ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы
«Школа № 1517»

Адрес: ул. Живописная д. 11, корп. 1, г. Москва, 123103
Телефон: 8 (495) 212-15-17, 8 (499) 720-25-67/69, E-mail: 1517@edu.mos.ru, http://1517.mskobr.ru
ОКПО 44433042, ОГРН 1037739147929, ИНН/КПП 7734132109/773401001

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
ГБОУ Школа № 1517
Председатель ПС
_____ **В.В. Бикчурина**

Протокол № 15 от «28» марта 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
ГБОУ Школа № 1517
_____ **М.М. Швецов**

Приказ № 84/1/ОРГ от «28» марта 2023 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

Название программы: «Школьный спортивный клуб "Старт", Баскетбол»
Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень образовательной программы: ознакомительный
Срок реализации: 1 год
Возраст: 7 – 11 лет
Автор-составитель: Комаровский Андрей Анатольевич,
педагог дополнительного образования

Москва 2023

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы – физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы – ознакомительный.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Кружок по баскетболу организуется с целью привлечения обучающихся 7 – 11 лет, имеющих навыки баскетбольных приёмов, или не имеющих таких навыков, но желающих научиться играть в баскетбол, к занятиям спортивной деятельностью во внеурочное время и рассчитана на обучение в течение одного учебного года.

В этом возрасте появляются сосредоточенность, хорошая память и логическое мышление. Возрастает способность к восприятию, запоминанию сложных движений, анализу своих действий. Быстро развивается острота мышечного чувства (хорошая ориентация в пространстве). Этот возраст благоприятен для развития быстроты двигательной реакции и обучения тактике игры.

Достоинство баскетбола в его эмоциональности, зрелищности и доступности. Это одно из активных средств решения проблем оздоровления, повышения работоспособности и улучшения настроения.

Современные медико-биологические и социологические исследования показывают, что систематические занятия баскетболом вызывают значительные морфофункциональные изменения в деятельности анализаторов, опорно-двигательном аппарате, внутренних органах и системах. В частности, улучшается глубинное и периферическое зрение, повышается способность мышечно-связочного аппарата к быстрому напряжению и расслаблению мышц; выполнение различных двигательных действий в игре способствует укреплению мышечно-связочного аппарата нижних конечностей, улучшается обмен веществ, работа органов кровообращения и дыхания.

Цель программы: развитие познавательно-творческих и физических способностей обучающихся в процессе занятий физическими упражнениями спортивной направленности и формирование знаний на основе выбранного вида спорта – баскетбола.

Имеет три составляющие:

Образовательная: сформировать элементарные навыки игры в баскетбол.

Развивающая (Оздоровительная): развить физические качества, необходимые для игры в баскетбол.

Воспитательная: научить взаимодействовать в команде.

Задачи программы. Направлены на организацию образовательной деятельности по усвоению новых знаний, умений и навыков, характерных для данной предметной области:

задачи в обучении:

- формирование у школьников представления об одной из командных игр – баскетболе;
- обучение техническим навыкам основных приёмов баскетбола;
- формирование навыков на основе приобретённых умений в игровой обстановке;
- формирование представления о тактических действиях во время игры;
- обучение правилам игры.

задачи в развитии:

- развитие физических качеств, необходимых для игры в баскетбол: силы, гибкости, ловкости, координации, быстроты, скоростно-силовой и общей выносливости;
- развитие представления о разнообразии тактических действий в баскетболе;
- развитие у обучающихся воображения и образного мышления в процессе творческого претворения знаний во время игры в баскетбол.

задачи в воспитании:

- формирование опыта взаимодействия в команде;

- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, доброжелательности, целеустремленности и трудолюбия;
- воспитание познавательного интереса и осознанной мотивации к продолжению самостоятельного изучения данного вида спорта.

Категория обучающихся. Программа разработана для учащихся 7 – 11 лет. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей), с предоставлением справки о состоянии здоровья ребёнка, а также об отсутствии противопоказаний к занятию баскетболом.

Срок реализации программы 9 месяцев (72 академических часа).

Занятия проводятся в разновозрастной группе с численностью не менее 15 человек.

Форма организации образовательной деятельности – групповая.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 ак.часу, допускается совмещение двух занятий при обязательном 15-минутном перерыве.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

По окончании обучения, учащиеся будут знать:
- правила безопасности при работе с баскетбольными мячами;
- правила игры в баскетбол;
- получат технические навыки выполнения основных приёмов в баскетболе;
- научатся применять приобретённые навыки в игре;
- научатся элементарным тактическим действиям во время игры.

Личностные результаты:
- смогут улучшить свои физические качества;
- смогут применять различные тактические действия во время игры;
- смогут на основе освоенных навыков и умений придумывать различные комбинации для улучшения качества игры;
- научатся работать в команде и для команды;
- научатся уважительно относиться к товарищам по команде и соперникам;
- получат опыт заинтересованного и уважительного отношения к творческим инициативам своих сверстников.

Метапредметные результаты:
- научатся высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- научатся добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- научатся перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

Содержание программы

Учебный (тематический) план

№ п/п	Названия раздела (модуля), темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические сведения		В процессе каждого занятия в соответствии с темой занятия		Текущий, периодический
2	Техника передвижения различными способами	14		14	Текущий, периодический
3	Техника владения мячом	18		18	Текущий, периодический
4	Техника защиты и противодействия нападению	9		9	Текущий, периодический
5	Техника броска	18		18	Текущий, периодический
6	Тактические взаимодействия игроков на площадке	4		4	Текущий, периодический.

7	Комплексное совершенствование баскетбольных приёмов	1		1	Текущий, периодический
8	Учебная игра	8		8	Текущий, периодический
	ИТОГО (часов)	72		72	

Содержание учебного (тематического) плана

1. Теоретические сведения:
- правила безопасности;
- правила гигиены;
- правила поведения при травмах;
- основы спортивной тренировки;
- правила соревнований по баскетболу;
- терминология, принятая в баскетболе;
- оснащение спортсмена.

2. Техника передвижения различными способами:
- ходьба;
- бег (трусцой, умеренный темп и ускорения);
- приставной шаг;
- остановки;
- повороты;
- прыжки.

3. Техника владения мячом:
- основы ведения мяча;
- переводы перед собой;
- переводы под ногой;
- переводы за спиной;
- комбинированные переводы (в движении и на месте).

4. Техника защиты и противодействия:
- защитная стойка (разновидности и их типы применения в различных игровых ситуациях);
- сопровождение нападающего;
- отбор мяча;
- выбивание мяча;
- накрывание мяча;
- игра 1 на 1.

5. Техника броска:
- принцип выполнения броска (разновидности и их типы применения в различных игровых ситуациях);
- бросок с места (ближняя дистанция);
- бросок со штрафной;
- бросок с ближней дистанции;
- бросок в два шага (с левой и правой стороны от кольца);
- бросок со средней дистанции;
- соревновательные броски в командах (на скорость/точность/правильность выполнения).

6. Тактические взаимодействия игроков на площадке:
- основы тактики (расположения игрока защиты/нападения актуально игровой ситуации);
- взаимодействия в парах;
- взаимодействия в тройках;
- игра 2 в 1 (разбор и применение лучших тактических вариаций для обеих сторон атаки/защиты).

7. Комплексное совершенствование баскетбольных приёмов: совершенствование как вычленено, так и совместно одного или нескольких элементов игры в баскетбол (совершенствование того или иного элемента игры производится исключительно с субъективной оценки (тренера) способностей занимающихся).

Формы аттестации и оценочные материалы

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

- **входной контроль**: определение уровня умений в упражнениях с мячом;
- **текущий контроль**: символическая система оценивания в процессе обучения умениям и навыкам технических приёмов игры;
- **промежуточный контроль**: символическая система оценивания по результатам учебных игр в течение учебного года;
- **итоговый контроль**: уровень участия в соревнованиях школьного и межрайонного уровня.

Формы подведения итогов реализации программы: проведение соревнований по баскетболу внутри группы, на школьном и межрайонном уровне.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы

Для первого года обучения набираются учащиеся 7 – 11 лет в количестве не менее 15 человек, имеющие навыки работы с баскетбольным мячом или не имеющие таковых, стремящиеся к совершенствованию имеющихся навыков и приобретению новых и допущенные врачом к занятиям.

Для проведения учебно-тренировочных занятий необходим спортивный зал с баскетбольной площадкой, соответствующий требованиям техники безопасности; баскетбольные кольца; мячи баскетбольные №5; фишки. Спортивная форма обучающихся должна соответствовать гигиеническим требованиям, установленным для занятий в зале.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Название учебной темы	Название и форма методического материала
Теоретические сведения	*Устный инструктаж:* *Правила поведения учащихся в спортивном зале.* *Инструктаж по технике безопасности на занятиях с мячами.* *Беседы: «Травмы, меры предупреждения, правила поведения при травмировании» - Учебник по физической культуре для учащихся. Официальные правила игры в баскетбол.*
Техника передвижений различными способами.	*Всё учебно-методическое и информационное обеспечение программы указано в списке используемой литературы.*
Техника владения мячом.	
Техника броска (из статического положения и в два шага).	
Тактические взаимодействия игроков на площадке.	
Комплексное совершенствование баскетбольных приемов.	
Учебная игра	

Нормативно-правовые акты и документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р»;

3. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

6. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

7. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 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»;

8. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей»;

9. Приказ Департамента образования и науки города Москвы от 18.08.2021 № 387 «Об утверждении Правил подачи заявления и зачисления в государственные образовательные организации, подведомственные Департаменту образования и науки города Москвы, реализующие дополнительные общеобразовательные программы, в электронной форме с использованием Официального портала Мэра и Правительства Москвы».

Список использованной литературы

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.- М.: Советский спорт, 2012.
2. Волейбол. Гандбол. Баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам/ В.Ф. Мишенькина, О.С. Шалаев, И.А. Сучков; под общей ред. Г.Я. Соколова. - Омск: СибГАФК, 1998.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2011.
4. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11кл.; Метод. пособие. - М.: Дрофа, 2015.
5. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения. - Изд.2-е. М.: Физкультура и спорт, 2016.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов / М.: Просвещение, 2013.
7. Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры. - М.: Спортакадем Пресс, 2010.

8. Полиевский С.А., Костикова Л.В., Давыдов А.М., Ерофеев С.Д. Специальная подготовленность баскетбольных арбитров. Оценка и совершенствование. – М.: Физкультура и Спорт, 2015.
9. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Д.И. Нестеровский. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2007.
10. Е.Я. Гомельский. Баскетбольная секция в школе. / Е.Я. Гомельский.

ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

Календарно-тематический план

Модуль «Баскетбольная защита»		
	Тема 1. Техника передвижения различными способами	
		1 занятие. Личная защита
		2 занятие. Личная защита
		3 занятие. Личная защита
		4 занятие. Личная защита
		5 занятие. Личная защита
		6 занятие. Личная защита
		7 занятие. Личная защита
		8 занятие. Личная защита
		9 занятие. Личная защита
		10 занятие. Личная защита
		11 занятие. Личная защита
		12 занятие. Личная защита
		13 занятие. Личная защита
		14 занятие. Личная защита
	Тема 2. Техника владения мячом	
		1 занятие. Переводы под ногой
		2 занятие. Переводы под ногой
		3 занятие. Переводы под ногой
		4 занятие. Переводы под ногой
		5 занятие. Переводы под ногой

		6 занятие. Перевод за спиной
		7 занятие. Перевод за спиной
		8 занятие. Перевод за спиной
		9 занятие. Перевод за спиной
		10 занятие. Перевод за спиной
		11 занятие. Перевод в движении
		12 занятие. Перевод в движении
		13 занятие. Перевод в движении
		14 занятие. Перевод в движении
		15 занятие. Перевод в движении
		16 занятие. Перевод перед собой
		17 занятие. Перевод перед собой
		18 занятие. Перевод перед собой
	Тема 3. Техника защиты и противодействия нападению.	
		1 занятие. «Давление» на игрока с мячом
		2 занятие. «Давление» на игрока с мячом
		3 занятие. «Давление» на игрока с мячом
		4 занятие. «Давление» на игрока с мячом
		5 занятие. «Давление» на игрока с мячом
		6 занятие. Защита по всей площадке
		7 занятие. Защита по всей площадке
		8 занятие. Защита по всей площадке
		9 занятие. Защита по всей площадке
	Тема 4. Техника броска	
		1 занятие. Броски из-под кольца
		2 занятие. Броски из-под кольца
		3 занятие. Броски из-под кольца

		4 занятие. Броски из-под кольца
		5 занятие. Броски из-под кольца
		6 занятие. Броски из-под кольца
		7 занятие. Броски из-под кольца
		8 занятие. Броски из-под кольца
		9 занятие. Броски из-под кольца
		10 занятие. Броски из-под кольца
		11 занятие. Броски после ведения
		12 занятие. Броски после ведения
		13 занятие. Броски после ведения
		14 занятие. Броски после ведения
		15 занятие. Броски после ведения
		16 занятие. Броски после ведения
		17 занятие. Броски после ведения
		18 занятие. Броски после ведения
	Тема 5. Тактические взаимодействия игроков на площадке	
		1 занятие. Зонная защита
		2 занятие. Зонная защита
		3 занятие. Зонная защита
		4 занятие. Зонная защита
	Тема 6. Комплексное совершенствование баскетбольных приёмов	
		1 занятие. Броски с сопротивлением
	Тема 7. Учебная игра	
		1 занятие. Двусторонняя игра

		2 занятие. Двусторонняя игра
		3 занятие. Двусторонняя игра
		4 занятие. Перестроения
		5 занятие. Двусторонняя игра
		6 занятие. Двусторонняя игра
		7 занятие. Двусторонняя игра
	Тема 8. Итоговая аттестация.	
		1 занятие. Контрольная игра