

Принята на заседании
методического (педагогического)
совета:
от «30» августа 2023 года
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МАОУ «Лицей № 21»
О.Н. Иващенко
от «31» августа 2023 года
Приказ № 65/5



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Баскетбол»
Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Зухович Надежда Романовна,
педагог дополнительного образования

Артемовский

Содержание

1 Основные характеристики общеразвивающей программы ..	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель и задачи общеразвивающей программы	5
1.3 Содержание общеразвивающей программы.....	6
1.4 Планируемые результаты	14
2 Организационно-педагогические условия	14
2.1 Календарный учебный график.....	14
2.2 Условия реализации программы.....	15
2.2 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.....	16
Список литературы	18

1 Основные характеристики общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Актуальность: заключается в том, что занятия по ней, позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение раздела «баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой гиподинамичностью в обычной жизни, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» реализуется по физкультурно-спортивной направленности, является модифицированной и разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ № 273).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018 г. № 196.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 24,3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность,

электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации 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».

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р. 8. Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ 30.11.2016.

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 (протокол № 3).

Особенности программы В данной программе отражены основные принципы обучения и спортивной подготовки детей. Программа адаптирована к условиям работы в данном учреждении

Новизна и оригинальность программы в том, что:

- она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

- В ее основу положены парадигма целого человека (феномен единства физического, психического, нравственного и духовного развития) и принцип природосообразности, который требует соответствия образовательной программы природным закономерностям, означает необходимость экопсихологического подхода, обращения к генетическим культурообразующим истокам личности.

- Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. В учебно-тренировочный процесс внедряются элементы технологии спортивно-ориентированного физического воспитания

школьников и здоровьесформирующей технологии, соблюдаются принципы здоровьесберегающей педагогики и триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья на основе всех позитивных факторов.

Отличительными особенностями данной программы является: организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся.

Баскетбол – командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию.

Адресат программы: обучающиеся 10 -17 лет

Режим занятий: 3 часа в неделю.

Объем: 102 часа в год.

Срок освоения: 1 год.

Перечень форм обучения: индивидуальная, групповая, фронтальная

Перечень видов занятий: игра-соревнование, соревнования, мастер-класс, беседа, лекция, ролевая игра

Перечень форм подведения итогов: По итогам года, учащийся выполняет нормативы по общей специальной физической подготовке.

1.2 Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: формирование разносторонне развитой личности обучающегося, стремящейся к физическому совершенствованию, способной реализовать свой потенциал посредством занятий баскетболом.

Задачи:

Обучающие:

- освоение знаний об истории и современном развитии баскетбола, его роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям игры в баскетбол;
- поэтапное обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей обучающихся;

- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в баскетбол и игрового опыта.

Развивающие:

- развитие интереса к систематическим занятиям баскетболом;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- повышение уровня разностороннего физического развития, закаливание;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

Воспитывающие:

- формирование потребности в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков, воспитание трудолюбия, выдержки;
- воспитание волевых качеств;
- воспитание игровой дисциплины, самостоятельности, ответственности и инициативности в выборе и принятии решений.

1.3 Содержание общеразвивающей программы

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний	10	10		Диагностика физических качеств (тестирование)
2.	Общая физическая подготовка	18		18	
3.	Специальная физическая подготовка	20		20	
4.	Игровая тренировка	25		25	
5.	Участие в соревнованиях	20		20	
6.	Контрольные испытания	9		9	
	ИТОГО	102	10	92	

Содержание учебного (тематического) плана:

1. Основы знаний

Теория: История баскетбола, техника безопасности на занятии, инвентарь, личная гигиена баскетболиста. Основы теоретических знаний. Первичная диагностика Техника безопасности на занятии баскетболом; правила соревнований по баскетболу; правила игры.

2. Общая физическая подготовка

Практика:

Общие развивающие упражнения

Развитие силы (силовая подготовка)

Развитие силы основных групп мышц рук, ног, туловища упражнениями с использованием собственного веса (подтягивание, отжимание в упоре лежа, поднимание и опускание туловища, поднимание и опускание ног из различных исходных положений).

Упражнения с отягощениями (штанга, гантели, набивные мячи, вес партнера)

Упражнения на снарядах и со снарядами.

Упражнения из других видов спорта.

Подвижные и спортивные игры.

Развитие быстроты (скоростная подготовка)

Виды бега на короткие дистанции, выполнение упражнений или отдельных их элементов в максимальном темпе в определенный отрезок времени.

Подвижные и спортивные игры.

Развитие выносливости

Кроссы по гладкой и пересеченной местности длительное время.

Упражнения из других видов спорта, выполняемые длительное время (лыжи, коньки, плавание, ходьба).

Подвижные спортивные игры.

Развитие ловкости (координационная подготовка)

Выполнение упражнений, требующих тонкой координации движений.

Выполнение упражнений из непривычного /неудобного/ положения.

Подвижные и спортивные игры.

Развитие гибкости

Выполнение упражнений на растяжение, увеличение амплитуды (степени подвижности) в суставах, упражнение из других видов спорта (гимнастика, акробатика).

3. Специальная физическая подготовка

Практика:

Упражнения для развития силовых качеств.

Упражнения с отягощениями, гантели, набивные мячи, мешки с песком, упражнения со штангой, применяемые для общей физической подготовки с некоторым увеличением веса, количества повторений и скорости выполнения отдельных упражнений.

Упражнения на гимнастических снарядах с преодолением собственного веса, с

сопротивлением партнера и применением отягощений.

Упражнения для развития быстроты.

Упражнения для развития быстроты.

Стойка игрока, передвижение игрока в стойке.

Остановка прыжком.

Ловля и передача мяча со сменой мест.

Челночный бег.

Бег с изменением направления.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Ловля и передача мяча с шагом и сменой мест.

Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. ведение мяча с изменением направления.

Бросок мяча одной рукой с места,

Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения с отражением от щита.

Сочетание пройденных элементов, бросок по кольцу после ведения и остановки.

Ведение мяча с изменением направления и скорости, остановка в два шага.

Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении, передача мяча двумя руками от груди при встречном беге в колоннах, передача мяча одной рукой от плеча.

Игра в защите, опека игрока.

Упражнения для развития техники реакции и ориентировки.

Бросок в корзину одной рукой после движения, бросок в корзину одной рукой после ведения, броски мяча в корзину в движении после двух шагов;

Повороты на месте, остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх, ведение мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока;

Передача мяча одной рукой от плеча после ведения, передача мяча на месте с отскоком от пола;

Броски в движении после двух шагов, бросок в прыжке одной рукой с места.

Бросок мяча одной рукой в прыжке с поворотом на 180 градусов, толкаясь одной ногой, штрафной бросок.

Индивидуальные защитные действия: передвижение защитника, вырывание и выбивание мяча.

4. Игровая тренировка

Практика:

Игры с передачей и ловлей мяча.

Десять передач.

Задачи: Учить детей передавать — ловить мяч, развивать умение согласовывать действие с товарищами. Воспитывать справедливость и стремление помочь товарищу правильно выполнять движение.

Описание игры: Дети становятся парами на расстоянии 2 метра один от другого, у каждой пары по мячу. По сигналу начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на пол. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча на пол.

Вариант: уронившие мяч пары выходят из игры. Выигрывает та пара, которая дольше удержит мяч.

Методические указания: Внимание детей обращается на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, бросать его партнеру на уровне груди.

Мяч водящему.

Задачи: Учить детей передавать мяч двумя руками от груди и ловить его. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями товарищей.

Описание игры: Дети делятся на 2-3 группы, каждая образует круг диаметром 4-5 метров. В центре каждого круга - водящий с мячом. По сигналу водящего поочередно бросают мяч своим игрокам, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1-3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.

Перестрелка.

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч, развивать умение ориентироваться на площадке.

Описание игры: Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки. (Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130-150 см). Дети обеих команд после сигнала стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка наводятся меньше мячей.

Займи свободный круг.

Задачи: Учить детей передавать, ловить мяч, развивать навык ориентирования на площадке. Учить защитным действиям.

Описание игры: На полу в разных местах зала раскладываются обручи на расстоянии 1,5-2 метра один от другого. Все дети, за исключением водящего, становятся в

обручи, затем перебрасывают мяч товарищам в разных направлениях. Водящий старается поймать мяч на лету или хотя бы коснуться его рукой. Если водящему удастся это сделать, подается свисток. По свистку игроки, находящиеся в обручах, меняются местами, а водящий старается занять любой из обручей. Кто не успел занять обруч, тот становится водящим. Игра продолжается. Побеждают те дети, которые ни разу не были водящими.

Варианты: 1. Водящими выбираются двое детей. 2. В игру вводится несколько мячей.

Собачка.

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч, координировать свои действия с действиями товарищей. Учить перехватывать мяч.

Описание игры: Дети встают в круг на расстоянии вытянутых рук с водящим в середине. Они перебрасывают мяч с одной стороны круга на другую, водящий должен поймать мяч или коснуться его рукой. Если ему это удастся, он встает в круг, а в середину идет тот, кто последний передавал мяч.

Вариант: Игра может проводиться в тройках.

Стрела.

Задачи: Учить детей передавать — ловить мяч. Развивать координацию, внимание, быстроту реакций.

Описание игры: В каждой команде 5-6 игроков. Они выстраиваются на боковой линии. Один из игроков стоит на расстоянии 3-4 метра впереди остальных и поочередно передает мяч игрокам и получает его от всех игроков. Потом он уступает свое место первому в шеренге, а сам становится на место последнего.

Побеждает команда, участники которой первыми возвратились в начальное положение. Вариант: Участники становятся в колонну, один - впереди на расстоянии 3-4 метра от остальных. Стоящий впереди передает мяч и получает его от первого в колонне, которые убегает и встает в конец колонны, потом передача следует второму в колонне, который послеобратной передачи убегает в конец колонны.

Будь внимательным!

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч. Развивать внимание, реакцию, мышление, вырабатывать умение проводить ложные движения.

Описание игры: В группе небольшое количество участников (5-6 чел.). Они образуют полукруг. Один из них стоит впереди (расстояние между участниками вначале 3-4 метра, потом уменьшается). Стоящий впереди передает мяч любому игроку полукруга. Участник, который ловит мяч, должен перед ловлей его хлопнуть в ладоши. Ошибкой, за которую начисляется штрафное очко, считается неудачная ловля (мяч упал). Передающий

имеет право на ложные движения, то есть, например, показывает, что сделает передачу одному игроку, а фактически передает мяч другому. Задание усложняется, если уменьшится расстояние.

Охота за мячом.

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч. Развивать быстроту, внимание.

Описание игр: В каждой команде не менее 6 игроков. Игроки двух команд располагаются по кругу, через одного, то есть один игрок команды «А», другой - «Б» и т.д. В каждой команде помячу. По сигналу игроки начинают передавать мячи в указанном направлении. Побеждает та команда, которая после определенного количества кругов или передач, или в течение какого-то времени (например, за минуту) догнала другую или приблизилась к ней. Игроки одной команды передают мяч только своим игрокам. Запрещено препятствовать или мешать передачам соперников. Передавая мяч, нельзя пропускать своих игроков.

Школа.

Задачи: Учить детей передавать - ловить мяч.

Описание игры: Участники игры стоят на одной линии. На определенном расстоянии от них стоит водящий и поочередно передает мяч стоящим «школьникам». Тот, кто поймал и правильно передал мяч обратно, имеет право на переход в следующий «класс», то есть делает шаг назад. Совершивший ошибку при ловле или передаче остается на месте, то есть «на второй год». Можно применять разные виды передач, увеличивая расстояние. Побеждает тот, кто первым закончит все классы.

Игры с ведением мяча.Мотоциклисты.

Задачи: Совершенствовать ведение мяча на месте и в движении, приучать детей видеть площадку.

Описание игры: В зале размечается дорога шириной 2-3 метра и длиной 4-5 метров. Все дети

— мотоциклисты. Около дороги стоит регулировщик. Он зеленым и красным флажками регулирует движение по дороге. Если регулировщик показывает красный флажок, мотоциклист останавливается, но мотор не выключает - ведет мяч на месте. Когда поднимается зеленый флажок, мотоциклисты могут проехать улицу без остановки — проведи мяч бегом (Движение по улице проходит в одном направлении).

Скажи, какой цвет?

Задачи: Учить вести мяч правой и левой руками, приучать детей видеть площадку.

Описание игры: Все дети имеют мячи, кроме водящего и свободно ведут их по площадке. Водящий передвигается с 2-3 флажками разных цветов. Ребенок, около

которого останавливается водящий и показывает флажок какого-либо цвета, должен, ведя мяч на месте, сказать, какого цвета флажок показывает водящий.

Вариант: Роль водящего выполняют сразу 2-3 ребенка.

Вызов номеров.

Задачи: Учить вести мяч, быстро реагировать на сигналы. Воспитывать ответственность перед командой.

Описание игры: Дети делятся на несколько команд по 4-5 игроков. В команде рассчитываются по порядку номеров и становятся в колонну. Воспитатель называет номера (не по порядку) и вызванные дети ведут мяч, обводят кеглю и таким же образом возвращаются обратно. Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Вариант: вызванные дети ведут мяч, обводя кеглю, справа и слева.

Ведение мяча парами.

Задачи: Учить вести мяч бегом, формировать умение видеть зал. Воспитывать честность, справедливость в игре.

Описание игры: Дети делятся по двое. Каждый из них имеет мяч и свободно передвигается по залу. Один ребенок в паре - водящий, его цель — не ронять мяч, коснуться рукой товарища по паре. Если ему это удалось, другой ребенок становится водящим, а бывший водящий свободноведет мяч.

Методические указания: После того, как водящий осалил своего товарища, он должен продвинуться на 5-6 шагов вперед и тогда другой ребенок может его ловить.

Ловишка с мячом.

Задачи: Учить детей вести мяч в правильной стойке правой и левой рукой бегом, меняя направление и скорость передвижения. Воспитывать честность в игре.

Описание игры: Дети с мячами свободно передвигаются по залу. Цель водящего — ведя мяч, осалить рукой товарища. Если ему это удастся, осаленный становится водящим.

Игры с бросками мяча в корзину.

Пять бросков.

Задачи: Учить детей бросать мяч в корзину, развивать меткость, точность движений. Воспитывать честность.

Описание игры: Дети с мячами располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины. По сигналу все бросают мячи в корзину, каждый подбирает свой мяч и опять бросает. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину.

Варианты:

Построение детей в колонну по одному.

Построение на 2-3 точках. С каждой точки попасть в кольцо 2-3 раза.

Бросание мяча в парах.

Задачи: Учить детей бросать мяч в корзину, сочетать ловлю и броски мяча. Закреплять умение совместно играть с мячом.

Описание игры: Дети становятся парами, у каждой пары один мяч. Один ребенок из пары становится под кольцо, чтобы поймать брошенный мяч. Остальные становятся друг за другом на расстоянии 2 м от корзины. После сигнала, они бросают каждый свой мяч (по 5 раз), затем меняются местами. Выигрывает пара, большее число раз попавшая в корзину.

Игры с ловлей, передачей и ведением мяча.

Мяч ловцу.

Задачи: Учить применять разученные действия с мячом, сочетать ловлю и передачу мяча, ведение. Способствовать развитию совместных действий.

Описание игры: В зале обозначают два круга: первый диаметром 1 м, второй - 5 м. В первый круг становится ловец, во второй круг становятся защитники (2-3 человека); остальные игроки поля. Игроки поля ведут мяч, стараясь передать его ловцу. Защитники им противодействуют, не давая ловцу поймать мяч. Если ловец поймает мяч, игроки меняются ролями: передавший мяч игрок поля становится ловцом, ловец - защитником, один из защитников переходит к игрокам поля.

Борьба за мяч.

Задачи: Учить использовать изученные приемы развивать умение сочетать свои действия с действиями других игроков команды, воспитывать коллективизм.

Описание игры: Дети делятся на две команды (надевая отличительные знаки). Каждая команда выбирает капитана. Воспитатель в центре площадки подбрасывает мяч, а капитаны стараются отбить его своим игрокам. Игроки команды, овладевшей мячом, передают мяч друг другу, а игроки противоположной команды стараются его перехватить. Команда, сделавшая 5 передач подряд, получает очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Методические указания: Запрещается бежать с мячом (можно только вести), толкать соперника.

Мяч капитану.

Задачи: Учить применять в игре разнообразные движения с мячом. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями партнера, воспитывать коллективизм.

Описание игры: Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, отмеченный в конце чужой площадки. Игроки одной команды, овладевшей мячом после спорного в центре площадки, стараются передать мяч своему капитану, выполняя ведение мяча и передачи мяча друг другу.

Игроки другой команды стараются перехватить мяч и передать своему капитану.

5. Участие в соревнованиях

Практика: Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях района.

6. Контрольно-переводные нормативы

Практика: Выполнение нормативов ОФП и СФП.

1.4 Планируемые результаты

В результате обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» обучающиеся получают следующие результаты:

Предметные результаты:

- сформированы правила игры в баскетбол;
- сформированы приемы техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- сформированы навыки игры баскетбола;
- через наставничество освоить эффективные подходы к планированию учебной, общественной и другой деятельности.

Личностные:

- сформирован устойчивый интерес и привычкам к систематическим занятиям баскетболом;
- сформировано командное мышление, командное поведение, дисциплинированность;
- сформировать личную ответственность наставника за действиями, поступками и творческой активностью наставляемого в объединении;
- развито патриотизм, позитивное отношение к спортивному прошлому и настоящему своей Родины.

Метапредметные результаты:

- созданы условия для формирования морально-волевых качеств;
- созданы условия для учебно-тренировочных занятий, для развития координации движений и основных физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости;
- сформированы навыки соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- развиты наставнические умения и навыки;
- развито патриотизм, позитивное отношение к спортивному прошлому и настоящему своей Родины.

2 Организационно-педагогические условия

2.1 Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	34
2	Количество учебных дней	68

3	Количество часов в неделю	3
4	Количество часов	102
5	Неделя в I полугодии	17
6	Неделя в II полугодии	17
7	Начало занятий	1.09
8	Каникулы	24.10-30.10
9	Выходные дни	26.12-08.01
10	Окончание учебного года	20.03-26.03

2.2 Условия реализации программы

Характеристика помещения:

Материально-техническое обеспечение:

резиновые мячи - 15 шт.
теннисные мячи - 10 шт.
обручи - 10 шт.
гимнастические скакалки – 10 шт.
секундомер - 1 шт.
рулетка - 1 шт.
свисток – 1 шт.
скамья гимнастическая – 7 шт.

Характеристика помещения: занятия проходят в спортивном зале площадью 200м² и на стадионе с волейбольной площадкой с волейбольными стойками;

Методическое обеспечение:

Специальная литература для бесед, по методике преподавания волейбола.

Для реализации программы применяются в комплексе различные формы работы: фронтальная, индивидуальная, работа в парах, парах переменного состава (на начальном этапе), в команде. Методы обучения: словесные, наглядные, демонстрационные, практические, игровые и др.

Основными формами проведения занятий являются:

- групповые теоретические занятия в (форме бесед педагога, врачей, начинающих и спортсменов со стажем);
- практические занятия - тренировки в соответствии с требованиями программы с каждой из созданных групп;
- индивидуальные занятия в соответствии с планами и заданиями для спортсменов, работающих по персональному графику; спортивные соревнования;
- просмотр видеозаписей и методический разбор всех спортивных соревнований по баскетболу (от внутрисекционных до первенства России, Европы и мира).

Методические материалы:

1. Железняк Ю.Д. Волейбол: Методическое пособие по обучению игре. – М.: Терра-спорт: Олимпия – Пресс, 2005.

2. Железняк Ю.Д. Волейбол: Методическое пособие по обучению игре. – М.: Терра-спорт: Олимпия – Пресс, 2005.

3. Нестеровский Д.И. Теоретико-методические основы обучения игровой деятельности в баскетболе: Учебно-методическое пособие для студентов. – Пенза, 2009.

4. Нестеровский Д.И., Арчибасова Е.И., Крапчина М.В. Правила игры в баскетбол в вопросах и ответах: Учебно-методические рекомендации.- 2-е изд. – Пенза: ПГПУ, 2009.

5. Нестеровский Д.И., Павлова М.А. Правила игры в баскетбол в вопросах и ответах: Учебно-методические рекомендации.- 3-е изд. – Пенза: ПГПУ, 2011.

6. Официальные правила баскетбола 2004. – М.: РФБ, 2004.

7. Официальные правила баскетбола 2006. – М.: РФБ, 2006.

8. Официальные правила баскетбола 2008. – М.: РФБ, 2008.

Кадровое обеспечение. Образовательную деятельность осуществляет педагог дополнительного образования Зухович Надежда Романовна со средним профессиональным образованием педагогическим образованием и первой категорией.

2.2 Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Диагностика результативности освоения программы предполагает текущий, промежуточный и итоговый контроль. Текущая диагностика (контроль) представляет собой оценочное слежение за динамикой. Педагог должен следить за развитием у обучающихся физических качеств, а также за уровнем их технической подготовки. Для этого не менее 2 раз в год проводятся испытания по контрольным нормативам и выявляется уровень физической подготовленности обучающихся. Главная цель контроля - всесторонняя проверка уровня подготовленности каждого обучающегося. Работоспособность проверяется в динамике и объеме игровых приемов, точности их выполнения в матче (регистрируют количество игровых приемов и точность их выполнения). Техническое мастерство оценивается несколькими способами:

- ежедневно (на тренировках) - визуальная оценка техники («на глаз»), однако этот метод субъективен.

- тестами на технику такими как удары по мячу на точность с попаданием - в заданную зону или выполнение передачи мяча партнеру так, чтобы мяч попал ему точно в руки. Для оценки техники приема и передачи мяча используются множество различных тестов.

- регистрирование количества и качества технических приёмов непосредственно в играх. Контроль тренировочных нагрузок:

- постоянный сбор и анализ информации о физическом состоянии и технико-тактическом мастерстве каждого баскетболиста, об уровне развития волевых качеств, о нагрузке;

- сопоставление информации о нагрузках с результатами в соревнованиях и в тестах, с разных сторон, отражающими уровень подготовленности каждого игрока.

Промежуточный и итоговый контроль представляет собой сбор результатов текущего контроля, наблюдение, анкетирование. Контроль проходят все обучающиеся, занимающиеся по программе, вне зависимости от того, насколько систематично они посещали занятия. Сроки проведения промежуточного контроля: декабрь, май первого года обучения, итогового контроля: май второго года обучения. Мониторинг результатов обучения по дополнительным общеобразовательным программам оценивает следующие показатели: сформированность практических компетенций, сформированность теоретических компетенций.

Список литературы

Для педагога:

1. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5 - 9 классов /С.Г. Арзуманов. - М.: Феникс, 2018. - 112 с.
2. Башкирова В.Г., Портнов Ю.М., Луничкин В.Г., Духовный М.И., Мацак А.Б., Чернов С.В., Саблин А.Б. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2007. – 100 с. 2. Боб Коузи, Фрэнк Пауэр. Баскетбол: Концепции и анализ // Боб Коузи, Фрэнк Пауэр. - М.: АСТ, - 1998. -272с.
3. Гомельский, В. Как играть в баскетбол / В. Гомельский. - М.: Эксмо, 2015. -288 с.67
4. Железняк Ю.Д., Водяникова В.П. и др., Баскетбол. М., 1984. -100с.
- 5.Кудряшов В.А. Технические приемы игры в баскетбол [Текст] /В.А. Кудряшов, В. А. Кудряшов, Р. В. Мирошникова. Выходные данные. Минск: Беларусь, 1967. Физическое описание. 184 с.: ил.
6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. М. АСТ АСТРЕЛЬ, 2004
7. Сборник Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол / Сборник. - М.: Спорт, 2016. - 823

Для обучающихся:

- 1.Алачачян, Арменак Не только о баскетболе / Арменак Алачачян. - М.: Молодая Гвардия, 2018. - 320 с.
2. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта / Б.Р. Голощапов. - М.: Academia, 2015. - 320 с.
- 3.Судейский комитет РФБ ЗАО «Инфобаскет» Официальные правила баскетбола ФИБА 2010 // Судейский комитет РФБ ЗАО «Инфобаскет» - Москва 2010. -156 с