
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»);
- Письмо Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
- Методические рекомендации Регионального модельного центра дополнительного образования детей Краснодарского края по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2024г;
- Приказ Минтруда России от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Устав МБОУ СОШ № 10 имени П.П. Грибачева х. Куликовского;
- Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБОУ СОШ № 10 имени П.П. Грибачева х. Куликовского

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты».

Пояснительная записка

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься видом спорта «Баскетбол», предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Актуальность программы.

Баскетбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры – баскетбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий баскетболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Педагогическая целесообразность образовательной программы по баскетболу заключается в том, что занятия по ней дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, являются хорошей школой движений. Проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения умения и навыков

самостоятельно заниматься; развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, быстроте и точности передач, чёткости броска и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Отличительная особенность образовательной программы заключается в организации учебного процесса, который включает в себя не только занятия с педагогом в зале, но и активную самостоятельную тренировочную деятельность. Учащиеся выступают на соревнованиях по баскетболу различного уровня. При планировании занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся. Возраст детей: образовательная программа предназначена для учащихся 10-18 лет. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности баскетбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, баскетбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Форма обучения:

- групповая;
- игровая;
- индивидуально-игровая;
- в парах;
- индивидуальная;
- практическая;
- комбинированная;

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 1 час 30 мин., во второй половине дня. Всего - 111 часов. Наполняемость учебной группы – 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса данной дополнительной образовательной программы по баскетболу является модифицированной, так как она разработана на основе типовых программ декоративно-прикладной направленности, с учетом использования различных материалов и технологий, а также способствует расширению и повышению физкультурно-спортивной культуры детей.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

Состав группы постоянный.

Занятие групповые, программой предусматриваются индивидуальные занятия, как с одарёнными детьми, так и с отстающими детьми.

Цель программы: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в баскетбол.

Задачи:

Образовательные:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Личностные :

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;

Метапредметные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

По уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

№		Количество часов	
---	--	------------------	--

	Название раздела, темы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие.	1	1	0	Практическое занятие
2	Общая физическая подготовка	5	0	5	Практическое занятие
3	Специальная физическая подготовка	4	0	4	Практическое занятие
4	Техническая подготовка	10	1	9	Практическое занятие
5	Тактическая подготовка	10	3	7	Практическое занятие
6	Интегральная подготовка	2	0	2	Практическое занятие
7	Учебные игры. Соревнования.	4	0	4	Практическое занятие
8	Итоговое занятие	1	0	1	Практическое занятие
	Итого	37	5	32	

Содержание учебного плана.

Теория: инструктаж по ТБ. Гигиена баскетболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям баскетболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях баскетболом. История развитие баскетбола. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире. Правила игры в баскетбол.

Тема 2: Общая физическая подготовка

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Тема 3: Специальная физическая подготовка

Техника передвижения в защитной стойке:

- передвижения в защитной стойке приставными шагами боком, вперед и назад;
- передвижения в защитной стойке по заданию;
- передвижения с повторением действий партнера («зеркальное» выполнение);
- выполнение передвижений с применением комбинаций из изученных передвижений;
- выполнение других защитных действий до и после перемещения в защитной стойке;

Техника остановки в два шага:

- изучение техники остановки без мяча: во время ходьбы, во время бега в медленном, затем в среднем и быстром темпе (по прямой и с изменением направления);
- внезапная остановка по сигналу;
- остановка после ловли мяча;
- остановка после ведения мяча;

Техника поворотов:

- выполнение поворотов, стоя на месте без мяча;
- то же, но с мячом;
- выполнение поворотов с мячом, стоя рядом с пассивным защитником;
- то же, но против активно действующего защитника;
- выполнение поворотов после ловли, ведения мяча и остановок изученным способом.

Техника передач мяча:

- передача и ловля мяча, стоя на месте;
- то же, но с переносом веса тела напереди стоящую ногу в момент передачи;
- передача в сторону на месте, с шагом вперед и в сторону выполненной передачи;
- передача мяча с последующим движением игрока в ту же сторону, в противоположную, затем – в других направлениях;
- передача мяча стоящим на месте игроком партнеру, двигающемуся навстречу по прямой, под углом; между игроками двигающимися навстречу друг другу; параллельно;
- передача мяча в движении без сопротивления, затем с пассивным и активным противодействием.

Подготовительные упражнения для совершенствования передачи мяча:

- ловля и передача мяча одной рукой (другая за спиной) из-за головы, от плеча, снизу; выполнять у стены или с партнером;
- из стойки ноги на ширине плеч спиной к стене (партнеру) послать мяч назад двумя руками ударом о пол между ног; выполнять у стены или с партнером.
- удерживая мяч двумя руками за спиной, наклоном вперед и движением рук назад послать мяч в стену или партнеру;
- завести мяч правой рукой назад и одновременно с махом правой ногой вправо послать его вперед в стену или партнеру ударом о пол; затем повторить упражнение с левой стороны;
- передачи двух мячей в стену (партнеру); ловить мяч только левой рукой, перекладывать его в правую руку и выполнять передачи; затем упражнение выполнять в противоположной последовательности

Вырывание и выбивание мяча:

- базовым элементом является активный поворот туловища для вырывание и короткий удар ребром ладони по мячу сверху вниз или снизу вверх для выбивания мяча;
 - для разучивания создаются упрощенные условия: нападающий, владеющий мячом, дает возможность защитникам опробовать изучаемые действия и добиться успеха.
- после изучения ведения мяча по прямой и с изменением направления и скорости нужно приступить к ведению мяча с меняющейся высотой отскока – оно применяется при прохождении вступающего в борьбу за мяч противника:
- начинать обучение с разучивания перехода от среднего ведения к низкому в положении стоя на месте, при ходьбе;
 - задание следует давать на количество ударов, на зрительные ориентиры, после чего преодолевать сопротивление пассивного, а затем и активного защитника.

Тема 4: Техническая подготовка

Упражнения для совершенствования техники броска в прыжке:

1. Броски в прыжке с 4-5м.
2. Броски в прыжке после финтов на передачу, дальний бросок, проход, а затем бросок в прыжке т.д.
3. То же, но с пассивным и активным защитниками.

Индивидуальные защитные действия – передвижения защитника:

1. Перемещения в защитной стойке в стороны, вперед, назад.
2. То же по заданию.
3. То же, повторяя действия соупражняющегося.
4. Выполнение других действий до и после движения в защитной стойке.

Нападение быстрым прорывом:

- базовым элементом является своевременная передача свободному игроку;
- обыгрывание с численным превосходством 2 или 3 игроками выполняется нападающим, свободным от защитников;
- передачи выполняются без ведения или в сочетании с ведением.

Перехват мяча:

- перехват передачи, выполняемой поперек поля, неподвижно стоящими защитниками;
- перехват передачи, выполняемой вдоль поля, неподвижно стоящими нападающими;
- то же, но передающие шагом в сторону препятствуют выходу на перехват;
- то же, но передающие препятствуют перехвату выпадом в сторону мяча;
- перехват мяча удвигающегося нападающего.

Тема5: Тактическая подготовка

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) выполнить передачу, какой игровой прием применить, подбор наиболее подходящего момента для выполнения броска мяча в корзину

Тема 6: Интегральная подготовка.

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 7: Соревнования.

Теория: 4. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных баскетболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства. Практика: Участие в внутри школьных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Тема 8: Итоговое занятие.

Теория: Знание правил игры в баскетбол.

Практика: Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол. Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, нападающий удар.

Планируемые результаты .

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в баскетбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

уметь:

- проводить специальную разминку для баскетболиста
- овладеют основами техники баскетбола;
- овладеют основами судейства в баскетболе;
- вести счет;

Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость, точность;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в баскетбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Виды и формы контроля ЗУН учащихся:

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по баскетболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Способы проверки ЗУН учащихся:

- начальная диагностика;
- промежуточная диагностика;
- итоговая аттестация.

Формы подведения итогов программы:

- участие в соревнованиях;
- участие в олимпиадах;
- защита творческих работ и проектов.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ГРАФИК

5-7 класс

№ п/п	Дата	Тема занятий	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1	05.09.	Ведение мяча с обводкой пассивного защитника	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУ СОШ №10	Этапный
2	12.09.	Ловля катящегося мяча;	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУ СОШ №10	Текущий

		ловля 2-х и 3-х					
3	19.09.	Передача мяча одной рукой снизу на месте	1,5 ч	18:00-19:30	Индивидуальное	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
4	26.09.	Бросок от головы; бросок снизу двумя руками	1,5 ч	18:00-19:30	Индивидуальное	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
5	03.10	Быстрое нападение; Нападение быстрым прорывом	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
6	10.10.	Индивидуальные защитные действия – перехват мяча, борьба за мяч, не попавший в корзину	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
7	17.10.	Ведение мяча с обводкой активного защитника	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Соревновательный
8	24.10.	Передачи на месте, при встречном движении и с	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

		отскоком от пола					
9	07.11.	Ведение мяча без зрительного контроля	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
10	14.11.	Ловля мяча с полуотско- ка; Ловля высоко летающего мяча	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
11	21.11.	Передачи мяча в движении	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
12	28.11.	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
13	05.12	Передача мяча одной рукой снизу в движении после отскока	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
14	12.12	Бросок в прыжке со средней дистанции	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
15	19.12	Бросок одной рукой в прыжке	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
16	26.12	Бросок одной рукой с замахом	1,5 ч	18:00- 19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

17	09.01	Персональная защита	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
18	16.01	Быстрое нападение	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
20	23.01	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х, в движении по восьмерке	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
21	30.01	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х, в движении по восьмерке с броском по кольцу	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
22	06.02	Бросок в прыжке с дальней дистанции	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
23	13.02	Бросок двумя руками в прыжке	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
24	20.02	Перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Соревновательный
25	27.02	Бросок двумя	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал	Текущий

		руками с замахом				МБОУСОШ №10	
26	05.03	Совершенствование индивидуальной техники в ранее изученных упражнениях	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
27	12.03	Упражнения специальной физической и технической подготовки	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
28	19.03	Игра в баскетбол в условиях, приближенных к соревнованиям	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Соревновательный
29	26.03	Ведение мяча	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
30	02.04	Ловля высоко летящих мячей в прыжке	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
31	09.04	СПФ. ОФП. силовые и скоростные упражнения	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

32	16.04	ОФП - подготовка к сдаче контрольных нормативов	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Соревновательный
33	23.04	Передачи мяча от головы	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Соревновательный
34	30.04	Бросок в прыжке с дальней и средней дистанции;	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
35	07.05	Игра по упрощенным правилам, соревнования внутри группы	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Этапный
36	14.05	Игра по упрощенным правилам, соревнования внутри группы	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Этапный
37	21.05	Обучение судейству игры	1,5 ч	18:00-19:30	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

8-11кл

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1	05.09.	Ведение мяча с обводкой	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал	Текущий

		пассивного защитника				МБОУСОШ №10	
2	12.09.	Ловля катящегося мяча; ловля 2-х и 3-х	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
3	19.09.	Передача мяча одной рукой снизу на месте	1,5 ч	19:30-20:00	Индивидуальное	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
4	26.09.	Бросок от головы; бросок снизу двумя руками	1,5 ч	19:30-20:00	Индивидуальное	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
5	03.10	Быстрое нападение; Нападение быстрым прорывом	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
6	10.10.	Индивидуальные защитные действия – перехват мяча, борьба за мяч, не попавший в корзину	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
7	17.10.	Ведение мяча с обводкой активного защитника	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
8	24.10.	Передачи на месте, при встречном движении и с отскоком от пола	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
9	07.11.	Ведение мяча без зрительного контроля	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

10	14.11.	Ловля мяча с полуотскока ; Ловля высоко летающего мяча	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
11	21.11.	Передачи мяча в движении	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
12	28.11.	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
13	05.12	Передача мяча одной рукой снизу в движении после отскока	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
14	12.12	Бросок в прыжке со средней дистанции	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
15	19.12	Бросок одной рукой в прыжке	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
16	26.12	Бросок одной рукой с замахом	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
17	09.01	Персональна я защита	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
18	16.01	Быстрое нападение	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
20	23.01	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х, в движении	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий

		по восьмерке					
21	30.01	Передача мяча двумя руками от груди в 3-х, в движении по восьмерке с броском по кольцу	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
22	06.02	Бросок в прыжке с дальней дистанции	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
23	13.02	Бросок двумя руками в прыжке	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
24	20.02	Перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
25	27.02	Бросок двумя руками с замахом	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
26	05.03	Совершенство вание индивидуаль ной техники в ранее изученных упражнения х	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
27	12.03	Упражнения специальной физической и технической подготовки	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий
28	19.03	Игра в баскетбол в условиях, приближенн ых к соревновани ям	1,5 ч	19:30- 20:00	Групповое	Спортивны й зал МБОУСОШ №10	Текущий

29	26.03	Ведение мяча	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
30	02.04	Ловля высоко летящих мячей в прыжке	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
31	09.04	Передачи мяча в движении	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
32	16.04	Передача мяча одной рукой переводом	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
33	23.04	Передачи мяча от головы	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
34	30.04	Бросок в прыжке с дальней и средней дистанции;	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
35	07.05	Бросок двумя руками над головой в прыжке с неизвестного заранее места	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
36	14.05	Игра по правилам баскетбола , соревнования внутри группы	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий
37	21.05	Судейство игры	1,5 ч	19:30-20:00	Групповое	Спортивный зал МБОУСОШ №10	Текущий

Воспитание.

№	Название события, мероприятия	Сроки	Формы проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Соревнования	декабрь	соревновательная	призовые места
2	Соревнования	май	соревновательная	призовые места

Условия реализации .

Обучение проходит в отдельном кабинете, соответствующем нормам СанПин, оборудованным всем необходимым: волейбольной площадкой с разметкой, сетка волейбольная, мячи волейбольные, методическая литература.

Работу по программе осуществляет педагог дополнительного образования с высшим педагогическим образованием физкультурно-спортивной направленности, обладающим знаниями и навыками обучения игре в волейболе.

Форма аттестации

Год	Формы проведения промежуточной аттестации	Формы проведения итоговой аттестации
1 год	Соревнования	Соревнования

Аттестация.

Оценка уровня знаний по практической подготовке включает в себя тестирование по физической подготовке, технической подготовке и сдачу контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке в конце учебного года.

Тестовые задания по физической подготовке и критерии фиксирования результатов заключаются в системе подсчета результатов выполненных заданий (упражнений), в зависимости от упражнений, результат может выражаться в единицах (количество раз, см., м) либо во времени. Обучающимся необходимо выполнить 2 тестовых упражнения на выбор из прилагаемого перечня.

Итоговая оценка в результате тестирования по физической подготовке производится по 3-балльной системе. Так, 3 балла получает тот, кто улучшил свой предыдущий результат. Два балла - если предыдущий результат не изменился; один балл – если зафиксирован результат хуже предыдущего.

При проведении тестирования **по физической подготовке** следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

Уровень развития специальных физических качеств можно оценить по показателям быстроты передвижения, динамической силы и прыгучести.

Быстрота передвижения оценивается по времени **пробега «елочкой» к 6 набивным мячам**, расположенным на баскетбольной площадке. Местом старта служит набивной мяч «А», расположенный за серединой лицевой линии. В исходном положении высокого старта ступни ног за линией по команде «Марш!» учащийся касается рукой стартового мяча и начинает движение к мячу. Коснувшись рукой мяча, он возвращается к мячу «А» и после касания его направляется к мячу 2 и т. д. Учитывается лучший результат из двух попыток.

Динамическую силу оценивается посредством броска набивного мяча двумя руками из-за головы с места. В исходном положении набивной мяч удерживается двумя руками на уровне пояса. По команде «Можно!», учащийся из полуприседа взмахом рук с мячом выпрыгивает и заносит мяч за голову, после чего выполняет бросок. Учитывается лучший результат, показанный обучающимися, из трех попыток.

Для оценки **прыгучести** следует использовать «Экран прыгучести» конструкции В. М. Абалакова. Достоинство этого приспособления заключается в том, что, с одной стороны, оно позволяет оценивать прыгучесть в условиях, специфических для баскетбола, а с другой — вызывает живой интерес учащихся к систематической тренировке. Оценка определяется по разности доставания отметок на ленте — поднятой рукой стоя на месте и в прыжке после разбега в один-два шага. В случае отсутствия приспособления его легко смоделировать. Для этого на стене в определенном месте зала делают метрическую разметку высотой 250—270 см для определения высоты поднятой руки, а к баскетбольному щиту прикрепляют маркированный лист картона, на котором отмерено расстояние от пола. Учитывается лучший результат из трех попыток.

Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей). И.П. — скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. Критерием служит максимальное количество прыжков.

Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей) Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. Критерием, служит минимальное время.

Оценка уровня технической подготовки.

Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по баскетболу в программу тестирования и контроля технической подготовки для групп, завершающих этап подготовки вошли следующие показатели:

Передвижение в защитной стойке — игрок, находясь за лицевой линией, по сигналу начинает перемещение спиной в защитной стойке в направлении линии штрафного броска, где изменяет направление движения вновь к лицевой линии, а затем в центр площадки, откуда выполняет заключительный

рывок лицом вперед до лицевой линии под кольцом. Фиксируется общее время (в секундах). Задание является одинаковым для всех групп занимающихся.

Скоростное ведение – игрок, находящийся за лицевой линией, по сигналу начинает ведение левой рукой в направлении первых «ворот» (две стойки), переводит мяч на правую руку и проходит внутри «ворот» и т.д. еще через четверо «ворот», установленных зигзагом между осевой и боковой линиями площадки; при проходе каждого последующих «ворот» игрок меняет ведущую руку; пройдя пятые «ворота», игрок ведет мяч правой рукой и затем выполняет бросок в движении с 2-х шагов в кольцо также правой рукой, затем снимает мяч с кольца и начинает движение в обратном направлении при условии ведения мяча правой рукой, а затем, преодолев последние, 10-е «ворота», выполняет ведение левой рукой и ею же выполняет бросок по кольцу также с двух шагов. Для групп НП – перевод мяча выполняется попеременно с одной руки на другую, задание выполняется в две дистанции, или 4 броска по кольцу. Фиксируется общее время и количество попаданий мяча в кольцо. В протоколе отражается время, из которого вычитается по 1 с за каждый заброшенный мяч.

Передачи мяча – игрок стоит лицом к центральному кругу, выполняет передачу в щит, снимает мяч в высшей точке и левой рукой передает его партнеру № 1, затем начинает движение к противоположному кольцу. Получает обратно мяч и передает его партнеру № 2 левой рукой и т.д.; после передачи от партнера № 3 игрок выполняет атаку в кольцо, снимает свой мяч и повторяет тот же путь к противоположному кольцу, отдавая передачи уже правой рукой. Для групп НП – передачи выполняются одной рукой от плеча, задание выполняется в две дистанции, или 4 броска. Фиксируется общее время выполнения упражнения и количество попаданий. В протокол записывается время, с которого снимается по 1 с за каждый заброшенный мяч.

Броски с дистанции. Для групп НП – выполнить 10 бросков с 5-ти указанных точек 2 раза – туда и обратно, фиксируется число попаданий. Заданное время выполнения – 2 минуты. Фиксируется количество бросков и заброшенных мячей.

Методические материалы.

Для занятий по программе требуется:

спортивный школьный зал, спортивный инвентарь и оборудование:

1. щиты с кольцами- 2шт.
2. гимнастическая стенка- 1 шт.
3. гимнастические скамейки-4шт.
4. гимнастические маты-6шт.
5. скакалки- 15 шт.
6. мячи набивные (масса 1кг)- 3шт.
7. мячи баскетбольные – 10 шт.
8. рулетка- 1шт.

Техническое оснащение

- проектор;

- экран;
- видео – диски;
- магнитофон;
- компьютер.

Дидактическое обеспечение программы

- Картотека упражнений по баскетболу (карточки).
- Картотека общеразвивающих упражнений для разминки
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.
- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»
- «Правила игры в баскетбол».
- «Правила судейства в баскетболе».
- Регламент проведения турниров по баскетболу различных уровней.

Санитарно – гигиенические требования.

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в кабинете осуществляется влажная уборка и проветривание;
- в наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи

Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

Список

Литературы.

Основная литература:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г;
- Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р.;
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного

государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»);

- Письмо Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Письмо Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Методические рекомендации Регионального модельного центра дополнительного образования детей Краснодарского края по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2024г;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и тренеров-преподавателей/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2021. – 112с.

- Книжников А.Н. баскетбол. История развития, методика организации, проведения судейства соревнований / А.Н. Книжников, Н.Н. Книжников. – Нижневартовск. 2020 г.

Литература для учителя

1) Официальные Баскетбольные правила /пер. с англ. – М.; Олимпия; Человек, 2021.

2) Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства /Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов - М, 2021.

Дополнительная литература:

1) Спорт в школе «Баскетбол» Начальное обучение/ Е.В. Фомин, Л.В. Булыкина. – М.: изд. «SPORT», 2021.

2) Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами Баскетбола. / учебное пособие Е.Ю. Коротаева. – М.; Проспект, 2021.