

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3  
ИМЕНИ СЕМЁНА ВАСИЛЬЕВИЧА ДУБИНСКОГО СТАНИЦЫ  
БЕРЕЗАНСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН**

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

Утверждаю  
директор МАОУ СОШ №3  
им. С.В. Дубинского ст. Березанской  
\_\_\_\_\_/А.А. Андреев/  
30.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«БАСКЕТБОЛ»**

**Уровень программы:** ознакомительный  
**Срок реализации программы:** 1 год (68 часа)  
**Возрастная категория:** от 8 до 12 лет (для детей с ОВЗ и детей-инвалидов)  
**Форма обучения:** очная  
**Вид программы:** модифицированная  
**Программа реализуется на бюджетной основе**  
**ID-номер Программы в Навигаторе: 64870**

Автор-составитель:  
Педагог дополнительного образования  
Шавлова Анна Васильевна

станция Березанская  
2023 год

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» для детей с ОВЗ и детей-инвалидов разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 октября 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Концепция развития детско-юношеского спорта Российской Федерации до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 г. № 3894-р.

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 – р).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27.07.2022 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 г.);

6. Письмом Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № 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);

7. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996 – р);

8. Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 марта 2016 г. № ВК452/07 «О введении ФГОС ОВЗ»;

9. Письмом Минпросвещения России от 20.02.2019 г. № ТС-551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью» (вместе с «Разъяснениями о сопровождении образования обучающихся с ограниченными возможностями и инвалидностью»).

10. Устав МАОУ СОШ №3 им. С.В. Дубинского ст. Березанской.

Дополнительное образование детей с ОВЗ должно осуществляться с учетом общих и специфических особенностей. Общая характеристика программы (ОФП - баскетбол) направлена на то, чтобы развить у занимающегося такие качества, как: сила, выносливость, ловкость, прыгучесть, гибкость, координация. Эти физические качества преимущественно осуществляются с помощью спортивных, подвижных игр и эстафет определенной направленности. Все эти качества необходимы для гармоничного развития физических качеств и здоровья младших

школьников. Дети с задержкой психического развития – это неоднородная группа школьников, которые характеризуются нарушением темпа психического развития познавательной деятельности: восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения. Характерным признаком задержки психического развития является эмоционально-волевая незрелость.

Педагогические наблюдения позволяют выделить следующее своеобразие двигательной сферы обучающихся с задержкой психического развития:

- недостаточно точная координация и неуверенность движений, что проявляется в основных двигательных навыках;

- относительная замедленность овладения двигательными навыками;

- относительно низкий уровень развития пространственной ориентировки;

- отклонения в развитии моторной сферы;

- отставание в развитии жизненно важных физических способностей – скоростно-силовых, силовых, выносливости и других, характеризующих физическую подготовленность детей и подростков.

Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации обучающихся. Спортивные упражнения, подвижные игры с мячом играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников.

Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Для игры в баскетбол характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, передачи, броски и ведения мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Несмотря на свою общеизвестность и кажущуюся простоту, игра обладает спектром воздействия, позволяющего решать весь комплекс образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных задач подготовки баскетболистов. Игра в баскетбол не только совершенствует физиологические основы жизнедеятельности организма, но и обеспечивает овладение игровыми навыками в наиболее благоприятных для их формирования условиях. В игре учатся контролировать свои эмоции, подчиняться правилам и решениям судей, учатся действовать самостоятельно и решать игровые задачи во взаимодействии со своими партнерами. В баскетболе проявляются все жизненно важные для человека физические качества: скоростные, скоростно-силовые и координационные способности, гибкость и выносливость. В работу вовлекаются практически все функциональные системы его организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе и чувство коллективизма. Занятия с мячом, при соответствующей организации их проведения, благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей.

При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Адресат программы:** программа адресована для учащихся 9-15 лет. Возраст обучающихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления.

**Актуальность программы:** Данная программа направлена на создание условий для привлечения детей и подростков, с задержкой психического развития, к регулярным занятиям адаптивным массовым спортом с целью их социальной интеграции в общество и физической реабилитации, укрепление здоровья обучающихся, привлечение к регулярным занятиям баскетболом, развитие способностей и талантов средствами баскетбола, всестороннее гармоничное развитие, формирование навыков здорового образа жизни, нравственное воспитание, морально-волевых качеств, формирование жизненно-важных двигательных умений и навыков средствами баскетбола.

#### **Отличительные особенности**

Для реализации личностных возможностей детей с задержкой психического развития большое значение имеет уровень моторной сферы. Совершенствование двигательной деятельности детей за счет использования разнообразных средств и методов физического воспитания позволит повысить функциональные возможности организма. Одним из эффективных средств всестороннего воздействия на функции организма детей является игра в баскетбол. Учитывая комплексный характер игровой деятельности в баскетболе, можно предположить, что именно данный вид спорта будет способствовать повышению физических и психологических способностей детей с задержкой психического развития. Данная программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, дает возможность обучающемуся пройти раздел программы «баскетбол» с «нуля», пробуждает интерес детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта, при ее реализации повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества, у обучающегося появляется возможность пройти раздел программы «баскетбол» базового уровня, даже если он никогда не занимался этим видом спорта.

**Уровень освоения** - ознакомительный. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы

#### **Объем программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения, общий объем- 68 часов. Занятия проводятся 2 учебных часа в неделю (по 30 мин).

Число детей в одной группе – до 10 человек, отбор детей свободный и по желанию.

**Формы проведения занятий:** основной формой организации деятельности в дополнительном образовании является учебное занятие.

- практические занятия;
- теоретические занятия;
- соревновательная деятельность;
- контрольные занятия

В процессе освоения программного материала применяются основные средства обучения: общеразвивающие, оздоровительные и коррекционные упражнения; специальные и подготовительные упражнения, технические элементы баскетбола; упражнения на развитие моторики; дыхательные и восстановительные упражнения.

**Цель программы** - коррекция и укрепление физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов, формирование у детей осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

#### **Задачи программы**

##### **Личностные:**

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

##### **Предметные:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;

##### **Метапредметные:**

- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

##### **Коррекционно-развивающие:**

- развитие двигательных качеств: скоростно-силовых, координации, гибкости, общей выносливости, силы, силовой выносливости;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- активизация защитных сил организма ребёнка;
- повышение физиологической активности органов и систем организма;
- укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы;
- коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия);
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки);
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

#### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

Данная программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

##### **Личностные результаты:**

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

##### **Метапредметные результаты:**

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

##### **Предметные результаты:**

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;

- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол

### Учебный план

№	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Прокатывание мяча	8	2	6	Игровые упражнения, подвижная игра, наблюдение.
2.	Бросание мяча	12		12	Наблюдение
3.	Ловля мяча	8		8	Наблюдение
4.	Отбивание мяча	10		10	Наблюдение, выполнение контрольных нормативов.
5.	Метание мяча	10		10	Наблюдение, выполнение контрольных нормативов.
6.	Ведение мяча	12		12	Сбор документов, наблюдение
7.	Игровая деятельность	8		8	
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	<b>2</b>	<b>66</b>	

### Содержание

#### **Прокатывание мяча (8 часов)**

Прокатывание мяча между предметами «змейкой», друг другу, в ворота, по скамейке. Развитие ловкости, координации движений, фиксации взора, внимания, быстроты реакции на сигнал.

#### **Бросание мяча (12 часов)**

Бросание мяча через шнур двумя руками. Бросание мяча вверх и ловить двумя руками, об пол и ловить его двумя руками, подбрасывание мяч вверх и ловить после одного, двух хлопков. Развитие ловкости быстроты движений, внимания, умения сосредотачиваться на определенном предмете, быстроты мышления; развитие у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары.

#### **Ловля мяча (8 часов)**

Ловля мяча двумя руками. Развитие быстроты реакции, ориентировка в пространстве, координация движений.

#### **Отбивание мяча (10 часов)**

Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно, одной рукой с продвижением вперед. Развитие бега, увертливости, ловкости, умения выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары  
Совершенствование навыка отталкивания мяча. Обработка отбивания мяча правой и левой рукой поочередно. Развитие координации движений, ловкости, фиксации взора. Упражнения в беге, распознавание цветов.  
Отрабатывать отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед.  
Развивать ловкость, зрительно – моторную координацию

#### **Метание мяча (12 часов)**

Совершенствование метания мяча вдаль. Катание мяча в прямом направлении, отталкивание его энергично, развитие умения ориентироваться

в пространстве. Учить принимать правильное исходное положение при метании в горизонтальную цель.

### **Ведение мяча (12 часов)**

Формирование элементарных для баскетбола действий с мячом. Развитие внимания, быстроты и ловкости, глазомера и меткости, координацию движений. Развивать умение сосредотачиваться на определенном предмете, быстроту мышления.

### **Игровая деятельность (8 часов)**

## **Календарный учебный график**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Прокатывание мяча между предметами	1	13.00-13.30	04.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Опрос. Наблюдение
2.	Прокатывание мяча между предметами	1	13.00-13.30	06.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра
3.	Катание мяча друг другу (расстояние 2,5 м.)	1	13.00-13.30	11.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Соревнование
4.	Катание мяча друг другу (расстояние 2,5 м.)	1	13.00-13.30	13.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
5.	Катание мяча в ворота (ширина 40-50 см.)	1	13.00-13.30	18.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
6.	Катание мяча в ворота (ширина 40-50 см.)	1	13.00-13.30	20.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
7.	Скатывание мяча по наклонной доске	1	13.00-13.30	25.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
8.	Прокатывание мяча по скамейке, придерживая его руками	1	13.00-13.30	27.09	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
9.	Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками (не менее 5 раз подряд)	1	13.00-13.30	02.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
10.	Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками (не менее 5 раз подряд)	1	13.00-13.30	04.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
11.	Подбрасывание мяча вверх, и ловля одного, двух хлопков	1	13.00-13.30	09.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
12.	Подбрасывание мяча вверх, и ловля одного,	1	13.00-13.30	11.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование

	двух хлопков						
13.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол	1	13.00-13.30	16.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
14.	Подбрасывать мяч вверх и ловить после отскока об пол	1	13.00-13.30	18.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
15.	Бросание мяча об пол и ловля (не менее 5 раз подряд)	1	13.00-13.30	23.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
16.	Бросание мяча об пол и ловля (не менее 5 раз подряд)	1	13.00-13.30	25.10	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
17.	Бросание мяча об пол и ловля (не менее 5 раз подряд)	1	13.00-13.30	08.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
18.	Бросание мяча через шнур двумя руками (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	13.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
19.	Бросание мяча через шнур двумя руками (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	15.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
20.	Бросание мяча через шнур двумя руками (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	20.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
21.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	22.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
22.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	27.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
23.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	29.11	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
24.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	04.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
25.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	06.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
26.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	11.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
27.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	13.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
28.	Перебрасывание мяча друг другу (1,5 м.)	1	13.00-13.30	18.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
29.	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно	1	13.00-13.30	20.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
30.	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно	1	13.00-13.30	25.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
31.	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно	1	13.00-13.30	27.12	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
32.	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно	1	13.00-13.30	10.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
33.	Отбивание мяча об	1	13.00-13.30	15.01	игровая	МАОУ СОШ	Учебная игра

	пол правой и левой рукой поочередно					№ 3 Спортзал	Соревнование
34.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	1	13.00-13.30	17.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
35.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	1	13.00-13.30	22.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
36.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	1	13.00-13.30	24.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
37.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	1	13.00-13.30	29.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
38.	Отбивать мяч одной рукой с продвижением вперёд (мяч сбоку)	1	13.00-13.30	31.01	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
39.	Вдаль (5-6,5 м.)	1	13.00-13.30	05.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
40.	Вдаль (5-6,5 м.)	1	13.00-13.30	07.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
41.	Вдаль (5-6,5 м.)	1	13.00-13.30	12.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
42.	Вдаль (5-6,5 м.)	1	13.00-13.30	14.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
43.	В вертикальную цель (1,5-2 м.)	1	13.00-13.30	19.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
44.	В вертикальную цель (1,5-2 м.)	1	13.00-13.30	21.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
45.	В вертикальную цель (1,5-2 м.)	1	13.00-13.30	26.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
46.	В вертикальную цель (1,5-2 м.)	1	13.00-13.30	28.02	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
47.	В горизонтальную цель (2-2,5 м.)	1	13.00-13.30	04.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
48.	В горизонтальную цель (2-2,5 м.)	1	13.00-13.30	06.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
49.	В горизонтальную цель (2-2,5 м.)	1	13.00-13.30	11.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
50.	В горизонтальную цель (2-2,5 м.)	1	13.00-13.30	13.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
51.	Удар по неподвижному мячу ногой	1	13.00-13.30	18.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
52.	Удар по неподвижному мячу ногой	1	13.00-13.30	20.03	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
53.	Удар по неподвижному мячу ногой	1	13.00-13.30	01.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование

54.	Остановка движущего мяча ногой	1	13.00-13.30	03.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
55.	Остановка движущего мяча ногой	1	13.00-13.30	08.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
56.	Остановка движущего мяча ногой	1	13.00-13.30	10.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
57.	Ведение мяча ногой (5 м.)	1	13.00-13.30	15.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
58.	Ведение мяча ногой (5 м.)	1	13.00-13.30	17.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
59.	Ведение мяча ногой (5 м.)	1	13.00-13.30	22.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
60.	Удар по воротам (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	24.04	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
61.	Удар по воротам (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	06.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
62.	Удар по воротам (расстояние 2 м.)	1	13.00-13.30	08.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
63.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	13.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
64.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	15.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
65.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	20.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
66.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	22.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
67.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	27.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Наблюдение
68.	Развлечение (игры, эстафеты, праздники)	1	13.00-13.30	29.05	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Наблюдения

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

В работе с детьми с задержкой психического развития наиболее востребованными являются наглядные методы, особенно на начальных этапах обучения. Методы наглядности основаны на комплексном включении всех сохранных видов ощущений при ведущей роли словесной речи.

Наиболее типичными методами и методическими приемами являются:

- плакаты с изображением тела человека с названием частей, суставов и др. (для формирования знаний, наглядно-образных представлений о строении человека);
- карточки с рисунками и схемами движений, с заданиями, указателями, ориентирами (для формирования наглядно-действенных представлений об изучаемых физических упражнениях);
- показ движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речи;
- показ движений с одновременной словесной инструкцией (описанием, объяснением);

- демонстрация материала с помощью компьютеров, телевизоров, проекторов и т.п., является одним из наглядных методов, дающих широкие возможности обучения. *Словесные методы:* методы, создающие предварительное представление об изучаемом движении. К словесным методам относятся следующие формы речи: объяснение, пояснение, словесная инструкция, замечание, команда, распоряжение, указание, подсчет и др.

*Практические методы:* метод упражнений, игровой и соревновательный методы. Основным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: в целом и по частям.

*Игровой и соревновательный методы* применяются после приобретения занимающимися навыков игры. В качестве методических приемов на занятии чаще всего используются описания упражнений и его элементов, условия выполнения, показ техники упражнения, иллюстрация его с помощью различных наглядных пособий, выполнение упражнения в облегченных условиях. Словесная информация должна состоять из объяснений, методических указаний о названии и последовательности фаз выполнения движений, действий ног, рук, головы, туловища, рекомендации для самоконтроля и исправления ошибок. В целях контроля за состоянием обучающегося необходимо, соблюдение техники безопасности, применение оздоровительных технологий. Во время занятий педагог вместе с детьми должны использовать технологии самоконтроля (замер ЧСС, частоты дыхания) и наблюдения (по внешним признакам: снижение работоспособности, повышенная потливость, покраснение кожных покровов). Одним из составляющих средств восстановления используются дыхательные технологии, стретчинг, упражнения на расслабление, психолого-педагогические технологии здоровьесбережения, способствующие снятию эмоционального напряжения, введение в ход занятия познавательного материала, имеющего нравственный контекст, позволяющий не только снять эмоциональное напряжение, но и расширить кругозор обучающихся.

В процессе прохождения программы используются основные методы выполнения упражнений: игровой, повторный, переменный, круговой, контрольный, соревновательный.

### ***Информационное обеспечение программы***

При реализации программы используются электронные и цифровые дидактические материалы.

На ряду с этими материалами используются цифровые образовательные ресурсы:

1. [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru) Министерство спорта РФ
2. [www.rusada.ru](http://www.rusada.ru) Российское антидопинговое агентство
3. [www.roc.ru](http://www.roc.ru) Олимпийский комитет России
4. [www.paralymp.ru](http://www.paralymp.ru) Паралимпийский комитет России
5. [www.olympic.org](http://www.olympic.org) Международный олимпийский комитет
6. [www.russiabasket.ru](http://www.russiabasket.ru) Российская федерация баскетбола
7. [www.basketbolist.org.ua/publications.htm](http://www.basketbolist.org.ua/publications.htm) Статьи о баскетболе
8. [www.sport-express.ru/basketball/](http://www.sport-express.ru/basketball/) Баскетбол России и Мира
9. [www.youtube.com/watch?v=4CNWoGq3fqA](http://www.youtube.com/watch?v=4CNWoGq3fqA) упражнения на баланс и координацию

### ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Основными методами отслеживания успешности овладения обучающимися содержания программы являются: овладение теоретическими знаниями и практическими умениями, и навыками в соответствии с планируемыми результатами освоения программы, выполнение контрольных нормативов по общей физической и специальной подготовке, педагогическое наблюдение, целью которых является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов.

В процессе изучения Программы используются следующие формы контроля:

**входной контроль** - осуществляется в начале прохождения программы (тестирование уровня физической подготовленности обучающихся);

**промежуточный контроль** - осуществляется после прохождения определенного раздела программы (выполнение контрольных упражнений по ОФП, СФП, освоение теоретических знаний);

**итоговый контроль** - в конце прохождения программы (тестирование по общей и специальной физической подготовке, участие в товарищеских встречах и соревнованиях).

#### Способы оценки результатов.

Подведение итогов реализации программы проводится в виде следующих форм:

- теоретические знания в форме тестирования;
- зачет по общей физической подготовке;
- зачет по специальной физической подготовке;
- демонстрация выполнения необходимых элементов базовой техники;
- степень самостоятельности и уровень способностей принимать самостоятельное решение при выполнении технических технико-тактических элементов.

Результаты контрольных тестов фиксируются в информационных картах обучающихся, с указанием показателей личностного роста, а также в протоколах (контрольные тесты и

соревнования). В зависимости от индивидуальных особенностей обучающегося, а также определенного вида контрольного упражнения критерий, оценки может быть изменен лицом, проводившим аттестацию. Параметры изменения заносятся в протокол проведения аттестации с указанием причин изменения

### Список литературы

1. С.П. Елисеев, Л.М. Шипицына, «Частные методики адаптивной физической культуры» - М.: Советский спорт, 2004 г.
2. О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев, «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре» - М.: Советский спорт, 2004 г.
3. Яцевич Е.С., «Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол», (КОУ ОО «Адаптивная школа – интернат № 15» - Омск, 2020 г.
4. Гомельский А. Я. Баскетбол завоевывает планету. Баскетбол на Олимпиадах - М.: Советская Россия, 2010. – 160 с.
5. Железняк Ю.Д. Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва – М.: Советский спорт, 2004. – 100 с. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С.. «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол», М.«Просвещение» 2013г.
6. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения – М.: Издательский центр «Академия», 2012
7. Костикова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. – М.: ФИС, 2001.
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры, М.: ФИС, 1991. 14. Сопов В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном
9. Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Под редакцией Ю.Д. Железняка. – М., 1984.

**Электронные информационные и образовательные ресурсы:**

[www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

[www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)

[www.roc.ru](http://www.roc.ru)

[www.paralymp.ru](http://www.paralymp.ru)

[www.olympic.org](http://www.olympic.org)

[www.russiabasket.ru](http://www.russiabasket.ru)

[www.sport-express.ru/basketball/](http://www.sport-express.ru/basketball/)

[www.youtube.com/watch?v=4CNWoGq3fqA](http://www.youtube.com/watch?v=4CNWoGq3fqA)

[www.basketcop.spb.ru/deaf\\_basketball](http://www.basketcop.spb.ru/deaf_basketball)