

**УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 21»
(МБОУ «СШ № 21»)**

ПРИНЯТА

на заседании методического
совета от «31» августа 2023 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МБОУ «СШ № 21»
№ 01-05-376 от «01» сентября 2023г.
_____ В.В. Решетняк

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Спортивной направленности «Баскетбол»**

Год обучения: 2023-2024 учебный год
Возраст обучающихся: 11 - 17 лет (5 –11 класс)
Срок реализации: 1 год

Рабочую программу составил
педагог дополнительного образования
Мамедов Э.Э

г. Норильск
2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка.

1.2. Цель и задачи программы.

1.3. Учебный план.

1.4. Планируемые результаты.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график.

2.2. Условия реализации программы.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

2.4. Методические материалы.

2.5. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы.

Список литературы

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативные основания для разработки и реализации программы

1. Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»).
2. Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в редакции от 30.09.2020 № 533).
3. Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
4. Приказом Министерства просвещения РФ от 17.03.2020 г. № 103 «Об утверждении временного Порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Приказом Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
7. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р.
8. Стратегией развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.
9. Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование детей», утвержденным протоколом заседания президиума при Президенте РФ 30.11.2016.
10. Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденным на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 (протокол № 3).
11. Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
12. Приказом министерства образования Красноярского края от 23.09.2020 № 434-11-05 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Красноярском крае».

13. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

14. Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ (Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.08.2015 г. № АК- 2563/05).

15. Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016).

16. Методическими рекомендациями по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Региональный модельный центр Красноярского края, 2021).

17. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (МБУ «Методический центр» Муниципальный опорный центр дополнительного образования).

18. Уставом МБОУ «СШ № 21».

19. Локальными нормативными актами МБОУ «СШ № 21».

20. Рабочая программа по внеурочной деятельности «Баскетбол» модифицированная, составлена на основе авторской программы для общеобразовательных учреждений «Организация работы спортивных секций в школы» А.Н. Каимов, Волгоград, издательство «Учитель» 2020 г.

21. Тематическое планирование составлено на основе требований федерального государственного стандарта общего образования по авторской комплексной программе внеурочной деятельности учащихся.

22. Рассчитана на 2 часа в неделю.

23. Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

24.

Уровень программы, объем и сроки: ознакомительный, объем программы – 72 часа в год, срок реализации – 1 год.

Формы обучения: очная.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по баскетболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу

➤ 1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы подготовки	Часы
1.	Первое полугодие	34
2.	Второе полугодие	38
Итого часов		72

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

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

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

Техника безопасности

Правила и меры безопасности поведения в спортивном зале, на стадионе, в тренажерном зале, во время спортивных соревнований, во время поездок, на учебно-тренировочных занятиях, в чрезвычайных ситуациях и при угрозе террористического акта, при пожаре, электробезопасность

Вводная. Теоретическая подготовка

Физическая культура - это часть общей культуры личности и общества, представляющая собой совокупность материальных и духовных ценностей, создаваемых и используемых для физического совершенствования людей.

Цель и основное содержание данной предметной области Программы определяются необходимостью приобретения спортсменами определенного минимума знаний для понимания сущности спорта, тренировочного процесса и требований для безопасного его осуществления.

Физическая подготовка

Одно из основных условий достижения высоких результатов - единство общей и специальной физической подготовки спортсмена, а также их рациональное соотношение.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий. Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный,
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

- Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:
- в целом,
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Материально-техническое обеспечение занятий.

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

- Щиты с кольцами - 2 комплекта.
- Стойки для обводки - 6 шт.
- Гимнастическая стенка-6 пролетов.
- Гимнастические скамейки - 4 шт.
- Гимнастические маты - 3 шт.
- Скакалки - 30 шт.
- Мячи набивные различной массы - 10 шт.
- Гантели различной массы - 2 шт.
- Мячи баскетбольные - 20 шт.
- Насос ручной со штуцером - 2 шт.

Основные требования к уровню подготовленности учащихся:

В результате изучения во внеурочной деятельности учащиеся должны:

знать

- значение волейбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий волейболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

уметь

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Занятия проводятся с 5 сентября 2023г. по 14 мая 2024г. В праздничные дни занятия не проводятся:

№п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	2
	Воспитательная беседа	3
2	Специальная подготовка техническая	30
3	Специальная подготовка тактическая	30
4	Соревнования	7
	Итого	72 часа

РАЗДЕЛ 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	1 год	05.09	14.05	36	36	72	40 мин	1.Конец 1 полугодия 2.Конец 2 полугодия

2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое оснащение программы

1. Спортивный зал расположен на третьем этаже.
2. Общая площадь - 306 квадратных метров, 24,5 м. длина, 12,5 м. ширина.
3. Имеется склад, совместно с местом для хранения спортивного инвентаря, две раздевалки (для девочек и мальчиков) с туалетами и душевыми.
4. Спортивный зал имеет четыре выхода. Один центральный, два через раздевалки, один через актовыв зал.
5. Пол имеет специальное покрытие, с разметкой для игры в баскетбол и в волейбол, а также для бросков мяча и прыжков в длину с места.
6. Стены покрыты краской.
7. Окна пластиковые, закрыты специальной сеткой.
8. Освещение ЛБ 40. Светильники расположены в восемь рядов и закрыты решетками.
9. Температурный режим в зале составляет 19 – 20 градуса.
10. Относительная влажность воздуха 32%.
11. Пропускная способность зала 35 человек.

Инвентарь и оборудование для использования в тренировочном процессе

1. Гимнастические маты
2. Гимнастические скамейки
3. Мячи (волейбольные, баскетбольные, футбольные, надувные, набивные)
4. Обручи
5. Скакалки
6. Резиновые эспандеры
7. Утяжелители
8. Манишки

2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Осуществление комплексного контроля тренировочного процесса и уровня спортивной подготовленности обучающихся по предметным областям на всех этапах подготовки является обязательным разделом Программы.

Цель контроля - в соответствии с Программой обеспечить оптимальность воздействий тренировочных и соревновательных нагрузок на организм занимающихся при планомерном повышении уровня их специальной подготовленности по годам и в зависимости от целевой направленности этапа подготовки. Задача спортивного контроля -на основе объективных данных о состоянии спортсмена обосновать и осуществить реализацию закономерного хода подготовки и в случае его нарушения внести необходимую коррекцию тренировочного процесса.

Основными нормативами в подготовке лиц, занимающихся легкой атлетикой на этапах тренировочного процесса являются:

- общая посещаемость тренировок;
- уровень и динамика спортивных результатов;
- участие в соревнованиях;
- нормативные требования спортивной квалификации;
- теоретические знания спортивной тренировки, гигиены, здоровья человека, антидопингового образования, развития легкой атлетики в РФ, олимпийского движения, строение человека и др.

На каждом этапе подготовки осуществляется научно-методическое сопровождение, предусматривающее оценку динамики функционального состояния с учетом успешности социализации ребенка, его возрастных особенностей.

Нормативные характеристики и основные показатели выполнения программных требований этапов подготовки:

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- положительная динамика индивидуальных показателей развития физических качеств, обучающихся;
- выполнение норм ЕВСК;
- уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

Требования к освоению Программы по этапам подготовки

Для оценки эффективности деятельности организаций, осуществляющих спортивную подготовку, рекомендованы следующие критерии: На этапе начальной подготовки:

- *стабильность состава занимающихся (контингента), установленного учреждением, при отсутствии рекомендаций;*
- *динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности занимающихся;*
- *уровень освоения основ техники в избранном виде спорта. На тренировочном этапе: Состояние здоровья, уровень физической подготовленности спортсменов:*
- *динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности занимающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;*
- *уровень освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;*
- *результаты участия в спортивных соревнованиях.*

2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Раздел подготовки	Форма занятия	Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса	Форма подведения итогов
Теоретическая-кая	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, изучение знаний по физической культуре. Учебники по физической культуре, легкой атлетике. Методические пособия по л/а, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Просмотр аудио и видео материала. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос учащихся.
Техническая	Объяснение, демонстрация технического действия, Практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы.	Контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи.
Тактическая	Лекция, беседа, видео материала, участие в соревнованиях.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный методы.	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Физическая	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, фронтальный, круговой, повторный, попеременный, игровой методы.	Тесты и контрольные упражнения.
Контроль умений и навыков	Соревнования (школьные)	Индивидуальный. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах.	Обсуждение результатов соревнований.

2.5. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы

№ п/п	Дата	Тема	Кол-во часов	Форма контроля ЗУН	Примечание
Первое полугодие 34ч					
1	05.09	Теория. Правила.	2	Устный опрос	
2	12.09	Специальная подготовка техническая Техника приема и передача мяча. Игра «баскетбол»	2	Практика, передача мяча	
3	19.09	Беседа. Соперника, нужно «Уважать»	2	Воспитательная беседа	
4	26.09	Специальная подготовка тактическая Стойка игрока. Перемещение в стойке.	2	Перемещение по зонам	
5	03.10	Специальная подготовка техническая Передача мяча в парах.	2	Практика, передача мяча в парах	
6	10.10	передача мяча в парах от груди	2	Практика	
7	17.10	Приём мяча двумя руками.	2	Практика, прием передача мяча восьмерка	
8	24.10	передача мяча в парах, тройках.	2		
9	31.10	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2	Привлечение к судейству учащихся	
10	07.11	Бросок мяча в кольцо	2	Практика	
11	14.11	Специальная подготовка тактическая Бросок в кольцо со штрафной линии	2	Привлечение к судейству учащихся	
12	21.11	Позиционное нападение. Учебная игра	2		
13	28..11	Беседа. Судейство учащимися, с чего начать?	2	Воспитательная беседа	
14	05.12	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	2	Перемещение по зонам	
15	12.12	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2	Привлечение к судейству учащихся	
16	19.12	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2		
17	26.12	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2		

Второе полугодие 38 ч.

18	09.01	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2		
19	16.01	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2		
20	23.01	Учебная игра. Развитие координационных способностей	2		
21	30.01	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2	Привлечение к судейству учащихся	
22	06.02	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2		
23	13.02	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2		
24	20.02	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2		
25	27.02	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2		
26	05.03	Два шага, бросок в кольцо. Учебная игра.	2		
27	12.06	Как играют профессионалы?	2		Воспитательная игра
28	19.03	Игра в баскетбол по основным правилам с привлечением учащихся к судейству.	2	Привлечение к судейству учащихся	
29	26.03	Теория. Повторный инструктаж по технике безопасности.	2	Устный опрос	
30	02.04	Специальная подготовка техническая Двусторонняя игра.	2	Привлечение к судейству учащихся	
31	09.04	Специальная подготовка техническая Техника приема и ведения мяча. Игра «баскетбол»	2	Практика, передача мяча в парах	
32	16.04	Техника приема и ведения мяча. Игра «баскетбол»	2		
33	23.04	Техника приема и ведения мяча. Игра «баскетбол»	2		
34	30.04	Специальная подготовка тактическая Стойка игрока. Перемещение в стойке	2	Перемещение по зонам в защите	
35	07.05	Стойка игрока. Перемещение в стойке	2		
36	14.05	Стойка игрока. Перемещение в стойке	2		
		Итого	72		

По программе 72 часов

Фактически дано – 78 ч.

Сокращено - _____ ч.

Праздничные дни – . . . ч.
Больничный лист - _____ ч.
Активированный день - _____ ч.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

1. Авторы: М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А. Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха А.А. Зданевича Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

3. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, Москва «Просвещение» 2016 год. Серия «Работаем по новым стандартам» основана в 2010 году.