

Муниципальное образовательное учреждение
Сараевская средняя общеобразовательная школа



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
« Спортивные игры » (баскетбол)

Возраст детей : 11-16 лет
Срок реализации программы : 3 года

Автор-составитель : Еськина Галипа Владимировна

2023

Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях""
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08. 2013 № 1008);
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 № 09-3242).
- Уставом МОУ Сараевская СОШ

Направленность программы: формирование у учащихся здорового образа жизни, приобщение школьников к систематическим занятиям спортом.

Актуальность программы: программа позволяет развивать личность ребенка, совершенствовать формы организации массовой физкультурно-спортивной работы.

Новизна программы состоит в том, что учебно–воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы (конкурсы ,соревнования).
В основу заложен индивидуальный подход, уважение к личности ребенка, вера в его способности.

Уровень освоения содержания программы: базовый

Адресат программы: обучающиеся 5-10 классов в возрасте 11-16 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Объем и срок освоения программы: срок реализации программы-3 года, количество учебных часов по программе 102 часа

Режим занятий: 102 часа, 1 раз в неделю по 40 минут.

Форма обучения очная.

Особенности организации образовательного процесса: в программе используются педагогические приемы, принципы, методы и формы для реализации спортивного потенциала каждого ребенка.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию, популяризация игры в баскетбол, волейбол.

Задачи: формирование интереса и потребности школьников к занятиям спортом, развитие основных двигательных качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты).

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего 102 часа	
1.	Правила игры в баскетбол	6			
2.	История возникновения игры	3			
3.	Ведение и передачи мяча	3	24		текущий
4.	Броски мяча по кольцу	3	30		текущий
5.	Подготовка к соревнованиям	3	30		текущий

Содержание учебно-тематического плана программы.

Терминология баскетбола. Влияние игровых упражнений на развитие координационных способностей, воспитание нравственных и волевых качеств. Правила игры. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Организация и проведение соревнований. Самоконтроль и дозирование нагрузки при занятиях баскетболом. Техника и тактика владения мячом.

1.4. Планируемые результаты реализации программы

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Регулятивные УУД:

- **Определять** и **формулировать** цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на занятии.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию), учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.
- Привлечение родителей к совместной деятельности.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график кружка «Спортивные игры»

на 2023-2024 учебный год

2 год обучения

№	Тема занятия	дата
1	Правила по предупреждению травматизма на занятиях баскетболом. Ведение мяча правой и левой рукой. Учебная игра в баскетбол.	Сентябрь
2	Ведение с изменением направления, приставным шагом. Передача двумя руками из-за головы. Бросок одной в прыжке. Учебная игра в баскетбол	
3	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол.	
4	Ловля мяча после отскока от щита. Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра в баскетбол	
5	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита.	Октябрь
6	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
7	Передача мяча с отскоком от пола. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
8	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра в баскетбол.	
9	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	Ноябрь
10	Броски в движении после передачи. Прессинг. Учебная игра в баскетбол.	
11	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты.	
12	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты. Учебная игра в баскетбол.	
13	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол.	Декабрь
14	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
15	Круговая тренировка(5-6 станций). Сдача контрольных нормативов. Учебная игра в баскетбол	
16	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
17	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита.	Январь

18	Броски после ведения с двух шагов. Прессинг. Учебная игра в баскетбол	
19	Специальные упражнения и комбинации. Подвижные игры и эстафеты	
20	Ведение с разной высотой отскока. Позиционное нападение. Учебная игра в баскетбол	Февраль
21	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
22	Учебная игра.	
23	Стойка и передвижения игроков. Передачи в парах, тройках. Учебная игра.	
24	Передача одной рукой из-за спины. Индивидуальная защита. Учебная игра.	Март
25	Соревнования по баскетболу.	
26	Ведение с обводкой. Бросок одной рукой от головы в прыжке. Зонная защита Учебная игра.	
27	Ловля высоко летящих мячей в прыжке. Зонная защита. Учебная игра в баскетбол.	
28	Соревнования по баскетболу.	Апрель
29	Совершенствование бросков с места, после ведения. Нападение быстрым прорывом.	
30	Учебная игра.	
31	Индивидуальные и групповые действия. Учебная игра.	
32	Учебная игра.	Май
33	Сдача контрольных нормативов. Учебная игра	
34	Учебная игра. Подведение итогов.	

2.2. Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение: - обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу и баскетболу, пополнение материальной базы волейбольными и баскетбольными мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы секции спортивных игр ;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития личности подростка и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации:
- программы деятельности спортивной секции;
- тематического планирования секции спортивных игр.

Ожидаемые результаты работы:

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол и баскетбол;
3. Участие в спартакиаде школы по волейболу и баскетболу, формирование сборной команды школы для участия в районных соревнованиях по волейболу и баскетболу.
4. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях.
5. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию молодёжи.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу занимающимися , контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Для проведения занятий в кружке имеется следующее оборудование и инвентарь:

- | | |
|----------------------------|------|
| 1. Мячи баскетбольные | - 10 |
| 2. Мячи набивные | - 5 |
| 3. Гимнастическая стенка | - 4 |
| 4. Гимнастические скамейки | - 4 |
| 5. Гимнастические маты | - 10 |
| 6. Скакалки | - 20 |
| 7. Мячи волейбольные | - 10 |

2.3. Формы аттестации

Для реализации данной программы используются разные виды контроля: конкурсы, зачеты, соревнования.

Способы проверки ЗУН

Педагогическое наблюдение, самооценка, соревнования.

2.4. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – очно .

Методы обучения: словесный, наглядно – практический ,игровой, соревновательный.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая .

Формы организации учебного занятия - игра ,конкурс, соревнование.

Педагогические технологии: групповое обучение, игровая деятельность, здоровьесберегающая технология

2.5. Список литературы

1. «Баскетбол: теория и методика обучения :учебное пособие/Д.И.Нестеровский, М.,ИЦ «Академия,2020»
2. «Баскетбол .Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д.Железняк, И.А.Водяникова, В.Б.Гаптов, Москва,2020
3. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б.Мейксон,В.И.Лях-М.:Просвещение,2020
4. «Физическая культура»,В.П.Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клусов-М.:Просвещение,2019.
5. «Физическое воспитание учащихся 5-9 классов:Пособие для учителя/В.И.Лях,Г.Б.Мейксон,Ю.А.Копылов.-М.:Просвещение,2020 , Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2020
6. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 2019 г.