

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №59
СТАНИЦЫ СЕВЕРСКОЙ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВОЙТЕНКО СТЕФАНА ЕФИМОВИЧА

Рассмотрено и одобрено
на заседании Педагогического
совета МБОУ СОШ №59
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №59
_____ Е.А. Сорокина
Приказ № ___ от 30.08.2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (204 часа)
Возрастная категория: от 12 до 14 лет
Состав группы: до 15 человек
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID- номер Программы в Навигаторе:

Автор - составитель:
Бобров Иван Васильевич
педагог дополнительного образования

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Направленность и вид программы	3
1.1.2. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы...3	
1.1.3. Отличительные особенности программы от уже существующих.....5	
1.1.4. Адресат программы.....5	
1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации программы	5
1.1.6. Формы обучения.....5	
1.1.7. Режим занятий	6
1.1.8. Особенности организации учебного процесса	6
1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.....8	
1.3. Содержание программы.....12	
1.3.1. Учебный план.....12	
1.3.2. Содержание учебного плана.....12	
1.3.3. Планируемые результаты.....15	
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	20
2.1. Условия реализации программы	20
2.2. Формы подведения итогов	20
2.3. Оценочные материалы	22
2.4. Методические материалы	22
2.5. Список литературы.....27	
2.5.1. Нормативно правовые документы	27
2.5.2. Литература для педагога	28
2.5.3. Литература для учащихся	29

1. Комплекс основных характеристик образования

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивной секции «Баскетбол» разработана на основе Комплексной программы физического воспитания обучающихся 1-11 классов (В. И., А. А. Зданевич. - М. : Просвещение, 2016) ;

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.

1.1.1. Направленность и вид программы

Физкультурно - спортивная. Программа реализуется в форме секции.

Спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спортивные занятия со школьниками служат составной частью их всестороннего развития, воспитания, здоровья. Спортивные игры, а в частности «Баскетбол» играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников.

1.1.2. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность , 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.

Актуальность программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие обучающихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

Важным показателем качества образования является здоровье обучающихся. Программа «Баскетбол» направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, быстроты, выносливости) обучающихся. Посредством баскетбола также развиваются волевые и лидерские качества, смелость, активность, целеустремленность, умение работать в коллективе.

Также важной задачей является пропаганда здорового образа жизни.

Данная программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спортивной игры «Баскетбол» в нашей стране.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что в секции «Баскетбол» особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни.

Физическую работоспособность можно развить систематическими тренировками. Доказано, что большинство детей могут достичь средних показателей в спорте (1-3 разряды). И это, безусловно, является стимулом для занятий физкультурой и спортом в детском и юношеском возрасте. Для обучающихся выполнение разряда, ощущение победы, успешности остается на всю жизнь, что является результатом физического воспитания. Занятия

физическими упражнениями развивают в учащиеся такие качества, как выносливость, скорость и координацию.

Занятия баскетболом развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе

1.1.3.Отличительные особенности программы.

Программа структурирована по видам спортивной подготовки и состоит из четырех разделов: теоретической, физической, технической и тактической подготовок;

- Набор в секцию производится без учета антропометрических данных ребенка, за основу берется желание учащегося заниматься баскетболом;
- В процессе обучения формируются команды для участия в районных соревнованиях.

Данная программа предполагает гармоничное сочетание на занятиях различных методов обучения (метод практических упражнений и поисковых решений) в их гармоничном сочетании, раскрывая индивидуальные способности каждого учащегося, подготавливая к вступлению в жизнь, развивая логическое мышление. Поэтому большая часть занятия отводится практической работе.

1.1.4.Адресат программы.

Возраст детей: в реализации данной программы участвуют дети 12-14 лет. Для начало занятий в секции специальной подготовки не требуется.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

1.1.5. Уroveň программы, объём и сроки реализации

Продолжительность образовательного процесса - 34 недель. Данная программа реализуется на ознакомительном уровне. Общее количество учебных часов –204 часа. Срок освоения программы - 9 месяцев

1.1.6. Форма обучения : очная

Формы организации занятий:

Групповые практические занятия;

Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами;

Самостоятельные тренировки по индивидуальным планам и по заданию тренера;

Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;

Участие в спортивных соревнованиях.

Основные формы проведения занятий: учебная, учебно-тренировочная, модельная, соревнования.

Вид учебной группы постоянный. Форма занятий индивидуально-групповая. Год обучения: группа первого года обучения и второго года обучения. Количество обучающихся: 12-15 человек первого и второго года обучения. Режим занятий: Всего 5 часов в неделю. Вид учебной группы – постоянство учебной группы обязательно, т. к. новый материал базируется на предыдущем, и навыки накапливаются с каждым занятием. Форма занятий соответствует современным образовательным тренировкам, в которых отражён принцип индивидуального и группового обучения в пределах одной группы. Планируются следующие формы занятий: беседа, рассказ, теоретические и практические занятия, соревнования.

Образовательные технологии: личностно-ориентированная, репродуктивная, исследовательская (проблемная), здоровьесберегающие технологии.

1.1.7. Особенности организации образовательного процесса

Формы организации учебного занятия дополнительного образования представляют собой организованную деятельность педагога и учеников. Она направлена на изучение, воспитание и развитие личностных качеств. Процесс обучения в школе существенно отличается от дополнительного образования.

Оно имеет менее форматизированный характер и не имеет рамок.

На занятиях применяются такие формы обучения как:

- Наглядные; □Словесные;
- Практические;
- Групповые;
- Проблемные ситуации;
- Использование схем, символов, знаков.

Программой предусмотрены теоретические, комбинированные и практические занятия, ориентированные на бесконечное количество комбинаций, которые развёртываются в процессе шахматной партии во всех её стадиях, развивают в играющем ориентировочные способности, находчивость и крайнюю точность расчёта.

Одна из самых эффективных форм работы – тренировочные занятия. В процессе тренировки ребенок быстрее запоминает, выполняет и отрабатывает заданные упражнения, усваивая необходимые знания.

Таблица 1 – Алгоритм учебного занятия

Название этапа	Содержание деятельности педагога	Содержание деятельности обучающихся	Результат
Организационный момент	Приветствие. Проверка посещаемости. Проверка готовности учащихся и кабинета для занятий. Напоминание ТБ.		Целеполагание. Организация внимания.
Введение в тему	Сообщение темы и цели занятия.	Настраиваются на занятие.	Эмоциональный настрой на восприятие, готовность к занятию.
Основная часть занятия	В соответствии с планом и программой деятельности педагога. Наблюдает за исполнением, делает замечания.	Выполняют задания педагога.	Грамотное исполнение заданий, формирование умений и навыков.
Сообщение нового материала	Сообщение и показ нового и (или) закрепление пройденного материала. Наблюдает за исполнением, корректирует.	Выполняют задания педагога.	Усвоение нового материала.
Заключительная часть	Подведение итогов занятия: анализ положительных результатов и	Слушают педагога. Участвуют в анализе занятия.	Задачи занятия выполнены, подведен итог. Дана мотивация на обучение,

	затруднений. Поощрение учащихся, акцент на каждом положительном моменте, рекомендации. Благодарит за занятие, прощается.		создана ситуация успеха.
--	--	--	--------------------------

1.1.8. Режим занятий

Таблица №1 Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятия (часов)	Периодичность в неделю	Кол-во часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов в год
1	2	3	6	34	204
			Итого:		204

1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы

1.2.1. Цель программы:

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры баскетбол. Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий баскетболом.

1.2.2. Задачи программы.

Образовательные:

- обучить учащихся техническим приемам волейбола;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (волейбол); обучить учащихся техническим приемам волейбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку. • научить правилам закаливания организма, Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества.
- сформировать убеждений в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
 - укреплять здоровье детей, способствовать повышению работоспособности учащихся;
 - развивать двигательные способности, формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Личностные:

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- пропаганда здорового образа жизни, которая может поспособствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;
- популяризация участия подрастающего поколения жителей нашего города в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

Метапредметные:

- формирование способности ставить цели и формировать задачи для их достижения;
- умение планировать последовательность и прогнозировать итоги действий и всей деятельности в целом;
- умение анализировать полученный результат, делать выводы, корректировать планы;
- формирование жизненной самостоятельности, саморегуляции, контроля и умения вести себя в коллективе;

- - выработка организаторских навыков.
- умение анализировать полученный результат, делать выводы, корректировать планы; формирование жизненной самостоятельности, саморегуляции, контроля и умения вести себя в коллективе; - выработка организаторских навыков.

1.3.Содержание программы

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической и определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2009) и комплексной программы физического воспитания учащихся I-XI классов (В.И.Лях, Л.А.Зданевич, «Просвещение». М. 2011).

При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Распределение учебного времени по реализации видов подготовки в процессе занятий секции по баскетболу для учащихся представлено в примерном учебном плане.

Таблица № 1.**Учебный план секционных занятий по баскетболу.**

№	Виды спортивной подготовки	Кол-во часов
1	Теоретическая	2
2	Техническая	90
	2.1. Имитационные упражнения без мяча	10
	2.2.Ловля и передача мяча	20
	2.3. Ведение мяча	20
	2.4. Броски мяча	40
3	Тактическая	50
	3.1. Действия игрока в защите	25
	3.2. Действия игрока в нападении	25
4	Физическая	50
	4.1. Общая подготовка	25
	4.2. Специальная	25
5	Участие в соревнованиях по баскетболу	12
	ИТОГО	204

Примерное распределение времени в отдельном занятии по технической, тактической и физической подготовке представлено в таблице №2. Распределение времени осуществлено с учетом продолжительности секционного занятия т. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени.

Таблица №2.

№ п/п	Виды подготовки	Время (мин.)
1	Техническая подготовка	30
	1.1 Имитационные упражнения без мяча	3
	1.2 Ловля и передача баскетбольного мяча	7
	1.3 Ведения мяча	8
	1.4 Броски баскетбольного мяча по кольцу	12
2	Тактическая подготовка	15
	2.1. Действия игрока в защите	7
	2.2. Действия игрока в нападении	8
3	Физическая подготовка	25
	3.1. Общая	15
	3.2. Специальная	10
4	Игра в баскетбол	20

1. Теоретическая подготовка.-2 часа

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
 2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
 3. Физическая подготовка баскетболиста.
 4. Техническая подготовка баскетболиста.
 5. Тактическая подготовка баскетболиста.
 6. Психологическая подготовка баскетболиста.
 7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
 8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
 9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.
- Физическая подготовка.

2.Техническая подготовка -90 часов.

2.1. Упражнения без мяча- 10 часов.

1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:

с разной скоростью;

в одном и в разных направлениях.

1.3. Передвижение правым – левым боком.

1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.

1.5. Остановка прыжком после ускорения.

1.6. Остановка в один шаг после ускорения.

1.7. Остановка в два шага после ускорения.

1.8. Повороты на месте.

1.9. Повороты в движении.

1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.

1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2.2. Ловля и передача мяча-20 часов

2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.

2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.

2.3. Двумя руками от груди в движении.

2.4. Передача одной рукой от плеча.

2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.

2.6. То же после ведения мяча.

2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.

2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.

2.9. Передача одной рукой снизу от пола.

2.10. То же в движении.

- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

2.3. Ведение мяча-20 часов.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

2.4. Броски мяча-40 часов.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.

4.15. Вырывание мяча.

4.16. Выбивание мяча.

3.1.Тактическая подготовка-50 часов.

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

4.1. Общая физическая подготовка.-25 часов

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (опорный прыжок, стенка, скамейка,).

1.2. Подвижные игры.

1.3. Эстафеты.

1.4. Полосы препятствий.

1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

4.2. Специальная физическая подготовка -25 часов

2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.

2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.

2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.

2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста

Ожидаемый результат:

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Техническая подготовка:

Занимающийся в секции должен:

Овладеть всеми известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.

Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы.

Овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей.

Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

Тактическая подготовка:

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива.

Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите.

Сформированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника.

Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

1.3.3. Планируемые результаты

Предметные :

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

-Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательными действиями разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

-Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

-овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

-расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам ,нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные :

- Характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах самоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий спортом;
- Организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря, оборудования, организации места занятий;
- Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

- **вводный** (проводится перед началом занятий и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам);

- **текущий** (проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме) и позволяет воспитанникам усвоить последовательность технических и тактических действий;

- **итоговый** (по завершению первого и второго года обучения учебной программы) для получения полной картины о полученных знаниях, умениях и навыках необходимо участвовать в соревнованиях различного уровня: товарищеских, районных, городских.

Критерии оценки предполагаемых результатов:

- стабильность детского коллектива;
- владение детьми базовыми понятиями и умениями;
- умение применять полученные знания на практике при решении познавательных и практических задач;
- владение собственными суждениями в данной образовательной области;
- уровень социальной активности;
- устойчивая мотивация к занятиям, интерес к изучаемому виду спорта;
- умение анализировать свои действия;

Участие в соревнованиях различного уровня (внутришкольных, районных, городских, товарищеских встречах с командами школ района).

Проведение анализа результатов освоения обучающимися образовательной программы и показателей динамики их достижений

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

2.2. Формы подведения итогов.

Формы отслеживания образовательных результатов: наблюдение, собеседование, открытые и итоговые занятия, соревнования, турниры.

Формы фиксации образовательных результатов: грамоты, дипломы, разряды, фото, протоколы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревнования, турниры, отчеты, открытые занятия.

Результативность занятия обучающихся в секции определяется с помощью:

- 1) Мониторинга (постоянного наблюдения за определенным процессом в образовании).
- 2) Экспресс-тестирования (спринт, отжимание и т.д.).
- 3) Оценки качества (учебные и контрольные нормативы).

Формы подведения итогов реализации программы: начальная, промежуточная, итоговая. Показательные игры, участие в спортивных праздниках школы, открытые занятия для родителей, участие в городских и районных соревнованиях.

Таблица 3 - Формы подведения итогов.

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Входная диагностика. В начале учебного года (с занесением результатов в диагностическую карту)	Определение уровня развития физических способностей и способностей к спортивно- туристской деятельности.	Собеседование
Текущий контроль. В течение всего учебного	Определение степени усвоения учащимися учебного материала.	Турниры, соревнования.

года	<p>Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление учащихся, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных форм и методов обучения.</p>	
<p>Промежуточная аттестация. В середине учебного года</p> <p>(с занесением результатов в диагностическую карту). По окончании изучения темы или раздела (без занесения результатов в диагностическую карту).</p>	<p>Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения. Диагностика развития физических способностей и способностей к спортивно-туристской деятельности.</p>	Участие в турнире по волейболу
<p>Итоговая аттестация.</p> <p>В конце учебного года</p> <p>(с занесением результатов в диагностическую карту).</p>	<p>Определение изменения уровня развития учащихся, их физических способностей и способностей к спортивно-туристской деятельности.</p> <p>Диагностика развития способностей к спортивно-туристской деятельности. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее самостоятельное обучение. Выявление уровня сформированности познавательной мотивации у учащихся.</p>	Участие в турнире по волейболу диагностические карты.

2.3.Оценочные материалы

В качестве оценочных материалов используется перечень необходимых теоретических знаний и практических умений, предусмотренных содержанием программы. Перечень диагностических методик для оценки эффективности реализации программы:

- самостоятельная работа;
- беседа;
- соревнование; наблюдение.

2.4. Методическое обеспечение программы

Формы проведения занятий:

Традиционное занятие (подача теоретического материала и практическая часть – игра);

Соревнование (участие в соревнованиях различных уровней, товарищеских встреч);

Методы проведения занятий: переменный, интервальный, соревновательный, метод круговой тренировки, игровой. На занятиях используется показ тренера, учащихся, видеозапись

Основные принципы построения учебного занятия

1. Принцип постепенности.

Принцип постепенности базируется на соблюдении основных педагогических правил: «от простого к сложному», «от легкого к трудному», «от известного к неизвестному».

Правило «от простого к сложному» предполагает постепенное нарастание координационной сложности упражнений.

Правило «от легкого к трудному» в наибольшей мере определяет постепенность повышения физической нагрузки при обучении.

Правило «от известного к неизвестному» осуществляется на основе переноса двигательных умений, приобретенных ранее, на процесс освоения нового упражнения.

Игнорирование этого принципа, стремление к возможно быстрому росту физической подготовленности (форсированная тренировка), не способствует

достижению подлинного мастерства и может быть вредным для здоровья и прогресса обучающегося.

2. Принцип цикличности (повторности).

На основе этого принципа обеспечивается устойчивость изменений в органах человека под влиянием тренировки, формирование и закрепление необходимых навыков и знаний. Принцип цикличности базируется на важнейшем физиологическом положении о повторных воздействиях для образования рефлекторных связей, для возникновения соответствующих изменений и совершенствования органов, систем и их функций под влиянием тренировки. Количество повторения упражнений и интервалы отдыха между ними, в значительной мере зависят от подготовленности занимающихся, их возраста и вида упражнений. Возникновение утомления обычно служит сигналом к прекращению упражнений, направленных на развитие скорости, силы и координации движений. В этом случае необходим короткий интервал отдыха, после чего упражнение можно повторить. Выполнение упражнений, направленных на развитие выносливости необходимо продолжать и при наступлении утомления. Осуществление принципа цикличности требует занятий на протяжении недели, месяца, года, ряда лет. Главное при этом - приступать к тренировочному занятию достаточно восстановив силы после предыдущей тренировочной нагрузки.

3. Принцип систематичности.

Требует, чтобы занятия физическими упражнениями не сводились к проведению эпизодических, разрозненных мероприятий, а осуществлялись непрерывно, последовательно. Прежде всего, это обеспечение последовательного перехода от развития одних физических способностей к другим, строгого согласования и распределения нового учебного материала с предыдущим. Наряду с этим данный принцип предусматривает оптимальную вариативность используемых средств, методов, нагрузок, форм организации занятий, условий их проведения, что является объективной предпосылкой всестороннего и гармоничного развития личности.

4. Принцип доступности и индивидуализации.

Осуществление этого принципа предполагает проведение занятия с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. Упражнения, их форма, интенсивность, продолжительность, а также методы выполнения должны избираться в соответствии с возрастом занимающихся, их физической подготовленностью и уровнем здоровья.

5. Принцип сознательности и активности.

Предусматривает определение путей творческого сотрудничества педагога и обучающегося при достижении целей в учебно-воспитательном процессе. Его сущность заключается в формировании у обучающихся устойчивой потребности в освоении ценностей физической культуры, в стимулировании их стремления к самопознанию и самосовершенствованию.

Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе

1. Методы, направленные на приобретение знаний:

- рассказ, объяснение, наблюдение, беседа
- натуральный показ, демонстрация.

2. Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками:

- целостное упражнение
- расчлененное упражнение.

3. Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств:

- игровой, соревновательный
- равномерный, переменный, повторный, круговой.

Структура учебного занятия

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная часть занятия

Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части – сообщение задач и намеченного содержания занятия, общее разогревание организма обучающихся и подготовка к предстоящим нагрузкам. Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния воспитанников. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности и интенсивности предстоящей основной двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

Основная часть занятия

Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Задачи и содержание основной части изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста и физического состояния в данный момент. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направлено на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающие воздействия на определенные функции организма). Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несопадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определенной последовательности: обучение технике, развитие скорости, развитие силы, развитие выносливости.

Заключительная часть занятия

Основная задача заключительной части – постепенное снижение нагрузки, приведение организма к состоянию близкому к норме. Это достигается постепенным уменьшением интенсивности выполняемых действий, переключением на упражнения, дающие эффект активного отдыха, использованием дыхательных, релаксационных и других упражнений, способствующих активизации восстановительных процессов. Эти упражнения имеют и профилактическое значение, поскольку предупреждают функциональные нарушения, которые могут возникать, особенно у

малотренированных детей, в случае резкого прекращения двигательной деятельности. Вместе с тем в заключительной части важно подвести итоги занятия, определить на сколько удалось решить намеченные задачи и сориентировать обучающихся на очередные цели.

2.5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение :

- Спортивный зал при школе №59.
- Спортивная площадка при школе № 59.
- Баскетбольные щиты с корзинами(игровые, тренировочные).
- Мячи баскетбольные, мячи набивные различной массы,
- Скакалки, стойки для обводки, гимнастические стенки, перекладины, гимнастические маты, гимнастические скамейки, гантели, обручи, гимнастические палки, конус

2.6. Нормативно правовые документы:

-Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

-Федеральным Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ. Электронный ресурс: <http://273-фз.рф/zakonodatelstvo/federalnyu-zakon-ot-29-dekabrya-2012-g-no-273-fz-ob-obrazovanii-v-rf>

-Концепцией развития дополнительного образования детей, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.10.2014г. № 1726-р. Электронный ресурс: <http://static.government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf>

-На основании Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Электронный ресурс: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70424884/>

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.01.2014г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ». Электронный ресурс: <https://legalacts.ru/doc/prikaz-minobrнауки-rossii-ot-09012014-n-2/>

-Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». Электронный ресурс: <https://base.garant.ru/70731954/>

-Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ. Электронный ресурс: <https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/dopolnitelnoe-obrazovanie/normativnye-dokumenty/3242-ot-18-11-2015-trebovaniya-k-programmav-dop.html>

-Краевыми методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных программ и программ электронного обучения от 15.07.2015г. Электронный ресурс: http://iro23.ru/sites/default/files/kraevye_metod.rekomendacii_2016_g.pdf

2.7. Литература для педагога:

Список использованной литературы:

- 1 Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2009).
- 2 Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2011.
- 3 Лихачев О.Е.,Фомин С.Т., Мазурин А.В. Методика обучения индивидуальным действиям баскетболистов в защите. «РГУФК-СГАФКСТ» Москва-Смоленск 2009г.
- 4 Кузин В.В.,Полиевский С.А. Баскетбол-начальный этап обучения. «ФиС» 2002г.
- 5 Ник Сортэл Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков «Астрель» 2002г.
- 6 Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.
- 7 Вари Л. 1000 упражнений игры в баскетбол: Пер, с фр, / Под ред Л. Ю. Поплавского. — Киев, 1997
- 8 Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. — М., 2001.
- 9 Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера— И,1997.

2.8. Литература для учащихся:

1. Баула Н.П. Баскетбол: Тактика игры 5-6 классы / Н.П. Баула, В.И.Кучеренко. - М.: Чистые пруды, 2005. - 32 с.

2. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Б. Гатмен, Т.Финнеган / пер. с англ. Т.А. Бобровой. - М.: АСТ: Астрель, 2007. - 303 с. 10. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. - М.: Гранд, 1997. - 224 с. 3. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я.Гомельский. - М.: Гранд, 2002. - 352 с.