

## **Программа дополнительного образования учебного объединения «Баскетбол»**

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по дополнительному образованию учебного объединения «Баскетбол» для обучающихся 2-4 классов составлена на основе:

1. Федерального компонента государственного стандарта общего образования: Приказ МО Российской Федерации № 1089 от 05.03.2004 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования».
2. Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ «НОШ №2 с.Гехи.им.Т.Э.Эльдараханова»
3. Примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499 «О продукции мониторинга физического развития обучающихся»)

### ***Актуальность и новизна***

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Программа позволяет последовательно решать задачи подготовки баскетболистов, формирования у учащихся целостного представления о баскетболе, о физической культуре, возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное- воспитывать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Цель программы:** создание условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия баскетболом, формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков.

В процессе реализации данной программы предполагается решение следующих задач:

мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

обучение способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;

помощь в осуществлении самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности;

совершенствование функциональных возможностей организма;

формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;

формирование умений в организации и судействе спортивной игры «баскетбол».

В осуществлении цели и задач программа ориентирует на единство всех форм системы физического воспитания учащихся: урок физической культуры, мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования, физкультурные праздники.

Работа по программе «баскетбол» предполагает проведение игр, спортивных конкурсов и состязаний на площадках и в спортивном зале, используя разный спортивный инвентарь, мячи различного диаметра, кегли, фишки, ориентиры и др.

### **Планируемые результаты**

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в баскетбол, привитие любви к спортивным играм.

### **Личностные результаты:**

Личностные результаты освоения дополнительной программы среднего общего образования должны отражать готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества, сформированность основ гражданской идентичности.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся:

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; - целостный, социально.

### **Метапредметные результаты:**

К метапредметным результатам обучающихся относятся освоенные ими при изучении одного, нескольких или всех предметов универсальные способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях, т.е. учебные действия учащихся, проявляющиеся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах музыкальной деятельности;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения танца;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания музыкальных образов; определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих музыкально – творческих возможностей.

#### **Предметные результаты:**

Предметные требования включают освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

- формирование представления о баскетболе;
- формирование устойчивого интереса к баскетболу.

Согласно учебному плану программы дополнительного образования МБОУ «НОШ №2 с.Гехи им.Т.Э.Эльдараханова» на 2025- 2026 учебный год на проведение занятий учебного объединения «Баскетбол» предусмотрено - 2 час в неделю, 68 часов в год.

#### ***Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута***

Данная программа рассчитана на 1 год обучения для детей от 8 до 11 лет с разной степенью физической подготовки.

#### ***Формы обучения***

- индивидуальный урок
- комбинированный урок
- групповые занятия
- словесная (устное изложение, беседа);
- наглядная (работа с компьютерными программами, показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом);

#### ***Особенности организации образовательного процесса***

Данная программа рассчитана как на работу с детьми ОВЗ, так и с одарёнными детьми.

#### ***Оценочные материалы***

Уровень усвоения знаний, умений и навыков выявляются в ходе внутришкольных и выездных соревнований с последующим обсуждением результатов каждого обучающегося.

<b>Название раздела</b>	<b>Название тем</b>	<b>Кол-во теоретических часов</b>	<b>Кол-во практических часов</b>	<b>Формы аттестации (контроля)</b>
<b>Теоретическая подготовка</b>	Развитие баскетбола в России и за рубежом. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая подготовка баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу.	7		Собеседование, наблюдение, показы
<b>Физическая подготовка</b>	Специальная физическая подготовка. Упражнения без мяча. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места. Бросок двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Бросок двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Бросок двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Бросок двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Бросок одной рукой в баскетбольную корзину с места. Бросок одной рукой в	25		Соревнования, наблюдение, показы

	<p>баскетбольную корзину после ведения.</p> <p>Бросок одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.</p> <p>Бросок в прыжке одной рукой с места.</p> <p>Штрафной бросок.</p> <p>Бросок двумя руками снизу в движении.</p> <p>Бросок одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.</p> <p>Бросок в прыжке со средней дистанции.</p> <p>Бросок в прыжке с дальней дистанции.</p> <p>Вырывание мяча.</p> <p>Выбивание мяча.</p>		
<b>Тактическая подготовка.</b>	<p>Защитные действия при опеке игрока без мяча.</p> <p>Защитные действия при опеке игрока с мячом.</p> <p>Перехват мяча.</p> <p>Борьба за мяч после отскока от щита.</p> <p>Быстрый прорыв.</p> <p>Командные действия в защите.</p> <p>Командные действия в нападении.</p> <p>Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.</p> <p>Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.</p> <p>Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.</p> <p>Передача и ловля мяча.</p> <p>Контрольные игры и испытания.</p> <p>Броски мяча по кольцу.</p> <p>Прыжковые упражнения: имитация броска.</p>	36	

	Игра баскетбол по упрощенным правилам. Финты, обводки, заслоны. Индивидуальные действия. Подвижные игры и эстафеты. Позиционное нападение. Оценка игровых достижений. Игра баскетбол.			
--	---	--	--	--

### **Содержание рабочей программы**

Материал даётся в трёх разделах: теоретическая подготовка; физическая подготовка; тактическая подготовка.

В разделе «Теоретическая подготовка» представлен материал по истории баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Тактическая подготовка» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

#### **Материально - техническое обеспечение курса:**

1. Баскетбольные кольца
2. Баскетбольные мячи
3. Спортивный инвентарь

#### **Дидактическое обеспечение курса:**

- 1.Дидактические игры
- 2.Презентации

#### **Список используемой литературы**

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации. Просвещение 2011.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
3. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.

### **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№п /п	Тема занятий	Кол.часо в	Дата	
			План.	Фактич.
<b>Теоритическая подготовка – 7 часов.</b>				
1	Развитие баскетбола в России и за рубежом.	1	06.09	
2	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.	1	08.09	
3	Физическая подготовка баскетболиста.	1	13.09	
4	Техническая подготовка баскетболиста.	1	15.09	
5	Соревновательная деятельность баскетболиста.	1	20.09	
6	Организация и проведение соревнований по баскетболу.	1	22.09	
7	Правила судейства соревнований по баскетболу.	1	27.09	
<b>Физическая подготовка – 25 часов</b>				
8	Специальная физическая подготовка.	1	29.09	
9	Упражнения без мяча.	1	04.10	
10	Ловля и передача мяча.	1	06.10	
11	Ведение мяча.	1	11.10	
12	Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места.	1	13.10	
13	Специальная физическая подготовка.	1	18.10	
14	Упражнения без мяча.	1	20.10	
15	Ловля и передача мяча.	1	25.10	
16	Ведение мяча.	1	27.10	
17	Бросок одной рукой в баскетбольный щит с места.	1	08.11	
18	Бросок двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.	1	10.11	
19	Бросок двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.	1	15.11	

20	Бросок двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.	1	17.11	
21	Бросок двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.	1	22.11	
22	Бросок одной рукой в баскетбольную корзину с места.	1	24.11	
23	Бросок одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.	1	29.11	
24	Бросок одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.	1	01.12	
25	Бросок в прыжке одной рукой с места.	1	06.12	
26	Штрафной бросок.	1	08.12	
27	Бросок двумя руками снизу в движении.	1	13.12	
28	Бросок одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.	1	15.12	
29	Бросок в прыжке со средней дистанции.	1	20.12	
30	Бросок в прыжке с дальней дистанции.	1	22.12	
31	Вырывание мяча.	1	27.12	
32	Выбивание мяча.	1	29.12	

**Тактическая подготовка – 36 часов**

33	Защитные действия при опеке игрока без мяча.		12.01	
34	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	1	17.01	
35	Перехват мяча.	1	19.01	
36	Борьба за мяч после отскока от щита.	1	24.01	
37	Быстрый прорыв.	1	26.01	
38	Командные действия в защите.	1	31.01	
39	Командные действия в нападении.	1	02.02	

40	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	1	07.02	
41	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1	09.02	
42	Ведение мяча: Подготовка, выполнение, дальнейшие действия.	1	14.02	
43	Передача и ловля мяча.	1	16.02	
44	Контрольные игры и испытания. Оценка игровых достижений. Игра баскетбол.	1	21.02	
45	Броски мяча по кольцу.	1	23.02	
46	Прыжковые упражнения: имитация броска.	1	02.03	
47	Игра баскетбол по упрощенным правилам.	1	07.03	
48	Финты, обводки, заслоны.	1	09.03	
49	Индивидуальные действия.	1	14.03	
50	Подвижные игры и эстафеты.	1	16.03	
51	Позиционное нападение.	1	21.03	
52	Перемещения по площадке.	1	23.03	
53	Ведение мяча..	1	04.04	
54	Передачи мяча..	1	06.04	
55	Броски по кольцу в прыжке.	1	11.04	
56	Броски по кольцу с дальних и средних дистанций.	1	13.04	
57	Групповые действия в нападении.	1	18.04	
58	Командные действия в нападении.	1	20.04	
59	Групповые действия в защите.	1	25.04	
60	Командные действия в защите.	1	27.04	
61	Развитие силы..	1	04.05	
62	Развитие быстроты..	1	10.05	
63	Развитие выносливости.	1	12.05	

64	Развитие ловкости.	1	16.05	
65	Развитие гибкости.	1	18.05	
66	Тактика игры баскетбол.	1	23.05	
67	Баскетбол. Игра по упрощенным правилам.	1	25.05	
68	Игра баскетбол. Соревнования.	1	30.05	

**Всего – 68 часов.**