

**Пояснительная записка**

**Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы кружка «Баскетбол» в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы — создание современной практико-ориентированной высокотехнологичной образовательной среды, позволяющей эффективно реализовывать экспериментально-исследовательскую деятельность обучающихся в разновозрастных проектных командах, получать новые образовательные результаты и инновационные продукты.

Идея программы состоит в следующем: с большим увлечением выполняется ребенком только та деятельность, которая выбрана им самим свободно; деятельность строится не в русле отдельного учебного предмета.

**Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

* **Ведение мяча** ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *dribble*) или **дриблинг** — продолжительно стучать мяч в пол одной рукой. Ведение нужно, чтобы иметь возможность совершать шаги владея мячом.
* **Вернуться** (в защиту) ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *get back*) — обычно такую команду даёт тренер или игроки после забитого или промазанного броска, чтобы команда вернулась на свою половину и успела встать в защиту.
* **Вертикальный прыжок** ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *vertical jump*) — акт поднятия своего центра тяжести в вертикальной плоскости исключительно с использованием собственных мышц. Это мера того, как высоко отдельный спортсмен может оторваться от земли с места.

**Направленность программы.**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы кружка «Баскетбол» физкультурно-спортивная

**Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – базовый.

**Актуальность образовательной программы.**

 дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы кружка «Баскетбол» в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Педагогическая целесообразность образовательной программы воспитательной деятельности для оптимального результата в данной ситуации.**

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

*Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:*

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

**Практическая значимость образовательной программы** Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. 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.

# Социализирующую функцию учебно-методических и информационных ресурсов образования обеспечивает ориентация содержания занятий на жизненные потребности детей. У ребѐнка формируются умения ориентироваться в окружающем мире и адекватно реагировать на жизненные ситуации. Значительное внимание должно уделяться повышению мотивации. Ведь настоящий процесс художественного творчества невозможно представить без особого эмоционального фона, без состояния вдохновения, желания творить. В таком состоянии легче усваиваются навыки и приемы, активизируются фантазия и изобретательность. Произведения, возникающие в этот момент в руках детей, невозможно сравнить с результатом рутинной работы. Для каждого вида творчества существует своя технология, при этом можно выделить ряд общих существенных положений образовательного процесса:

# -обязательное формирование у детей положительной мотивации к творческой деятельности;

# - получение ими новой информации, новых знаний при решении конкретных практических задач;

# - обретение трудовых умений и навыков без принуждения;

# - занятость каждого ребенка в течение всего занятия.

# Занятия проходят в атмосфере доброжелательности и взаимопонимания, малейший успех ребенка поощряется.

**Принципы отбора содержания образовательной программы.**

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип доступности;

- принцип наглядности;

- принцип взаимодействия и сотрудничества;

- принцип комплексного подхода.

**Отличительные особенности программы.**

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста.

**Цель образовательной программы:** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол»: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

**Задачи образовательной программы:**

**Образовательные**

- -Продолжить знакомство с баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

**Развивающие**

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

**Воспитательные**

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

- Расширять спортивный кругозор детей.

- Воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 11-18 лет.

Набор детей в объединение – свободный

# Особенности организации образовательного процесса.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Группа формируется из обучающихся 5-9 классов. Состав групп 15-25 человек.

**Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 70 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

**Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 70 часа, включая индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, тренинги.

**Основные методы обучения**

В современных технологических условиях процесс обучения требует методологической адаптации с учетом новых ресурсов и их специфических особенностей.

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в конкурсных режимах и демонстрировать успехи и достижения. При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу у обучающихся вырабатываются такие качества, как решение практических задач, умение ставить цель, планировать достижение этой цели.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого обучающегося на данное занятие;

2 часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется форма творческих занятий, которая придает смысл обучению, мотивирует обучающихся на дальнейшее развитие. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к изучению материала.

Метод дискуссии учит обучающихся отстаивать свое мнение и слушать других. Учебные дискуссии обогащают представления обучающихся по теме, упорядочивают и закрепляют знания.

Деловая игра, как средство моделирования разнообразных условий профессиональной деятельности (включая экстремальные), показывает им возможность выбора этой сферы деятельности в качестве будущей профессии.

Ролевая игра позволяет участникам представить себя в предложенной ситуации, ощутить те или иные состояния более реально, почувствовать последствия тех или иных действий и принять решение.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся;

- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;

- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решении поставленной задачи совместно с педагогом.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение,

показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);

- практический (выполнение работ по инструкционным чертежам, схемам и др.);

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях. При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);

- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);

- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);

- словесный - рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания);

- стимулирования (соревнования, выставки, поощрения).

**Планируемые результаты:**

В работе над программой обучающиеся получают не только новые знания, но также надпредметные компетенции: умение работать в команде, способность анализировать информацию и принимать решения....

***Образовательные.***

Результатом занятий будет способность обучающихся к самостоятельному решению ряда задач с использованием образовательных конструкций, а также создание творческих проектов. Результаты каждого занятия вносятся преподавателем в рейтинговую таблицу. Основной способ итоговой проверки – регулярные зачеты с известным набором пройденных тем. Сдача зачета является обязательной, и последующая пересдача ведется «до победного конца».

***Развивающие.***

Изменения в развитии мелкой моторики, внимательности, аккуратности проявляется на самостоятельных задачах по физической культуре. Наиболее ярко результат проявляется при создании защите самостоятельного творческого проекта. Это также отражается в рейтинговой таблице.

***Воспитательные.***

Воспитательный результат занятий можно считать достигнутым, если обучающиеся проявляют стремление к самостоятельной работе, созданию творческих проектов.

**Механизм оценивания образовательных результатов.**

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Работа с инструментами, техника безопасности.

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности. Не может изготовить конструкцию по схеме без помощи педагога. Требуется постоянные пояснения педагога при сборке конструкции.

- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как работать с инструментами. Может изготовить конструкцию по схемам при подсказке педагога. Нуждается в пояснении последовательности работы, но способен после объяснения к самостоятельным действиям.

- Высокий уровень. - знать простейшие правила игры.

 - терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;

 - правила личной гигиены;

 - знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы.**

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы в конце освоения модуля. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончанию каждого года обучения) или итоговой аттестации (по окончанию освоения программы).

Обучающиеся участвуют в различных выставках и соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня. По окончании модуля обучающиеся представляют творческий проект, требующий проявить знания и навыки по ключевым темам.

**Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с

реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

− учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

− вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

− формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

− формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

**Материально-технические условия: Спортивный инвентарь.**

**Спортивный зал, соответствующий санитарным нормам СанПин.**

Пространственно-предметная среда (стенды, наглядные пособия и др.).

**Кадровые.**

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

**Методическое обеспечение**

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

− электронные учебники;

− видеоролики;

− информационные материалы на сайте, посвященном данной дополнительной общеобразовательной программе;

− мультимедийные интерактивные домашние работы, выдаваемые обучающимся на каждом занятии.

**Уровневая дифференциация образовательной программы**

Результатом базового уровня обучения является участие в конкурсных мероприятиях, включенных в рекомендуемый Министерством образования Калининградской области перечень, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиадах не менее 50% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам; включение в число победителей и призёров перечня конкурсных мероприятий, рекомендуемых Министерством образования Калининградской области, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиад не менее 10% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

**Содержание программы**

9 месяцев обучения (70 часа, 2 часа в неделю)

**Тема № 1. Общие основы баскетбола ПП и ТБ. Правила игры и методика судейства**

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в общественном транспорте. Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.

Беседа по основным правилам игры в баскетбол. Судейская практика в двусторонних играх команд.

**Тема № 2: Общая физическая подготовка.**

Теория: Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Практика: Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ногв тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой. Упражнения на тренажере типа «геркулес». Борьба. Гребля.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражненияс высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий». С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч. Плавание. Ходьба на лыжах. Марш-бросок. Туристические походы.

**Тема № 3 Специальная физическая подготовка.**

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

**Тема № 4. Техническая подготовка.**

Теория: Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Практика: Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

**Тема № 5. Тактическая подготовка.**

Теория: Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Практика: Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение.

 Тактика защиты.

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

**Тема № 6. Игровая подготовка**

На этапе начальной подготовки предусматривается участие обучающихся в соревнованиях общефизической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования (первенство школы, города по баскетболу).

**Учебный план**

|  | Название раздела, темы | Кол-во часов | | | | Формы аттестации/контроля |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Всего | Теория | Практика | Самостоятельная подготовка |
| **1** | **Общие основы баскетбола ПП и ТБ. Правила игры и методика судейства** | 15 | 3 | 3 | 2 | Опрос, практические навыки |
| **2** | **Общая физическая подготовка.** | 10 | 5 | 10 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **3** | **Специальная физическая подготовка.** | 10 | 4 | 10 | 4 | Опрос, практические навыки |
| **4** | **Техническая подготовка.** | 10 | 3 | 3 | 3 | Опрос, практические навыки |
| **5** | **Тактическая подготовка.** | 15 | 3 | 3 | 5 | Опрос, практические навыки |
| **6** | **Игровая подготовка** | 10 | 2 | 1 | 1 | Опрос, практические навыки |
| **7** | Итого: | 70 | 20 | 30 | 20 |  |

**Календарный учебный график**

| **№** | Дата проведения занятия | | | Время проведения занятий | Кол-во часов | | Тема занятия | | Место проведения | | Форма контроля | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Введение Техника безопасности. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончанию занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведении соревнований. Беседа о правилах соревнований, месте занятий, инвентаре, оборудовании. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Техника передвижения при нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Техника передвижения при нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Тактика нападения. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Тактика нападения. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия без мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Сентябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия без мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Контрольные испытания. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Контрольные испытания. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Техника передвижения приставными шагами. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Техника передвижения приставными шагами. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| Октябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия при нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Индивидуальные действия при нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Единая спортивная классификация.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Единая спортивная классификация.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Прыжки толчком с двух ног. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| ноябрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Прыжки толчком с двух ног. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Специальная физическая подготовка. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Специальная физическая подготовка. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| декабрь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Личная и общественная гигиена.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Личная и общественная гигиена.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Передача мяча двумя руками от груди.  СФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Передача мяча двумя руками от груди.  СФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| январь | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Закаливание организма спортсмена.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Закаливание организма спортсмена.  ОФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Бросок мяча двумя руками от груди.  СФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| февраль | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Бросок мяча двумя руками от груди.  СФП | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Контрольные испытания. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| март | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Контрольные испытания. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Командные действия в нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Командные действия в нападении. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Многократное выполнение технических приемов. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Многократное выполнение технических приемов. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| апрель | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Самоконтроль в процессе занятий спортом.  Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| май | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Самоконтроль в процессе занятий спортом.  Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| май | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| май | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| май | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |
| май | |  | 16-30 – 18-00 | | | 1 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спортивный зал | | Опрос, практические навыки | |

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

1) гражданско-патриотическое

2) нравственное и духовное воспитание;

3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

4) интеллектуальное воспитание;

5) здоровьесберегающее воспитание;

6) правовое воспитание и культура безопасности;

7) воспитание семейных ценностей;

8) формирование коммуникативной культуры;

9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

**Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия, события | Направления воспитательной работы | Форма проведения | Сроки проведения |
| 1 | Инструктаж по технике  безопасности, правила  поведения на занятиях | Безопасность и здоровый  образ жизни | В рамках  занятий | Сентябрь |
| 2 | Игры на знакомство и  командообразование | Нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-  май |
| 3 | Беседа о сохранении  материальных ценностей,  бережном отношении к  оборудованию | Гражданско-патриотическое  воспитание, нравственное  воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-  май |
| 4 | Защита проектов внутри  группы | Нравственное воспитание,  трудовое воспитание | В рамках занятий | Октябрь-  май |
| 5 | Участие в соревнованиях  различного уровня | Воспитание  интеллектуально-  познавательных интересов | В рамках занятий | Октябрь-  май |
| 6 | Беседа о празднике «День  защитника Отечества» | Гражданско-патриотическое,  нравственное и духовное  воспитание; воспитание  семейных ценностей | В рамках занятий | Февраль |
| 7 | Беседа о празднике «8 марта» | Гражданско-патриотическое,  нравственное и духовное  воспитание; воспитание  семейных ценностей | В рамках занятий | Март |
| 8 | Открытые занятия для  родителей | Воспитание положительного  отношения к труду и  творчеству;  интеллектуальное  воспитание; формирование  коммуникативной культуры | В рамках занятий | Декабрь,  май |

**Список литературы**

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от          29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

8 Программа под редакцией В. И. Ляха «Физическая культура 1- 11 классы» - с. 97- 178

9 Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973 с. 10 - 10510. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.

10. Кудряшов В.П., МирошниковаТ.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.

Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.

Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.