

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

Принята на заседании
педагогического совета
от 30.08.2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю
директор МАОУ СОШ №3
им. С.В. Дубинского ст. Березанской
_____/А.А. Андреев/
30.08.2024 г.

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

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (204 часа)
Возрастная категория: от 11 до 15 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе:

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования
Дубовой Николай Витальевич

станция Березанская
2024 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» стартового уровня реализуется на базе МАОУ СОШ №3 им. С.В. Дубинского ст. Березанской, автор Дубовой Н.В.

Данная Программа основывается на положениях основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями);

2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 18 августа 2017 г. № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятий и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»

4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»;

6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

7. Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»).

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

Направленность (профиль) программы: физкультурно-спортивная.

Физкультурно-спортивная деятельность в рамках дополнительного образования является одним из эффективных средств физического совершенствования обучающихся, приобщения их к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва нации. Программа «Баскетбол» является модифицированной программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию для обучающихся 11-14 лет.

Занятие баскетболом способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, воспитанию эстетического вкуса, приобретению навыков самостоятельной деятельности, формированию интереса к здоровому образу жизни.

Уровень программы – Ознакомительный

Новизна программы «Баскетбол» 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.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра Баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

В холодное время года дети любят собираться в светлом спортзале не только для спортивных тренировок, но и для общения со сверстниками своей и других школ, интересно проводят свободное время и воскресные дни, не ищут развлечений на улице, а также приобщают родителей для поддержки на соревнованиях.

Актуальность

Баскетбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению баскетбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, баскетбольные щиты и мяч.

Педагогическая целесообразность обусловлена ее практической значимостью – творческой самореализацией обучающихся, интересу к игре Баскетбол, самостоятельной практической деятельностью, здоровому образу жизни. Изучение основ игры Баскетбол даст хорошую базу для общего физического развития организма, способствует развитию коммуникабельности.

Отличительные особенности программы

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.

Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

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

Адресат программы

Состав контингента формируется из учащихся в возрасте 11 - 14 лет, занятия проводятся по фронтальной схеме с последующей индивидуализацией обучения, по мере выявления способностей детей. Важно привить интерес к физическому воспитанию и спорту. В процессе обучения дети развивают моторику, строят общение в своей группе, учатся технике движений и тактическому мышлению. В возрасте 11-14 лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, повороты, прыжки, входят составной частью в игровые действия.

Объем программы

На изучение курса «Баскетбол» отводится 6 учебных часов в неделю, итого 204 часа в год.

Число детей в одной группе – до 15 человек, отбор детей свободный и по желанию.

Формы обучения и виды занятий: теоретические, практические, соревнования, очная, групповая, индивидуальная.

Срок реализации программы – 1 год

Режим занятий

Занятие длится 135 минут и проводится 2 раза в неделю в соответствии с графиком работ кружкового объединения и режимом работы школы.

Цель программы

Основной целью программы является содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

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.

Метапредметные:

- 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:

- укрепление здоровья и повышения работоспособности у школьников, ознакомление с историей развития баскетбола, освоение техники и тактики игры в баскетбол, ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- развитие основных физических качеств: быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств.

Учебный план

№	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<u>Раздел 1. Вводное занятие</u>	1	1	-	Собеседование, инструктирование и сбор документов, наблюдение.
2.	<u>Раздел 2. Введение в образовательную программу.</u>	30	2	28	Тестирование
3.	<u>Раздел 3. Основы знаний.</u>	30	2	28	Тестирование
4.	<u>Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка.</u>	56	5	51	Наблюдение, выполнение контрольных нормативов.
5.	<u>Раздел 5. Техничко-тактическая подготовка.</u>	66	2	64	Наблюдение, выполнение контрольных нормативов.
6.	<u>Раздел 6. Контрольные игры и соревнования.</u>	18	-	18	Сбор документов, наблюдение
7.	<u>Раздел 7. Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке.</u>	3	-	3	итоговая аттестация
7.	Итого	204	12	192	

Содержание плана

Раздел 1. Вводное занятие (1 час)

Теория: Знакомство с условиями приема в объединение «Баскетбол» и перечень необходимых документов.

Форма контроля: Собеседование, инструктирование и сбор документов, наблюдение.

Раздел 2. Введение в образовательную программу. (30 часов)

Теория: Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Баскетбол». Беседа о правилах безопасности на учебно-тренировочных занятиях, о режиме работы.

Практика: Спортивные игры на выявление физических способностей учащихся.

Форма контроля: Собеседование о выявлении первичных знаний об игре баскетбол. Наблюдение с целью выявления уровня развития физических способностей учащихся.

Раздел 3. Основы знаний. (30 часов)

Теория: Физическая культура и спорт. Сведения о строении и функциях организма. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол.

Форма контроля: опрос основ знаний по работоспособности организма и волейболу.

Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка. (56 часов)

Теория: Значение общей физической подготовки для развития спортсмена.

Практика: Гимнастические упражнения. Упражнения на различные мышечные группы. Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения со скакалками, набивными мячами. Упражнения на гимнастических скамейках. Лазанье по гимнастической стенке, лестнице. Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад. Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метания. Подвижные игры. Эстафеты.

Форма контроля: Тестирование, контрольные упражнения и нормативы.

Раздел 5. Техничко-тактическая подготовка. (66 часов)

Теория: Целесообразность применения отдельных технических приемов в конкретной игровой обстановке.

Практика: Техника передвижения. Стойка баскетболиста Ходьба, бег. Передвижения приставными шагами (лицом вперед, вправо, влево). Техника владения мячом. Действия без мяча. Перемещения и стойки: стартовая стойка, в сочетании с перемещениями; ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперед; перемещения приставными шагами спиной вперед; двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; прыжки; сочетание способов перемещений.

Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками: передача на точность, с перемещением в парах; встречная передача, передача в треугольнике. Нападающие удары. Блокирование. Групповые действия. Командные действия. Приём передач. Система игры. Расположение игроков при приёме мяча от противника «углом вперед» с применением групповых действий.

Форма контроля: Тестирование основ знаний и умений выполнения техники баскетбола, а также знаний простейших тактических приемов волейбола.

Раздел 6. Контрольные игры и соревнования. (18 часов)

Теория: Разбор проведенных подвижных игр и игры в баскетбол по упрощенным правилам. Устранение ошибок в игре.

Практика. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Соревнования по стрит – болу, баскетболу.

Форма контроля: анализ игровой деятельности.

Раздел 7. Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке. (3 час)

Форма контроля: один раз в год (15-20 мая) в объединении проводится итоговая аттестация, т.е. контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке, в форме сдачи тестов по основам знаний, сдачи тестов по развитию физических качеств и контрольные нормативы по баскетболу.

Календарно- учебный график

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Инструктаж по ТБ. История возникновения баскетбола.	3	14.30-17.00	02.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Опрос. Наблюдение
2.	Прием контрольных нормативов по ОФП.	3	14.30-17.00	04.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра
3.	Прием контрольных нормативов по ОФП. Учебная игра	3	14.30-17.00	09.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Соревнование
4.	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом.	3	14.30-17.00	11.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
5.	Ловля и передача мяча в парах на месте. Бросок мяча одной рукой от плеча с места.	3	14.30-17.00	16.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
6.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Учебная игра	3	14.30-17.00	18.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
7.	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Учебная игра	3	14.30-17.00	23.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
8.	Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Учебная игра	3	14.30-17.00	25.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
9.	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высоты отскока.	3	14.30-17.00	30.09.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
10.	Остановка двумя шагами и прыжком. Учебная игра	3	14.30-17.00	02.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
11.	Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Учебная игра	3	14.30-17.00	07.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
12.	Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении.	3	14.30-17.00	09.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
13.	Правила игры в баскетбол. Учебная игра	3	14.30-17.00	14.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
							ие
14.	Тактика свободного нападения. Учебная игра	3	14.30-17.00	16.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
15.	Перехват мяча. Позиционное нападение (5:0)без смены мест Учебная игра	3	14.30-17.00	21.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
16.	Борьба за мяч после отскока от щита. Нападение через заслон. Учебная игра	3	14.30-17.00	23.10.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
17.	Быстрый прорыв. Командные действия в защите, в нападении. Учебная игра	3	14.30-17.00	28.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
18.	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями. Учебная игра	3	14.30-17.00	06.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
19.	Совершенствование тактических и технических приемов в игре.	3	14.30-17.00	11.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
20.	Совершенствование тактических и технических приемов в игре.	3	14.30-17.00	13.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
21.	Совершенствование тактических и технических приемов в игре.	3	14.30-17.00	18.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
22.	Совершенствование тактических и технических приемов в игре.	3	14.30-17.00	20.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
23.	Совершенствование тактических и технических приемов в игре.	3	14.30-17.00	25.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
24.	Бег на короткие дистанции: 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	27.11.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
25.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	02.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
26.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	04.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
27.	Стартовые рывки с места. Ускорение из различных исходных положений	3	14.30-17.00	09.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
28.	Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте.	3	14.30-17.00	11.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
29.	Бросок мяча после ведения два шага Учебная игра	3	14.30-17.00	16.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
30.	Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра	3	14.30-17.00	18.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
31.	Остановка двумя шагами и прыжком. Учебная игра	3	14.30-17.00	23.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
32.	Ведение мяча с разной высотой отскока. Учебная игра	3	14.30-17.00	25.12.24г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
33.	Бросок мяча после ведение два шага.	3	14.30-17.00	13.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
34.	Бросок мяча после ведение два шага.	3	14.30-17.00	15.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
35.	Ведение мяча с изменением направления. Учебная игра	3	14.30-17.00	20.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
36.	Ведение мяча с изменением направления. Учебная игра	3	14.30-17.00	22.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
37.	Ведение мяча правой и левой рукой на месте. Учебная игра	3	14.30-17.00	27.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
38.	Ловля и передача мяча в парах на месте. Учебная игра	3	14.30-17.00	29.01.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
						Спортзал	Соревнование
39.	Бросок мяча одной рукой от плеча с места.	3	14.30-17.00	03.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
40.	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Учебная игра	3	14.30-17.00	05.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
41.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	10.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
42.	Тактика свободного нападения. Учебная игра	3	14.30-17.00	12.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
43.	Позиционное нападение (5:0) без смены мест. Нападение через заслон Учебная игра	3	14.30-17.00	17.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
44.	Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении.	3	14.30-17.00	19.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
45.	Ловля и передача мяча в парах, тройка на месте и в движении.	3	14.30-17.00	26.02.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
46.	Остановка двумя шагами и прыжком. Учебная игра	3	14.30-17.00	03.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
47.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	05.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
48.	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м.	3	14.30-17.00	12.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
49.	Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Учебная игра	3	14.30-17.00	17.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
50.	Бросок мяча после ведения два шага. Учебная игра	3	14.30-17.00	19.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3	Учебная игра

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
						Спортзал	Соревнование
51.	Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Учебная игра	3	14.30-17.00	24.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
52.	Учебная игра.	3	14.30-17.00	26.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
53.	Стартовые рывки с места. Ускорение из различных исходных положений. Учебная игра	3	14.30-17.00	31.03.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
54.	Лазанье по гимнастической стенке, лестнице.	3	14.30-17.00	02.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
55.	Лазанье по гимнастической стенке, лестнице. СФП	3	14.30-17.00	07.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
56.	Нападение через заслон. Учебная игра	3	14.30-17.00	09.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
57.	Тактика свободного нападения. Учебная игра	3	14.30-17.00	14.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
58.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	3	14.30-17.00	16.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
59.	Гимнастические упражнения. Упражнения на различные мышечные группы.	3	14.30-17.00	21.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
60.	Упражнения со скакалками, набивными мячами. ОФП	3	14.30-17.00	23.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
61.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	28.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
62.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	30.04.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Дата проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
							ие
63.	Бег на короткие дистанции 40,60,100,200 м. Кросс 1000 м. Учебная игра	3	14.30-17.00	05.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
64.	Упражнения со скакалками, набивными мячами.	3	14.30-17.00	07.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
65.	Прием контрольных нормативов по ОФП. Учебная игра	3	14.30-17.00	12.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
66.	Прием контрольных нормативов по ОФП. Учебная игра	3	14.30-17.00	14.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Учебная игра Соревнование
67.	Соревнование	3	14.30-17.00	19.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Наблюдение
68.	Соревнование	3	14.30-17.00	21.05.25г	игровая	МАОУ СОШ № 3 Спортзал	Наблюдение

Ожидаемые результаты

Главным критерием оценки обучающихся является его способность делать активный выбор, умение трудиться, способность упорно добиваться достижения нужного результата, обладать определенными знаниями и умениями.

Личностные результаты :

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенции с учётом региональных культурных, социальных и экономических особенностей;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся, к саморазвитию в процессе освоения учебного курса;

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;

- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи;

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

В области трудовой культуры:

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

В области эстетической культуры:

- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

В области физической культуры:

- В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

- Владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по баскетболу;

- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности;

Метапредметные результаты :

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результат;

- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;

В области познавательной культуры:

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;

- Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;

В области трудовой культуры:

- Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;
- Приобретение умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать место занятий и их безопасность;

В области эстетичной культуры:

- Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;
- Понимание культуры движения человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками;

В области коммуникативной культуры:

- Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;
- Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;

В области физической культуры:

- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;

Предметные результаты:

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;

В области познавательной культуры:

- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения;
- Знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их цели, задач и форм организации;
- Знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями;
- Умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий;

В области трудовой культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- Умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы;

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки;
- Умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, привычек выполнения упражнений разной направленности;

В области коммуникативной культуры:

- Способность интересно и доступно излагать знание о физической культуре;
- Способность осуществлять судейство соревнований по баскетболу;

В области физической культуры:

- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей;

Формы аттестации: соревнования.

Формы отслеживания

Для отслеживания (диагностики) успешности овладения обучающимися содержанием Программы используются методы:

- 1) педагогическое наблюдение;
- 2) педагогический анализ выполнения обучающимися упражнений, их активность на занятиях;
- 3) мониторинг: портфолио обучающихся;
- 4) документальные формы: оформление фотоотчетов, оформление листов индивидуального образовательного маршрута.

Формы предъявления и демонстрация образовательных результатов: аналитическая справка, открытое занятие, соревнования.

Кадровое обеспечение. Данную программу может реализовывать педагог, имеющий спортивное педагогическое образование, в том числе педагог по физической культуре.

Условия реализации программы

Для успешной реализации данной программы необходимы спортивный зал и спортивный инвентарь (мячи, кольца, стойки).

Формы аттестации и контроля

Педагог программы осуществляет контроль качества полученных обучающимися знаний, умений и навыков путем проведения начальной, промежуточной и итоговой аттестации. Данная система позволяет педагогу проследить творческий рост каждого обучающегося и в целом, сделать вывод о результативности программы.

Начальный мониторинг (сентябрь-октябрь)

Цель аттестации – определение начального уровня знаний, умений, навыков детей, их возможностей.

Формы проведения аттестации: педагогическое наблюдение, тестирование.

Итоговый мониторинг (апрель-май)

Цель аттестации - определение степени достижения результатов обучения, закрепление знаний, ориентация обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение.

Формы проведения аттестации: педагогическое наблюдение, тестирование, конкурсы, выступление на соревнованиях.

Оценочные материалы

Выступление на соревнованиях, журнал посещаемости.

Методические материалы

- словесные: объяснение, рассказ, беседа, диалог;
- наглядные: показ и демонстрация;
- практический: упражнения и игры;
- поисковый: решение проблемных ситуаций, поисковая работа.

Педагогические технологии

Программой предусмотрено использование образовательных технологий:

- Технология коллективного способа обучения;
- Игровая технология;
- Технология личностно-ориентированного обучения (И.С. Якиманская).

Форма занятий: теоретические, практические, соревнования.

Материально- техническое обеспечение

1. Щиты с кольцами.
2. Стойки для обводки.
3. Шведская стенка.
4. Гимнастическая скамейка.

5. Скакалки.
6. Гимнастические маты.
7. Мячи баскетбольные.
8. Гантели различной массы.
9. Насос ручной.

Рабочая программа воспитания

Сегодня под воспитанием в образовательной организации понимается создание условий для развития личности ребенка, его духовно-нравственного становления и подготовки к жизненному самоопределению.

Общие задачи и принципы воспитания представлены в Федеральном законе от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», где воспитательная деятельность рассматривается как компонента педагогического процесса в каждом общеобразовательном учреждении и охватывает все составляющие образовательной системы, что направленно на реализацию государственного, общественного и индивидуально-личностного заказа на качественное и доступное образование в современных условиях.

Цель и задачи воспитания, целевые ориентиры воспитания

Цель воспитания по программе: развитие личности, самоопределение и социализация обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма и взаимного уважения.

Задачи воспитательной деятельности:

- формирование знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций российского общества;
- приобщение обучающихся к рациональному и гуманному мировоззрению;
- формирование нравственного отношения в духе демократии к человеку, труду и природе;
- приобретение социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений;
- поддержка условий физической безопасности, комфорта и активности детей.

Целевые ориентиры воспитания:

- формирование знания и уважения истории и культуры своего народа;

-формирование уважения к жизни, достоинству, свободе мировоззренческого выбора каждого человека, к национальному достоинству и религиозным чувствам представителей всех народов России;

-формирование уважения к художественной культуре народов России, мировому искусству, культурному наследию;

-формирование установки на здоровый образ жизни;

-формирование уважения к труду, результатам своего труда и других людей;

-формирование опыта участия в конкурсах, выставках и их оценки.

Формы и методы воспитания

На каждом занятии, для реализации задач программы обучения и воспитания, используются следующие *формы воспитания*: учебное занятие, практическое занятие, участие в различных исследованиях, соревнованиях и итоговых мероприятиях. Все эти формы применяются в полной мере вне зависимости от темы занятия или цели мероприятия, в котором принимают участие обучающиеся.

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются следующие *методы воспитания*: метод убеждения (объяснение, рассказ); метод наглядности и повторения (педагог показывает детям что и как делать на практике, мотивируя, тем самым, проявлять свою индивидуальность); метод беседы; метод поощрения; метод упражнения, методы контроля и самоконтроля; метод примера (педагога, других взрослых), методы воспитания взаимодействия в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс в организации дополнительного образования строится в соответствии с нормами и правилами работы организации и установленными нормами поведения как внутри, так и за пределами образовательной организации.

В процессе реализации программы обучения и воспитательной деятельности педагог применяет следующие методы оценки воспитания детей:

- педагогическое наблюдение (анализ результатов целевых ориентиров воспитания);

- оценка творческих работ и проектов (оценка степени вовлечения обучающихся и группы в целом в индивидуальные и совместные проекты, оценка степени коммуникации, воспитанности, коллективизма и прочее);

- беседа, отзывы, рефлексия (оценка личностных результатов

посредством беседы с родителями и обучающимися, анализ отзывов детей по итогам их деятельности).

Календарный план воспитательной работы

Приоритетные направления в организации воспитательной работы: гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, художественно-эстетическое, спортивно-оздоровительное, трудовое и профориентационное, здоровьесберегающее, социокультурное, экологическое, воспитание семейных ценностей и т. д.

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	Первый в истории Чемпионат Мира по баскетболу среди мужских команд.	соревнования	октябрь
2	Первый в России баскетбольный матч.	соревнования	декабрь
3	Первый в истории Чемпионат Мира по баскетболу среди женских команд	соревнования	март
4	Основание FIBA.	соревнования	май

Литература

Для педагогов:

1. В.И.Лях. Рабочие программы. Физическая культура 5-9кл. Просвещение 2012г.
2. Г.А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Просвещение 2011г.
3. В.В.Кузин, С.А.Полиевский. Баскетбол. Физкультура и спорт. 2002г.
4. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры, ,2003г

Интернет ресурсы:

1. Научно-методический журнал «Дополнительное образование и воспитание» - <http://dopobrazovanie.com>.

Для обучающихся:

1. В.И.Лях. Рабочие программы. Физическая культура 5-9кл. Просвещение 2012г.
2. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры, ,2003г
3. Г.А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Просвещение 2011г.

4. В.В.Кузин, С.А.Полиевский. Баскетбол. Физкультура и спорт.
2002г.