

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
КАЛИНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа «Школа будущего»

238311, Калининградская область, Гурьевский район, п. Большое Исаково,  
улица Анны Бариновой, д.1

«Рассмотрено»  
Протокол заседания педагогического совета  
МБОУ СОШ «Школы будущего»  
(протокол от 28.08.2024г. № \_\_)



«Утверждено»  
Директор  
/Голубицкий А.В.  
приказ № \_\_\_\_ от 02 сентября 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**Физкультурно-спортивная направленность**  
**«Школа баскетбола»**  
Возраст учащихся: 13 -17 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:  
Тимофеева Светлана Юрьевна  
Учитель физической культуры

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребёнка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии баскетболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Баскетбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много мячей, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Баскетбол является эффективным средством физического воспитания. Занятия данным видом спорта способствуют разностороннему комплексному воздействию на органы и системы организма подростков. Укрепляют и повышают уровень их функционирования, обеспечивают эффективное развитие физических качеств, формирует двигательные навыки. Программа направлена на содействие улучшению здоровья воспитанников и на этой основе обеспечения физического развития и разностороннюю физическую подготовленность.

Все занятия состоят из 3-х частей – подготовительной (разминки), основной и заключительной. В подготовительной части решаются две задачи:

разогревания и подведению к решению основной части занятия. Для решения первой задачи применяются упражнения, способствующие повышению температуры тела и скелетных мышц, что приводит к усилению кровообращения и дыхания, подвижности в суставах и т.п., что необходимо для выполнения заданий основной части. Длительность этой части разминки зависит от возраста занимающихся, этапа подготовки, места и условий проведения занятий.

Во второй части разминки выполняются упражнения, помогающие настроиться на выполнение задач основной части занятия. В основной части занятия решаются задачи конкретного тренировочного занятия: обучения техническому действию, совершенствования технического действия или тактико-технических действий, воспитание физических качеств. В заключительной стадии решается задача восстановления, занимающегося после выполненной им работы в основной части занятий. В этой части всю работу надо выполнять в спокойном, равномерном темпе, включать выполнение упражнений на расслабление, растягивание.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

**Атакующий защитник** или второй номер — одно из пяти амплуа в баскетболе, в котором игроки характеризуются скоростью, ловкостью, хорошим ведением и броском.

**Боковая линия** (англ. side line) — линия, ограничивающая площадку по шире.

**Ведение мяча** (англ. dribble) или дриблинг — продолжительно стучать мяч в пол одной рукой. Ведение нужно, чтобы иметь возможность совершать шаги владея мячом.

**Двойное ведение** (англ. double dribble) — нарушение правил, когда при ведении игрок одновременно касается мяча двумя руками или после завершения ведения продолжает его снова. Приводит к потере владения.

**Дисквалифицирующий фол** (англ. disqualifying foul) — особенно жесткий фол, почти всегда представляющий собой применение насилия или чрезмерный физический контакт.

**Дополнительное время или овертайм** (англ. overtime) — дополнительное время, добавляемое по завершении основного или дополнительного времени при ничейном счёте.

**Заслон** (англ. pick) — блокировка защитника для освобождения нападающего от опеки

**Личная защита** (англ. man-to-man defense) — защита, в которой каждый защитник держит своего нападающего.

**Лицевая линия** (англ. baseline) — линия, ограничивающая площадку по длине.

### **Направленность программы**

– физкультурно-спортивная.

### **Уровень освоения программы**

Уровень усвоения программы базовый

## **Актуальность образовательной программы**

**Актуальность** программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

### **Педагогическая целесообразность образовательной программы.**

Программа ориентирована на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Реализация данной программы является конечным результатом. Таким образом, программа рассчитана на создание образовательного маршрута каждого обучающегося.

### **Практическая значимость образовательной программы**

Практическая значимость программы выражена в совершенствовании физических качеств и двигательной подготовленности обучающихся, которые путём обобщения теоретических знаний и практических умений существенно расширяют уровень своей физической подготовленности. Занятия различными видами спорта, способствуют гармоничному развитию физических качеств и двигательных навыков, повышает их уровень готовности в различных видах спортивной деятельности.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы.**

Распределение учебного материала по возрастным группам в данной программе определяется несколькими важными факторами:

- принцип доступности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип сознательности и активности;
- принцип связи педагогического процесса;
- принцип прочности закрепления знаний, умений и навыков.

Программа предусматривает индивидуальный подход к каждому учащемуся, что дает возможность учитывать нюансы в развитии личности.

#### **Принципы реализации программы.**

- Принцип деятельного подхода предполагает создание под руководством педагога ситуации, когда получение знаний происходит в основном в практической деятельности.

- Принцип самореализации в творчестве позволяет учащемуся раскрыть и развить, а также реализовать имеющиеся возможности и интересы.

- Принцип постепенно убывающей помощи и увеличения доли самостоятельной деятельности школьника, самостоятельности в работе, выборе изделий, возможности демонстрации собственных сил и возможностей.

- Принцип демократизма и сотрудничества реализуется на равноправном общении как детей с педагогом, так и между детьми, что позволяет

учащемуся свободно мыслить, находить новые идеи и решения поставленной педагогом или самим ребенком задачи.

- Принцип культуросообразности - отражение культурных ценностей через содержание, формы и методы обучения.

- Принцип включения личности в социально-значимую активную деятельность учит преодолевать психологические барьеры и трудности, которые препятствуют активно развиваться и реализовываться

### **Отличительные особенности программы**

Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Школа баскетбола» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

### **Цель образовательной программы.**

Целью программы является содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовке, оказание благотворного оздоровительного воздействия на занимающихся, воспитание волевых, смелых, инициативных, дисциплинированных учащихся с качествами гражданского достоинства и ответственности.

### **Задачи образовательной программы**

#### **Образовательные:**

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;

- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

- освоение техники ведения мяча;

- освоение техники выполнения бросков;

- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;

- освоение тактики игры.

#### **Развивающие:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;

- развитие выносливости;

- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

#### **Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Данная программа предназначена для детей 13-17 лет, вне зависимости от пола, уровня подготовки, имеющихся знаний и умений, учащихся МБОУ СОШ «Школы будущего», не имеющих медицинских противопоказаний

### **Особенности организации образовательного процесса**

Данная программа является бесплатной для обучающихся. Группы формируются из числа обучающихся в образовательной организации, реализующих программу. Состав группы – 10-15 человек.

### **Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

Предусмотрены перерывы для отдыха и проветривания помещения, режим занятий соответствует правилам и нормам Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется: 72 часа

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

### **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

### **Основные методы обучения**

В процессе обучения используются следующие методы:

- Равномерный метод
- Переменный метод
- Повторный метод
- Интервальный метод
- Игровой метод.
- Соревновательный метод
- Круговой метод (тренировка)

### **Планируемые результаты**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

- 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.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

- 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 учетом требований ее 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 при этом хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру (физические упражнения) как средство(-а) укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- знать основные физические качества человека, индивидуальные показатели (длину и массу тела) физического развития;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности во время проведения занятий;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения

двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- знать правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауз, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; в комплексах по профилактике остроты зрения и дыхательной гимнастики;

- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

- уметь передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;

- выполнять простые акробатические соединения и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости, двигательных-координационных способностей);

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

- освоить на определенном уровне навык работы с различными мячами;

- быть способным применять жизненно важные умения и навыки в различных изменяющихся (вариативных) условиях.

Формы подведения промежуточных итогов реализации ПДО представляют собой контрольные занятия для проверки степени освоения техники двигательных действий, тестирование для проверки уровня развития физических качеств, а также соревнования.

### **Механизм оценивания образовательных результатов.**

Во время реализации образовательной программы большое внимание уделяется диагностике наращивания творческого потенциала детей: на вводных, заключительных занятиях и во время практических работ с целью определения интересов ребенка, мотивации к занятиям в данном объединении, уровня развития, умений и навыков. Контроль проводится в следующих формах: зачет, участие в спортивно-массовых мероприятиях, тестирование на выявление уровня усвоения учащимися знаний, умений и навыков.

#### **1. Уровень теоретических знаний.**

- Низкий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующие корректировки наводящими вопросами.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

#### **2. Уровень практических навыков и умений.**

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.

- Средний уровень. Требуется периодическая корректировка и направляемость обучающегося

- Высокий уровень. Способен самостоятельно выполнять то или иное задание.



### Контрольные нормативы по ОФП (мальчики)

Название упражнений	Возраст				
	13лет	14 лет	15лет т	16лет	17 лет
Бег 30м (сек)	5,3	5,1	5,0	5,2	4,7
Бег 1000м (мин)	4,30	4,20	4,10	4,00	3,50
Челноч. бег 4X9м (сек)	10,3	10,1	9,9	9,7	9,6
Пр. в длину с места (см)	170	180	200	210	220
Метание мяча (м)	25	30	35	38	40
Подтягивание в висе (кол-во раз)	7	8	9	10	11
Поднимание туловища за 60сек (кол-во раз)	35	40	43	47	49
Наклон вперёд из положения сидя (см)	6	7	8	12	13

#### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является

- проведение контрольных занятий,
- проведение соревнований

Промежуточная аттестация проводится по окончании учебного года. К годовой промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся спортивной секции. Проведение промежуточной аттестации по дополнительной общеразвивающей программе проводится в форме соревнований.

#### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.**

Материально - техническое оснащение программы

Для реализации данной программы необходимы:

- Спортивный зал для занятий баскетболом.
- Спортивный инвентарь (кольца для баскетбола, мячи баскетбольные, сетки баскетбольные, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки).
- Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для баскетбола, футболки, майки, шорты)

Учебно-методическое обеспечение программы

*1. Дидактические материалы:*

- Карточка упражнений по баскетболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе.
- Правила игры в баскетбол.

- Правила судейства в баскетболе.
- Регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по баскетболу.

## 2. Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с карточкой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

Качество реализации программы обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала;
- применение современных педагогических технологий. Контроль проводится в следующих формах: зачет, участие в спортивно-массовых мероприятиях, тестирование на выявление уровня усвоения учащимися знаний, умений и навыков.

Кадровые:

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования или учитель, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки»; высшее либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требования к опыту практической работы

## СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### 1. Теоретическая подготовка.

#### Общие основы баскетбола

- История возникновения баскетбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Необходимость разминки в занятиях спортом.

- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.
- Правила пожарной безопасности и поведения в спортивном зале.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры мини-баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.
- Подведение итогов года.
- Методика тренировки баскетболистов.
- Техническая подготовка баскетболистов.
- Психологическая подготовка баскетболиста.

## **2. Сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека**

## **3. Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена**

## **4. Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена**

### **5. Правила игры в баскетбол**

### **6. История развития ФК и спорта в РФ и мире**

### **7. Общая физическая подготовка**

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног
- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей»
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.

### **8. Специальная физическая подготовка**

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).
- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.
- Метание различных мячей в цель.
- Эстафеты с разными мячами.

### **9. Техническая подготовка**

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.
- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

## **10. Тактическая подготовка**

### **Нападение**

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

### **Защита**

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

## **11. Игровая подготовка**

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-баскетбола.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини-баскетбола.

## **12. Контрольные и календарные игры**

- Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам мини-баскетбола.
- Товарищеские игры с командами соседних школ.
- Итоговые контрольные игры.

## Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов в год		
		Всего	Теоретических	Практических
	<b>1.Теоретическая подготовка (6ч)</b>			
1.1	Сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека	1	1	-
1.2	Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена	1	1	-
1.3	Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена	1	1	-
1.4	Правила игры в баскетбол	2	1	1-
1.5	История развития ФК и спорта в РФ и мире	1	1	-
	<b>2.Практическая подготовка (204)</b>			
2.1	Общая и специальная физическая подготовка	20	1	19
2.2	Техническая подготовка	20	1	19
2.3	Инструкторская и судейская практика	10	2	8
2.4	Тактическая подготовка	16	1	15
	<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Физкультурно-спортивной направленности «Школа баскетбола»
1.	Начало учебного года	01.09.2024
2.	Продолжительность учебного периода	36 нед.
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	3 раза в неделю
5.	Количество часов	216
6.	Окончание учебного года	31.05.2025
7.	Период реализации программы	01.09.2024 - 31.05.2025

## Воспитательная работа

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

#### Цель

– формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к театральному искусству и личностному развитию; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности

#### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное	В рамках занятий	Февраль

		воспитание; воспитание семейных ценностей		
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

### Список литературы

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

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

6. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

8. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

9. 1. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.

10. 2. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
11. 3. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.
12. 4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. –: Издательский центр «Академия».2008.
13. 5. Костикова Л.В., Родионов А.В., Чернов С.Г. Целевая комплексная программа подготовки российских спортсменов к Играм XXX Олимпиады 2012 года в Лондоне (баскетбол). - М., РФБ, 2005.
14. 6. Костикова Л.В. Суслов Ф.П. Фураева Н.В. Структура подготовки баскетбольных команд в годичном соревновательно-тренировочном цикле (методические разработки). Москва 2002г.
15. 7. Краузе Д., Мейер Д., Мейер Дж. Баскетбол – навыки и упражнения. М. АСТ. Астрель. 2006. 216 с.
16. 8. Официальные правила баскетбола ФИБА 2010. Утверждены ЦБ ФИБА 2010. Андреев В.И., Капилевич Л.В., Марченко Н.В., Смирнов О.В., Плиев С.З. Бросок в прыжке в баскетболе. Учебное пособие. Томск,2009.
17. Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2008.
18. Баскетбол. Подготовка судей. Учебное пособие. Под ред. С.В.Чернова. М.: ФК, 2009.
19. Баскетбол: Учебник для ИФК / Под общ. ред. Портнова Ю. М. - М.: Астра семь, 1997.
20. Баула Н.П. Баскетбольные тесты // Физическая культура в школе. - 2004. - N 4. - С. 22-25.