

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИЯ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 7 с.п. Пседах»

РАССМОТРЕНА
педагогическим советом
ГБОУ «СОШ №7 с.п.
Пседах»
Протокол № 1 от 30
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Методист регионального
модельного центра РИ
Л.Х.Булгучева

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ СОШ №7
с.п.Пседах»
Колтоева А.Б.
Приказ 134
от « 2 » 09 20 24 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Мы - юные баскетболисты»

Вид программы: авторская
одноуровневая
стартового уровня
Тип программы: сложноструктурированная
Срок реализации: 1 год (72 часа)
Возраст обучающихся: 11-15 лет
Форма обучения: очная

Автор составитель педагог дополнительного образования Межиев А.У.

с.п.Пседах, 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Кружковая деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации, организация занятий по направлениям кружковой работы является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на кружковую деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных *направлений кружковой деятельности* выделено физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Кружковая программа «Баскетбол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5-11 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

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, кольца, мяч.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

В условиях реализации ФГОС НОО содержание кружковой деятельности определяют следующие документы:

1. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»
2. Закон об образовании от 29 декабря 2012г. № 273 ФЗ
3. Федеральный государственный стандарт Приказ МОиН № 373 от 06.10.2009г. регистрация Минюст № 17785 от 22.12.2009
4. О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования
Приказ МОиН №1241 от 26.11.2010г., зарегистрирован в Минюсте России 4 февраля 2011г., регистрационный №19707
Приказ МОиН №2357 от 22.09.2011г., зарегистрирован в Минюсте России 12 декабря 2011 г., регистрационный №22540
Приказ МОиН №1060 от 18.12.2012г.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 № 1643 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» начало действия документа - 21.02.2015
6. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.2.2821-10
7. Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы начального общего образования Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. №03-296

8. Инструктивно-методическое письмо КО СПб №03-20-1905/14-0-0 «Об организации внеурочной деятельности в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга» от 14.05.2014
9. Письмо КО СПб №03-20-3717/14-0-0 «Об организации внеурочной деятельности» от 15.09.2014

ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Данная программа позволяет реализовать в школьной практике принципы государственной политики и общие требования к содержанию образования в Законе «Об образовании».

Принцип оздоровительной направленности обязывает при подборе и применении разнообразных средств и методов занятий определять доступную нагрузку, учитывая состояние здоровья, пол и физическую подготовленность учащихся.

Принцип формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

Принцип воспитывающего обучения подразумевает проведение любых форм физических занятий в воспитательных целях. Обстановка, в которой проводятся физкультурные мероприятия, должна вызывать положительные эмоции у детей.

Принцип сознательности и активности. Выполнение упражнения должно быть осознано, понятна польза и значение занятий для укрепления здоровья. Сознательное отношение к спортивной деятельности рождает активность, инициативу.

Принцип повторения знаний, умений и навыков является одним из важнейших результатов многократных повторений, вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности поможет проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

Принцип постепенности. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

Принцип доступности. При подборе упражнений их необходимо подбирать в зависимости от возраста, пола детей и состояния их здоровья.

Принцип систематичности и последовательности. В процессе занятий следует предусматривать такой порядок прохождения учебного материала, при котором вновь изучаемые упражнения опираются на ранее сформированные навыки. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесозидающими мероприятиями приучают учащихся постоянно соблюдать оздоровительно воспитательный режим.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип прочности. На занятиях учащиеся приобретают знания, формируют двигательные навыки, которые должны сохраниться в течение детского возраста и, доведенные до определенного уровня, становятся основой его общей работоспособности.

Принцип наглядности заключается в показе изучаемого упражнения.

Принцип постепенного повышения требований. В практике физического воспитания этот принцип реализуется путем систематического усложнения структуры изучаемых упражнений и координационной сложности, повышения уровня физической нагрузки.

НОВИЗНА ПРОГРАММЫ заключается в том, что включает в себя разные формы проведения занятий и виды деятельности :

однонаправленные занятия - посвящены только одному из компонентов

подготовки баскетболиста: техническому, тактическому или физическому

комбинированные занятия: включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка

целостно-игровые занятия : построены на учебной двусторонней игре в баскетбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил

контрольные занятия: приём нормативов у занимающихся, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся

Программа направлена на начальное обучение изучения основных направлений спортивного развития обучающегося.

Главное, привить ребенку интерес и желание заниматься спортом. Эта система программы позволяет новому учащемуся быстро включиться в образовательный процесс и начать понравившееся дело.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ дополнительного образования обусловлена тем, что формируется интерес к здоровому образу жизни и физически развитой личности с высокой потребностью в двигательной активности и повышенной умственной работоспособностью. Реализация данной программы происходит за счёт разнообразного содержания занятий. Дополнительное образование ориентировано на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни становлении познавательной мотивации и способностей. Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в школе, дополняя его с учетом интересов детей, в зависимости от пола, возраста, времени года и местных особенностей, к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ проведения занятий по баскетболу в школе является одним из основных принципов системы физического воспитания является всестороннее гармоническое развитие личности, для осуществления которого необходимо сочетать физическую подготовку с умственной, нравственной, эстетической.

ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ОСОБЕННОСТЬ данной образовательной программы заключается в том, что эти занятия проходят в свободном творческом самовыражении с учетом индивидуальных физических возможностей ребёнка. Главная задача педагога показать и познакомить обучающегося с различными видами техник и приемов в выполнении игровых баскетбольных комбинаций. Проведение таких занятий заметно отличаются в стиле общения, методов и приемов взаимодействия .

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ. Программа рассчитана на обучение детей в возрасте от 11 до 15 лет. Занятия проводятся в группе без специального отбора и подготовки.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ. Программа по физическому развитию школьников предлагает групповую форму обучения. Занятия проводятся два раза в неделю по 1 часу. Итого 68 час. в год. Срок реализации 1 год.

ЦЕЛИ и ЗАДАЧИ обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению кружковой деятельности по программе «БАСКЕТБОЛ».

Программа по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемая часть всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа кружковой деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация баскетбола как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом.
4. Обучение технике и тактике игры в баскетбол.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником общеобразовательного учреждения целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Выстраивая предполагаемый образ выпускника, мы исходим из того, что он представляет собой динамическую систему, которая постоянно изменяется, самосовершенствуется, наполняясь новым содержанием

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ кружковой деятельности по направлению «БАСКЕТБОЛ»

Программа кружковой деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 5-9 классов. Принадлежность к кружковой деятельности определяет режим проведения занятий, а именно: занятия по кружковой деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т.е. 60 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Подобная реализация программы кружковой деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих технологий.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Программа по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Баскетбол» предназначена для учащихся 5–9 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями

обучающихся и рассчитана на проведение занятий 2 часов в неделю (68 часов в год). Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом и психологическом развитии ребёнка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся.

Баскетбол (англ. *basket* «корзина»+ *ball* «мяч») - спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в *корзину* (кольцо) соперника.

В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти полевых игроков (замены не ограничены). Цель каждой команды — забросить мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину. Корзина находится на высоте 3,05 м от паркета (10 футов). За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанций, засчитывается два очка, с дальней (из-за трёхочковой линии) — три очка; штрафной бросок оценивается в одно очко. Стандартный размер баскетбольной площадки — 28 м в длину и 15 м — в ширину. Баскетбол — один из самых популярных видов спорта в мире

Примерное распределение учебного материала по баскетболу

№ п/п	Учебный материал	Классы				
		5	6	7	8	9
Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий)						
1	Правила безопасности и профилактика травматизма на занятиях по баскетболу	•	•	•	•	•
2	Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов	•	•	•	•	•
3	Тактические действия в баскетболе	•	•	•	•	•
4	Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей	•	•	•	•	•
Передвижения и остановки без мяча						
1	Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад,	Р	З	З	С	С

	вправо, влево					
2	Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной вперед. Скоростные рывки из различных исходных положений	Р	З	З	С	С
3	Остановки: двумя шагами, прыжком	Р	З	С	+	+
4	Прыжки, повороты вперед, назад	Р	З	С	+	+
5	Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки повороты, рывки)	+	+	+	+	+
Ловля мяча						
1	Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)	Р	З	З	С Р	+
Передача мяча						
1	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении	Р	З	З	С	С
2	Передача мяча одной рукой от плеча			Р	З	С
3	Передача мяча двумя руками с отскоком от пола				Р	З
4	Передача мяча двумя руками сверху					Р
5	Передача мяча одной рукой снизу вперед					
6	Передача мяча одной рукой снизу назад					
7	Передача мяча одной рукой из -за спины					
Ведение мяча						
1	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)	Р	З	З	С	С
2	Ведение мяча с изменением скорости передвижения		Р	З	С	С
3	Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)	Р	З	З	С	С
4	Ведение мяча в движении с переводом в другую руку			Р	З	З
5	Ведение мяча с изменением направления движения	Р	З	З	З	С
6	Ведение мяча с обводкой препятствий			Р	З	З
Броски мяча						
1	Бросок двумя руками от груди с места	Р	З	З	З	С
2	Бросок одной рукой от плеча с места	Р	З	З	З	С
3	Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения		Р	З	З	С
4	Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке					Р
5	Штрафной бросок			Р	Р	З

Отбор мяча						
1	Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении		Р	З	З	С
2	Вырывание мяча из рук соперника			Р	З	С
3	Накрывание мяча при броске				Р	З
Отвлекающие приемы (финты)						
1	Финты без мяча		Р	З	С	С
2	Финты с мячом			Р	Р	Р
Выполнение комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом						
1	Сочетание приемов без броска мяча в кольцо	+	+	+	+	+
2	Сочетание приемов с броском мяча в кольцо	+	+	+	+	+
Тактика игры						
1	Индивидуальные действия в нападении и защите		Р	Р	З	З
2	Групповые действия в нападении и защите: -взаимодействие двух игроков; -взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2×1); -взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2×2); -взаимодействие игроков в нападении через «заслон»; -взаимодействие трёх нападающих против двух защитников (3×2); -взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»); -взаимодействие в нападении с участием трёх игроков («тройка»); - взаимодействие в нападении с участием трёх игроков («малая восьмёрка»)		Р	З	С З Р Р	С С З З Р Р
3	Командные действия в нападении и защите: - позиционное нападение; - зонная защита					
4	Двусторонняя учебная игра	+	+	+	+	+
Подвижные игры и эстафеты						
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	+	+	+	+	+
2	Игры развивающие физические способности	+	+	+	+	+

Физическая подготовка						
1	Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых способностей, выносливости, гибкости	+	+	+	+	+
Судейская практика						
1	Судейство игры в баскетбол				+	+

Условные обозначения: Р – разучивание двигательного действия; З – закрепление двигательного действия; С – совершенствование двигательного действия; (+) – указывает на использование данного материала в учебно-тренировочном занятии.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ОСВОЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ КРУЖКОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе обучения, воспитания и соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- *личностные результаты* – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- *метапредметные результаты* – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- *предметные результаты* – освоенные учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формированием следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Знания и умения, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В итоге реализации программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся *должны знать:*

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
 - основы рационального питания;
 - правила оказания первой помощи;
 - способы сохранения и укрепление здоровья;
 - основы развития познавательной сферы;
 - свои права и права других людей;
 - влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
 - значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- и должны уметь:*
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
 - выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
 - заботиться о своём здоровье;
 - применять коммуникативные и презентационные навыки;
 - оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
 - находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы кружковой деятельности по формированию культуры здоровья у учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья учащиеся, они будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

В ходе реализации программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» учащиеся *смогут узнать*:

- значение баскетбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий баскетболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по баскетболу;
- жесты баскетбольного судьи;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;

и смогут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях баскетболом;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты баскетбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программа «Баскетбол» рассчитана на 68 часов (2 раза в неделю по 1 академическому часу) и состоит из тем: «Вводное занятие. Инструктаж»- 1 часа, «Передвижения и остановки без мяча» - 8 часов, «Ловля мяча»- 4 часа, «Передача мяча»-6 часов, «Ведение мяча»- 8 часов, «Броски мяча»-6 часов, «Отбор мяча»-3 часа, «Отвлекающие приемы(финты)»-4 часа, «Выполнение комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом»-8 часов, «Тактика игры»-4 часа, «Подвижные игры и эстафеты»-4 часа, «Физическая подготовка»-4 часа, «Судейская практика»- 3 часа, «Соревнования»-5часов.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		теория	практик а	Всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж о правилах безопасности и поведения на занятиях. Личная гигиена.	1		1	Текущий
2.	Передвижения и остановки без мяча.	-	8	8	Текущий
3.	Ловля мяча	-	4	4	Текущий
4	Передача мяча	-	6	6	Текущий
5	Ведение мяча	-	8	8	Текущий
6	Броски мяча	-	6	6	Текущий
7	Отбор мяча	-	3	3	Текущий
8	Отвлекающие приемы (финты)	-	4	4	Текущий
9.	Выполнение комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	-	8	8	Соревнование

10	Тактика игры	-	4	4	Текущий
11	Подвижные игры и эстафеты	-	4	4	Текущий
12	Физическая подготовка		4	4	
13	Судейская практика	1	2	3	
14	Соревнования	-	5	5	Соревновани е
ИТОГО:					68 часов

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо:

- спортивная площадка
- спортивный зал
- оборудование:
- шведская стенка
- гимнастическая скамейка

инвентарь:

- скакалки
- малые мячи, набивные мячи, баскетбольные мячи, футбольные мячи

СИСТЕМА ОТСЛЕЖИВАНИЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ

- участие воспитанников в конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. «Баскетбол: теория и методика обучения: учебное пособие / Д.И. Нестеровский, М., ИЦ «Академия, 2007».
2. «Баскетбол. Поурочная учебная программа для детско-юношеских спортивных школ Ю.Д. Железняк, И.А. Водяникова, В.Б. Гаптов, Москва, 1984.
3. «Физическая культура» Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон, В.И. Лях. -М.: Просвещение, 2001.
4. «Физическая культура», В.П. Богословский, Ю.Д.Железняк, Н.П. Клусов. - М.: Просвещение, 1998.

5. «Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя / В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Ю.А. Копылов. - М.: Просвещение, 1997.
6. Настольная книга учителя физической культуры» Г.И. Погадаев ФиС, 2000.
7. «Теория и методика физической культуры Спб. издательство «Лань», 2003».
- 8.«Физическая культура» Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтикевич, Г.И. Погадаев. - ИЦ «Академия», 2008.
9. «Общая педагогика физической культуры и спорта » - М.: ИД «Форум» ,2007.
10. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2005. - 112 с.
11. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.- 61с.-(Стандарты второго поколения).
12. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева. - Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
- Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол.- М.: Физическая культура и спорт, 1983.-144с.
13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.- 480 с.

