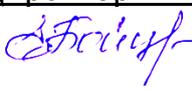


Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Районный Центр дополнительного образования»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1  
От 05.09.2024



Утверждена:  
Директор МБУДО «РЦДО»  
  
Бойцова Е.В.  
Приказ №050901  
05.09.2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Баскетбол»**  
(базовый уровень)

Возраст детей: 13-18 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Автор-составитель  
педагог дополнительного образования  
Лавонин Николай Михайлович  
Байков Александр Анатольевич

г. Кировск  
2024 г.

## Оглавление

Пояснительная записка.....	2
Характеристика предмета изучения.....	2
Нормативно-правовая база.....	3
Информация о типе программы .....	3
Направленность программы по содержанию .....	3
Актуальность.....	4
Педагогическая целесообразность программы .....	4
Отличительные особенности программы .....	4
Цели и задачи программы .....	4
Организационно – педагогические условия реализации программы .....	5
Планируемые результаты освоения программы .....	6
Система оценки результатов освоения программы .....	7
Учебно-тематический план .....	7
Содержание программы .....	8
Материально-техническое обеспечение .....	9
Список литературы для педагога .....	10
Список литературы для учащихся.....	10
Приложение №1. Методическое обеспечение .....	10
Приложение №2. Диагностика .....	11
Приложение №3. Календарный учебный график .....	14
Приложение №4. Учебно-методический комплекс .....	19
Приложение №5. Воспитательная работа .....	19

## Пояснительная записка

### Характеристика предмета изучения

**Баскетбол** - спортивная командная игра с мячом. Это одна из самых популярных игр в мире, а также в нашей стране. Баскетбол, как спортивная игра, в первую очередь привлекает своей яркой зрелищностью, наличием большого количества технико-тактических приемов. Обладая высокой динамичностью, эмоциональностью и в тоже время индивидуализмом и коллективизмом, баскетбол, по мнению многих

специалистов в области спорта, является одним из самых эффективных факторов всестороннего физического развития.

### **Нормативно-правовая база**

**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»** разработана на основе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304 – ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

### **Информация о типе программы**

Программа является модифицированной. Составлена на основе:

-Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе: программы и рекомендации – Волгоград: Учитель, 2010.

### **Направленность программы по содержанию**

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» по содержанию относится к **физкультурно-спортивной направленности**.

### **Актуальность**

Актуальность программы в том, что она обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных баскетболистов, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармоничного развития юных спортсменов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техническими приемами в баскетболе, развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов, предусматривает, в зависимости от индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных, но и метапредметных, личностных результатов. В данной программе представлен вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в баскетбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

### **Отличительные особенности программы**

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей.

### **Цели и задачи программы**

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

### **Задачи программы**

#### **Обучающие:**

- обучить техническим приемам игры и тактическим действиям;
- обучить игровой культуре на основе изучения правил игры в баскетбол и игрового опыта;
- обучить практическим навыкам организации судейства и соревнований по баскетболу;

#### **Развивающие:**

- развить игровое мышление на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;
- развить основные физические качества: быстроту, выносливость, скоростно-силовые качества;

#### **Воспитательные**

- воспитать игровую дисциплину, самостоятельность, ответственность и инициативность в выборе и принятии решений;
- сформировать потребность в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков;
- воспитать трудолюбие, выдержку;
- воспитать волевые качества, потребность в здоровом образе жизни.

### **Организационно – педагогические условия реализации программы**

**Форма обучения:** очная

**Форма организации образовательной деятельности учащихся на занятии:** групповая, фронтальная.

#### **Формы занятий**

#### **Формы аудиторных занятий:**

- учебно-тренировочное занятие
- соревнование

#### **Формы внеаудиторных занятий:**

- соревнование

В ходе реализации программы используются различные **методы обучения.**

- репродуктивный;
- частично-поисковый;

**Наполняемость объединения: 15 человек.**

**Режим занятий**

**Продолжительность одного занятия:** 45 минут

**Количество занятий в неделю:** 2 (по 2 занятия 1 раз в неделю)

**Количество учебных часов в неделю:** 2

**Количество за учебный год:** 60 часов

Данная программа рассчитана на учащихся **13 - 18 лет**, с различным уровнем физической подготовки имеющие медицинский допуск врача.

**Минимальный возраст для зачисления учащихся 13 лет.**

**Срок реализации программы:** 1 год обучения-60 часов

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **Личностные результаты:**

**В результате освоения программы учащиеся смогут:**

- проявлять устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- проявлять морально-этические и волевые качества;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- оказывать помощь своим сверстникам.

#### **Метапредметные результаты:**

**В результате освоения программы учащиеся смогут:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- вести наблюдение за показателями своего физического развития;

#### **Предметные результаты:**

**В результате освоения программы учащиеся будут знать:**

- об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- правила игры;
- терминологию баскетбола

**В результате освоения программы учащиеся будут уметь:**

- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- выполнять передачу, ведение, бросок мяча в корзину;
- обладать тактикой нападения и защиты;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

**В результате освоения программы учащиеся будут иметь навыки:**

- владеть техникой точной передачи мяча партнеру, точного броска в корзину, различных видов ведения мяча;
- применять индивидуальный план действий как в нападении, так и в защите;
- самостоятельно применять все виды перемещения как с мячом, так и без мяча.

### **Система оценки результатов освоения программы**

**-текущий контроль;**

**-промежуточный контроль;**

**Текущий контроль проводится в течение учебного периода в целях:**

контроля уровня достижения учащимися результатов, предусмотренных дополнительной общеразвивающей программой;

**Промежуточный контроль проводится в конце учебного периода в целях:**

объективного установления фактического уровня освоения дополнительной общеразвивающей программы и достижения результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы;

**Формы текущего контроля:** опрос, сдача нормативов, командная игра.

**Форма промежуточного контроля:** сдача нормативов.

### **Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Темы или разделы</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
1.	Вводное занятие. Теоретическая подготовка.	2	1	1	Опрос
2.	Техническая подготовка	27	2	25	Наблюдение
3.	Тактическая подготовка	14	2	12	Наблюдение
4.	Учебные и товарищеские игры и соревнования	12	-	12	Наблюдение
5.	Контрольные испытания Итоговое занятие	5	-	5	Сдача нормативов
					<b>Промежуточная диагностика:</b> Сдача нормативов
	<b>Итого часов:</b>	60	5	55	

## Содержание программы

### 1. Теоретическая подготовка

**Теория:** Развитие баскетбола в России и за рубежом. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка баскетболиста. Техническая, тактическая, психологическая подготовка баскетболиста. Соревновательная деятельность баскетболиста. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Правила судейства соревнований по баскетболу. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом. Соблюдение основ техники безопасности на занятиях.

**Практика:** Подвижные игры: «Слушай сигнал». По сигналу свистком делать остановку в положении шага без отрыва ноги или скольжением сзади стоящей ноги. При любом звуковом или зрительном сигнале сделать прыжок толчком одной ноги вперед, поднимая разноименную руку.

### 2. Техническая подготовка

**Теория:** Правила игры в баскетбол. Стойки баскетболиста.

**Практика:** **1. Упражнения без мяча.** 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. 1.3. Передвижение правым – левым боком. 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста. 1.5. Остановка прыжком после ускорения. 1.6. Остановка в один шаг после ускорения. 1.7. Остановка в два шага после ускорения. 1.8. Повороты на месте. 1.9. Повороты в движении. 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения. 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты. **2. Ловля и передача мяча.** 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте. 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед. 2.3. Двумя руками от груди в движении. 2.4. Передача одной рукой от плеча. 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед. 2.6. То же после ведения мяча. 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола. 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола. 2.9. Передача одной рукой снизу от пола. 2.10. То же в движении. 2.11. Ловля мяча после полуотскока. 2.12. Ловля высоко летящего мяча. 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. 2.14. Ловля катящегося мяча в движении. **3. Ведение мяча.** 3.1. На месте. 3.2. В движении шагом. 3.3. В движении бегом. 3.4. То же с изменением направления и скорости. 3.5. То же с изменением высоты отскока. 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте. 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении. 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте. **4. Броски мяча.** 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места. 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места. 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов. 4.9. В прыжке одной рукой с места. 4.10. Штрафной. 4.11. Двумя руками снизу в движении. 4.12. Одной рукой в прыжке после

ловли мяча в движении. 4.13. В прыжке со средней дистанции. 4.14. В прыжке с дальней дистанции. 4.15. Вырывание мяча. 4.16. Выбивание мяча.

#### **4. Тактическая подготовка**

**Теория:** Групповые и командные действия в нападении. Групповые и командные действия в защите.

#### **Практика:**

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

#### **5. Участие в соревнованиях.**

**Теория:** Правила соревнований и судейства.

**Практика:** Игры внутри группы. Игры с сильным и слабым противником.

Товарищеские игры с командой другой школы. Участие в соревнованиях. Разбор проведённых игр.

#### **6. Контрольные испытания**

**Практика:** Сдача контрольных нормативов.

## **Материально-техническое обеспечение**

### **Средства обучения**

#### **Материально-техническое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы**

<b>№</b>	<b>Наименование оборудования</b>	<b>Количество</b>
1.	Спортивный зал	1
2.	Мячи для баскетбола	15
	Спортивный инвентарь для ОФП	
	1. Баскетбольные стойки	2
	2. Баскетбольные щиты	6
	3. Мяч баскетбольный № 5	25
	4. Эспандер	2
	5. Мяч футбольный	6
	6. Гимнастическая стенка	25
	7. Мячи набивные	1
	8. Рулетка.	2
	9. Секундомер.	4
	10. Гимнастические скамейки	25
	11. Гимнастические маты	25
	12. Скакалки	2
	13. Мяч баскетбольный № 7	1
	14. Стойки конусы	
	15. Аптечка	

3.	Скакалки	15
4.	Маты	15
5.	Спортивная форма	15

### Перечень технических средств обучения

№	Наименование оборудования	Количество
1.	Магнитофон	1
2.	Компьютер	1
3.	Презентации к занятиям	1

### Список литературы для педагога

1. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе: программы и рекомендации – Волгоград: Учитель, 2010.
2. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе. – М.: Советский спорт, 2007.
3. Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка. Упражнения и игры с мячом.- М.: Учитель, 2009.
4. Виленский М.Я. Учебник для учащихся образовательных учреждений.- М.: Просвещение, 2012.

### Список литературы для учащихся

- Киселёв П.А., Киселёва С.Б. Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту. Олимпийский учебник.-М.: ООО Планета, 2013.

### Приложение №1. Методическое обеспечение

№	Раздел, тема	Формы занятий	Методы проведения занятий	Дидактический материал, ТСО	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие. Теоретическая	учебно-тренировочное занятие	Репродуктивный, частично - поисковый	Баскетбольные мячи Наглядный	Опрос

	подготовка.			материал. Презентация к занятию.	
3	Техническая подготовка	учебно-тренировочное занятие	Репродуктивный, частично - поисковый	Баскетбольные мячи Спортивный инвентарь для разминки	Наблюдение
4	Тактическая подготовка	учебно-тренировочное занятие соревнования	Репродуктивный, частично - поисковый	Баскетбольные мячи Спортивный инвентарь для разминки	Наблюдение
5	Участие в соревнованиях	соревнования	Репродуктивный, частично - поисковый	Баскетбольные мячи Спортивный инвентарь для разминки	Наблюдение
6	Контрольные испытания	учебно-тренировочное занятие	Репродуктивный, частично - поисковый	Баскетбольные мячи Спортивный инвентарь для разминки	<b>Промежуточная диагностика:</b> Сдача нормативов

## Приложение №2. Диагностика

### Оценочные материалы.

#### Сдача нормативов.

#### Техническая подготовка баскетболистов

Год обучения	Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)		Дистанционные броски ( % )		Штрафные броски ( % )	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1 – й год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-



11										
12										

Каждый раздел оценивается в баллах:

Высокий уровень 100% усвоение материала (3 балла)

Средний уровень 80-50% усвоения материала (2 балла)

Низкий уровень 50-30% (1 балл)

## Приложение №3. Календарный учебный график

### Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

«Баскетбол»

группа № 1

Педагог: Лавонин Николай Михайлович

#### Продолжительность учебного года

Комплектование группы – с 02.09.2024 года по 09.09.2024 года

Начало учебного года – 2 сентября 2024 года

Начало занятий – 10.09.2024 года

Окончание учебного года - 31 мая 2025 года

Продолжительность учебного года – 30 недель

Праздничные дни:

4 ноября - День народного единства;

7 января - Рождество Христово;

23 февраля - День Защитника Отечества;

8 марта - Международный женский день;

1 мая - Праздник Весны и Труда;

9 мая – День Победы.

Каникулы:

осенние каникулы: 28.10.2024 – 05.11.2024 (9 календарных дней);

зимние каникулы: 30.12.2024 – 08.01.2025 (10 календарных дней);

весенние каникулы: 22.03.2025 – 30.03.2025 (9 календарных дней);

Текущий контроль:

21.10.2024-25.12.2024 г.

18.12.2024 – 23.12.2024 г.

Промежуточная аттестация:

20.04.2025 - 30.04.2025 г.

Количество часов, режим занятий:

Продолжительность одного занятия: 45 минут

Перерыв между занятиями: 10 минут

Количество занятий в неделю: 2 (по 2 занятия 1 раз в неделю)

Количество учебных часов в неделю: 2

Количество за учебный год: 60 часов

**Занятия в детском объединении проводятся в соответствии с учебной нагрузкой педагога и расписанием занятий.**

№	Дата	Тема	Часы
1	10.09	Вводное занятие. Теоретическая подготовка	1
2	10.09	Теоретическая подготовка	1
3	17.09	Тактико-техническая подготовка баскетболиста	1

4	17.09	Упражнения без мяча	1
5	24.09	Стойка игрока. Передвижение в стойке передвижным шагом	1
6	24.09	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками	1
7	1.10	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении в парах	1
8	1.10	Ловля и передача мяча в парах. Ловля и передача мяча со сменой мест	1
9	8.10	Передача мяча с отскоком от пола	1
10	8.10	Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой снизу	1
11	15.10	Взаимодействие двух игроков с передачей мяча	1
12	15.10	Взаимодействие двух игроков. Ведение мяча на месте правой и левой рукой	1
13	22.10	Ведение мяча шагом и бегом. Учебно-тренировочная игра	1
14	22.10	Ведение мяча с изменением направления и скорости	1
15	5.11	Ведение мяча с бегом с обводкой стоек	1
16	5.11	Ведением мяча с обводкой. Взаимодействие трех игроков. Контрольные испытания	1
17	12.11	Взаимодействие трех игроков со встречным ведением. Учебно-тренировочная игра	1
18	12.11	Взаимодействие трех игроков. Бросок мяча в кольцо двумя руками	1
19	19.11	Бросок мяча в кольцо после ловли	1
20	19.11	Бросок мяча в кольцо с задней точки	1
21	26.11	Бросок мяча в кольцо с разных точек	1
22	26.11	Бросок мяча с разных точек после ведение двух шагов	1
23	3.12	Бросок мяча в кольцо после ведение с двух шагов	1
24	3.12	Бросок мяча одной рукой от плеча	1
25	10.12	Штрафной бросок. Контрольные испытания	1
26	10.12	Бросок одной рукой сверху на месте	1
27	17.12	Бросок одной рукой сверху в движении	1
28	17.12	Бросок одной рукой сверху	1
29	24.12	Игра в баскетбол. Бросок простой	1
30	24.12	Бросок от головы в прыжке	1
31	14.01	Разыгрывание спорного мяча. Бросок от головы. Учебно-тренировочная игра	1
32	14.01	Индивидуальная защита. Подбор мяча в защите	1
33	21.01	Вырывание и выбивание мяча после подбора	1
34	21.01	Выбивание мяча сзади	1
35	28.01	Выбивание мяча сзади. Добивание мяча	1
36	28.01	Добивание мяча в нападении	1
37	4.02	Перехват мяча. Учебно-тренировочная игра	1
38	4.02	Накрывание мяча, взятие отскоков. Контрольные испытания	1
39	11.02	Жонглирование мячом. Командная защита. Учебно-тренировочная игра	1
40	11.02	Командная защита. Учебно-тренировочная игра	1
41	18.02	Зонная защита. Учебно-тренировочная игра	1
42	18.02	Личная защита. Учебно-тренировочная игра	1
43	25.02	Смешанная защита. Учебно-тренировочная игра	1
44	25.02	Заслоны для игрока с мячом	1

45	4.03	Противодействие быстрому прорыву. Учебно-тренировочная игра	1
46	4.03	Противодействие угловому игроку. Учебно-тренировочная игра	1
47	11.03	Защита вблизи корзины. Учебно-тренировочная игра	1
48	11.03	Защита при вбрасывании мяч. Учебно-тренировочная игра	1
49	18.03	Защита при вбрасывании мяча. Нападение против личной защиты. Учебно-тренировочная игра	1
50	18.03	Нападение против личной защиты. Нападение против зонной защиты. Учебно-тренировочная игра	1
51	1.04	Взаимодействие при вбрасывании мяча из боковой. Учебно-тренировочная игра	1
52	1.04	Взаимодействие дух игроков в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра	1
53	8.04	Финт на бросок. Отвлекающие действия. Учебные и товарищеские игры и соревнования	1
54	8.04	Выполнение задачи в игре. Контроль, разбор задания	1
55	15.04	Учебная игра товарищеская встреча	1
56	15.04	Учебная игра товарищеская встреча	1
57	22.04	Зачеты по теоретическому и практическому блоку программы	1
58	22.04	Зачеты по теоретическому и практическому блоку программы	1
59	29.04	Итоговое занятие. Награждение. Игры и эстафеты	1
60	29.04	Итоговое занятие. Награждение. Игры и эстафеты	1
			60

**Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год**  
 Дополнительная общеразвивающая программа  
 физкультурно-спортивной направленности  
**«Баскетбол»**  
**группа № 1**

Педагог: Байков Александр Анатольевич

**Продолжительность учебного года**

Комплектование группы – с 02.09.2024 года по 09.09.2024 года

Начало учебного года – 2 сентября 2024 года

Начало занятий – 9.09.2024 года

Окончание учебного года - 31 мая 2025 года

Продолжительность учебного года – 30 недель

Праздничные дни:

4 ноября - День народного единства;

7 января - Рождество Христово;

23 февраля - День Защитника Отечества;

8 марта - Международный женский день;

1 мая - Праздник Весны и Труда;

9 мая – День Победы.

Каникулы:

осенние каникулы: 28.10.2024 – 05.11.2024 (9 календарных дней);

зимние каникулы: 30.12.2024 – 08.01.2025 (10 календарных дней);

весенние каникулы: 22.03.2025 – 30.03.2025 (9 календарных дней);

Текущий контроль:

21.10.2024-25.12.2024 г.

18.12.2024 – 23.12.2024 г.

Промежуточная аттестация:

20.04.2025 - 30.04.2025 г.

Количество часов, режим занятий:

Продолжительность одного занятия: 45 минут

Перерыв между занятиями: 10 минут

Количество занятий в неделю: 2 (по 2 занятия 1 раз в неделю)

Количество учебных часов в неделю: 2

Количество за учебный год: 60 часов

**Занятия в детском объединении проводятся в соответствии с учебной нагрузкой педагога и расписанием занятий.**

№	Дата	Тема	Часы
1	9.09	Вводное занятие. Теоретическая подготовка	1
2	9.09	Теоретическая подготовка	1
3	16.09	Тактико-техническая подготовка баскетболиста	1
4	16.09	Упражнения без мяча	1
5	23.09	Стойка игрока. Передвижение в стойке передвижным шагом	1
6	23.09	Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками	1
7	30.09	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении в парах	1
8	30.09	Ловля и передача мяча в парах. Ловля и передача мяча со сменой мест	1
9	7.10	Передача мяча с отскоком от пола	1
10	7.10	Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой снизу	1
11	14.10	Взаимодействие двух игроков с передачей мяча	1
12	14.10	Взаимодействие двух игроков. Ведение мяча на месте правой и левой рукой	1
13	21.10	Ведение мяча шагом и бегом. Учебно-тренировочная игра	1
14	21.10	Ведение мяча с изменением направления и скорости	1
15	11.11	Ведение мяча с бегом с обводкой стоек	1
16	11.11	Ведением мяча с обводкой. Взаимодействие трех игроков. Контрольные испытания	1
17	18.11	Взаимодействие трех игроков со встречным ведением. Учебно-тренировочная игра	1
18	18.11	Взаимодействие трех игроков. Бросок мяча в кольцо двумя руками	1
19	25.11	Бросок мяча в кольцо после ловли	1
20	25.11	Бросок мяча в кольцо с задней точки	1
21	2.12	Бросок мяча в кольцо с разных точек	1
22	2.12	Бросок мяча с разных точек после ведение двух шагов	1
23	9.12	Бросок мяча в кольцо после ведение с двух шагов	1

<b>24</b>	9.12	Бросок мяча одной рукой от плеча	1
<b>25</b>	16.12	Штрафной бросок. Контрольные испытания	1
<b>26</b>	16.12	Бросок одной рукой сверху на месте	1
<b>27</b>	23.12	Бросок одной рукой сверху в движении	1
<b>28</b>	23.12	Бросок одной рукой сверху	1
<b>29</b>	13.01	Игра в баскетбол. Бросок простой	1
<b>30</b>	13.01	Бросок от головы в прыжке	1
<b>31</b>	20.01	Разыгрывание спорного мяча. Бросок от головы. Учебно-тренировочная игра	1
<b>32</b>	20.01	Индивидуальная защита. Подбор мяча в защите	1
<b>33</b>	27.01	Вырывание и выбивание мяча после подбора	1
<b>34</b>	27.01	Выбивание мяча сзади	1
<b>35</b>	3.02	Выбивание мяча сзади. Добивание мяча	1
<b>36</b>	3.02	Добивание мяча в нападении	1
<b>37</b>	10.02	Перехват мяча. Учебно-тренировочная игра	1
<b>38</b>	10.02	Накрывание мяча, взятие отскоков. Контрольные испытания	1
<b>39</b>	17.02	Жонглирование мячом. Командная защита. Учебно-тренировочная игра	1
<b>40</b>	17.02	Командная защита. Учебно-тренировочная игра	1
<b>41</b>	24.02	Зонная защита. Учебно-тренировочная игра	1
<b>42</b>	24.02	Личная защита. Учебно-тренировочная игра	1
<b>43</b>	3.03	Смешанная защита. Учебно-тренировочная игра	1
<b>44</b>	3.03	Заслоны для игрока с мячом	1
<b>45</b>	10.03	Противодействие быстрому прорыву. Учебно-тренировочная игра	1
<b>46</b>	10.03	Противодействие угловому игроку. Учебно-тренировочная игра	1
<b>47</b>	17.03	Защита вблизи корзины. Учебно-тренировочная игра	1
<b>48</b>	17.03	Защита при вбрасывании мяч. Учебно-тренировочная игра	1
<b>49</b>	31.03	Защита при вбрасывании мяча. Нападение против личной защиты. Учебно-тренировочная игра	1
<b>50</b>	31.03	Нападение против личной защиты. Нападение против зонной защиты. Учебно-тренировочная игра	1
<b>51</b>	7.04	Взаимодействие при вбрасывании мяча из боковой. Учебно-тренировочная игра	1
<b>52</b>	7.04	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра	1
<b>53</b>	14.04	Финт на бросок. Отвлекающие действия. Учебные и товарищеские игры и соревнования	1
<b>54</b>	14.04	Выполнение задачи в игре. Контроль, разбор задания	1
<b>55</b>	21.04	Учебная игра товарищеская встреча	1
<b>56</b>	21.04	Учебная игра товарищеская встреча	1
<b>57</b>	28.04	Зачеты по теоретическому и практическому блоку программы	1
<b>58</b>	28.04	Зачеты по теоретическому и практическому блоку программы	1
<b>59</b>	5.05	Итоговое занятие. Награждение. Игры и эстафеты	1
<b>60</b>	5.05	Итоговое занятие. Награждение. Игры и эстафеты	1
			60

## Приложение №4. Учебно-методический комплекс

№	Наименование элемента	Состав (перечень содержимого)	Расположение
1	Программа ДО	Программа является основным документов УМК и представляет собой подробное описание учебного процесса, учебно-тематический план входящих модулей, а также все необходимые таблицы по текущей и промежуточной аттестации.	
2	Система средств обучения		
2.1	Электронная методическая база	Конспекты занятий, видео-объяснения, видео-примеры. Иллюстративный материал к занятиям.	Находится в ведении педагога, постоянно дополняется и совершенствуется при введении дистанционного режима обучения учащимся (через родителей) предоставляется открытая ссылка на материалы к соответствующему занятию.
2.2	Демонстрационные материалы	Представляют собой объекты для наглядной демонстрации материала в процессе учебного занятия: - карточки - памятки	Находятся в ведении педагога

## Приложение №5. Воспитательная работа

### **Цель воспитательной работы:**

Воспитание гармонично развитого человека, активной и сознательной личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством:

1. Воспитание для спорта – формирование личностных свойств, качеств, характера поведения и взаимоотношений с товарищами, которые необходимы для достижения наиболее высокого личного спортивного результата;

2. Через спорт подготовка к жизни – формирование черт и свойств личности, необходимых для дальнейшей счастливой и созидательной жизни в обществе.

### **Задачи воспитательной работы:**

1. Формирование нравственного сознания;
2. Формирование поведения: умений, навыков, привычек нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;
3. Формирование личностных качеств: - волевых (смелости, настойчивости, решительности и др.) - нравственных (честности, доброжелательности, скромности и др.); - трудовых (трудолюбия, добросовестности, исполнительности и др.).

### **Важные условия воспитательного процесса:**

1. Повышение воспитательного потенциала каждого учебно-тренировочного занятия (высокий нравственный авторитет тренера-педагога и хорошее качество учебно-тренировочного процесса);
2. Единство слова и дела в жизни спортивной группы;
3. Сплоченность коллектива, его ориентация на спортивные и нравственные идеалы;
4. Организация положительного опыта спортсменов в противовес стихийно приобретаемому опыту, который чаще всего имеют отрицательный характер.

### **Методы воспитательной работы:**

- Указание и разъяснение правил поведения, норм спортивной этики и др. на учебно тренировочных занятиях;
- Обсуждение различных ситуаций, возникающих в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- Проведение бесед дискуссионного характера;
- Организационная четкость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение учащихся в систему взаимопомощи и взаимооценки при выполнении учебных заданий;
- Культурно-массовая работа – чествование победителей и др., ведение личных карточек с фиксацией спортивных результатов, подготовка заявок на соревнования, информация о предстоящих днях рождения и т.п.
- Выполнение режима дня;
- Методы побуждения (поощрения) и торможения (осуждения, наказания)

<b>№</b>	<b>Направление работы</b>	<b>Наименование деятельности</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	Гражданско-патриотическое воспитание	Проведение занятий «Значение Государственной символики РФ» «Правила использования Государственной символики на соревнованиях», приуроченных ко «Дню народного единения»	Октябрь-Ноябрь
		Участие в городских и районных мероприятиях патриотической	В течение года

		направленности	
2	Социально-нравственное воспитание	Изучение уровня учебной мотивации учащихся	В течение года
		Проведение занятия «Терроризм – угроза обществу»	Декабрь
		Проведение занятий «Профилактика неспортивного поведения»	Январь
		Проведение информационных часов «Гражданин нового века – здоровый, сильный духом человек», посвященных Всемирному Дню здоровья	Апрель
3	Общекультурное воспитание	Проведение беседы на тему «Правила поведения спортсменов на соревнованиях»	Ноябрь
		Проведение досуговых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися и родителями: - конкурсы, тематические праздники	В течение года
4	Воспитание здорового образа жизни и безопасности	Инструктаж по ТБ «Правила поведения в спортивном зале и на спортплощадке»	Ежемесячно
		Проведение бесед с учащимися: -правила дорожного движения; -правила поведения на воде, в лесу и т.д. - беседы о здоровом образе жизни, гигиене, закаливании, питании, профилактике вредных привычек - о психологической подготовке, самооценке	Сентябрь-май
		Информационные часы «О противопожарной безопасности»	Октябрь
		Проведение информационных часов по ТБ «Опасность пользования пиротехническими средствами и взрывчатыми веществами»	Декабрь
		Беседа на тему «Правила поведения при угрозе террористического акта»	Февраль
5	Трудовое воспитание	Организация дежурств по поддержке порядка в спортзале и раздевалках	Ежемесячно

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ "РАЙОННЫЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ",** Бойцова Елена Владимировна, директор

02.12.24 14:25 (MSK)

Сертификат 65B103B266DFA5050A0B8EFB609A1D82