



**ВЯТСКИЙ  
многопрофильный  
лицей**

Кировское областное государственное общеобразовательное автономное учреждение «Вятский многопрофильный лицей»  
612960, Кировская область, г. Вятские Поляны, ул. Азина д.45,  
тел.:(83334) 6-11-80, 6-23-87, 7-30-98 (fax)  
e-mail: info@vplicei.org  
Web: vplicei.org

РЕКОМЕНДОВАНА  
на заседании кафедры здоровьесбережения  
Кировского областного государственного  
общеобразовательного автономного  
учреждения «Вятский  
многопрофильный лицей»  
Протокол №1 от 30.08.2021г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Кировского областного  
государственного  
общеобразовательного  
автономного учреждения «Вятский  
многопрофильный лицей»  
В.Д.Смирнов  
30 августа 2021



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**«Баскетбол»**  
физкультурно-спортивной направленности  
Возраст детей: 11 - 17 лет  
Срок обучения: 1год

**Авторы-составители**  
М.Н. Кабатчиков, А.Б. Кабатчикова  
учителя физической культуры Кировского  
областного государственного  
общеобразовательного автономного  
учреждения «Вятский многопрофильный  
лицей»

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цели и задачи программы .....	5
3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы.....	5
4. Учебно-тематический план.....	6
5. Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы.....	11
6. Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.....	13
7. Образовательные и учебные форматы.....	14
8. Условия реализации программы. Материально-техническое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы (техническая и материальная платформа дополнительной общеобразовательной программы).....	17
9. Перечень информационно-методических материалов.....	18

## **1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» разработана на основе программы - Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: учебное пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2013 год. – 112 с.

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» (далее - программа) разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021);

- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- постановление Главного государственного 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 молодежи»;

- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196»;

- распоряжение министерства образования Кировской области №34 от 18.01.2021г. «Об утверждении стандартов качества оказания государственных услуг (выполнения работ) областными государственными организациями, подведомственными министерству образования Кировской области» Приложение 1.

- распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;

- письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- постановление Правительства Кировской области от 20.07.2020 № 389-П «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кировской области»;

- распоряжение министерства образования Кировской области от 30.07.2020 № 835 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кировской области» (ред. от 07.09.2020 № 1046, от 22.09.2020 № 1104, от 28.09.2020 № 1139);

- устав Вятского многопрофильного лицея

**Новизна и актуальность программы** обусловлены потребностью современного общества в формировании у подрастающего поколения навыков здорового образа жизни, способности активно включаться в разнообразные формы спортивно - оздоровительной деятельности, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. Сегодня дети много времени проводят за гаджетами и компьютерами, заменяют двигательную активность усилением активности в компьютерных играх. Привлечь детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом можно через организацию занятий по доступным и увлекательным спортивным играм, в том числе по баскетболу.

**Педагогическая целесообразность** основана на характеристике подросткового возраста как важнейшего этапа в гармоничном физическом развитии обучающихся. Обучение игре в баскетбол является хорошей основой для физической культуры и проводится с целью укрепления здоровья и достижения всестороннего физического развития занимающихся, овладения элементами игры баскетбол и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке; приобретения инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой.

#### **Отличительные особенности программы**

Баскетбол – спортивная командная игра, где каждый игрок взаимодействует с партнерами для достижения командного результата. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

К особенностям программы относятся:

1. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;
2. Достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий;
3. Обращение внимания психологической подготовке занимающихся: целеустремленности, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

**Вид программы** – общеразвивающая

**Направленность** – физкультурно-спортивная

**Адресат программы:** Программа ориентирована на обучающихся 5-11 классов в возрасте от 11 до 17 лет.

**Объем программы:** 170 часов.

**Количество учащихся:** 15-20 человек.

**Формы и методы** организации деятельности учащихся ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности.

**Организационные формы обучения** на групповых занятиях: групповая, индивидуальная, подгрупповая.

**Срок освоения:** 34 недели в рамках учебного года.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** 5 академических часов (по 40 минут) Количество часов – 170.

**Уровень освоения содержания программы** – базовый

**2.Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:** формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение к регулярным тренировкам, содействие гармоничному физическому развитию детей и подростков, обучение знаниям, умениям и навыкам игры в баскетбол.

Содержание программы направлено на реализацию следующих **задач:**  
*образовательные:*

- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам в процессе занятий баскетболом;

- развивать основные физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту), необходимые для совершенствования игровых умений и навыков, обучение и совершенствование основ техники и тактики игры в баскетбол;

- обучать правильному выполнению физических упражнений.

*оздоровительные:*

- способствовать укреплению здоровья;

- содействовать гармоничному физическому развитию;

- развивать двигательные способности детей;

- создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных формах профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности.

*воспитательные:*

- прививать любовь к регулярным занятиям физической культурой и спортом, навыки здорового образа жизни;

- воспитывать чувство ответственности за командный результат;

- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность, целеустремленность.

**3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

Курс «Баскетбол» для обучающихся основной и средней ступени обучения – курс оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими

интерес к физической культуре и спорту. В нем объединены спортивные и подвижные игры, ОФП, развитие физических качеств.

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний - 10 часов

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 10 часов

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–20 часов.

Раздел 4. Техника ведение мяча – 20 часов.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 50 часов

Раздел 7. Общая физическая подготовка – 20 часов

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 20 часов

#### 4. Учебно-тематический план на 5 - 11 класс

№	Тема занятия	Кол -во часо в	Теория	Практика	Формы контроля/аттеста ции
<b>Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов</b>					
1.1	- правила техники безопасности на занятиях; - правила проведения соревнований; - методика организации самостоятельной тренировки; - самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием.	10	10		Опрос
<b>Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 10 часов</b>					
2.1	- Стойки игрока. - Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. - Остановка двумя шагами и прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)	10		10	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек
<b>Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–20 часов.</b>					
3.1	- Ловля и передача мяча	20		20	Наблюдение.

	двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.				Оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча
<b>Раздел 4. Техника ведение мяча – 20 часов.</b>					
4.1	- Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.	20		20	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча
<b>Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов.</b>					
5.1	- из - под кольца с отскоком от щита; - из – под кольца без отскока от щита; - из – под кольца с двух шагов, - с отклонением; - со средней дистанции; - с дальней дистанции.	30		30	Наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов бросков в кольцо
<b>Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 50 часов</b>					
6.1	- при личной опеке; - при зонной защите (3-2; 2-1-2; 2-3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личного технического «арсенала» в обыгрыше; - разучивание тактических схем командного нападения.	50		50	Наблюдение - соревнования
<b>Раздел 7. Общая физическая подготовка – 20 часов</b>					
7.1	- развитие общей выносливости; - развитие координационных способностей; - развитие скоростной выносливости;	20		20	Тестирование

	- развитие силовых способностей; - развитие гибкости.				
<b>Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 20 часов</b>					
8.1	- на первенство школы; - муниципальные, районные соревнования; - товарищеские игры.	20		20	Тестирование и соревнования
ИТОГО		170	10	160	

### Содержание учебного плана

#### 5 – 11 класс

#### Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 10 часов

Краткие исторические сведения о возникновении игры. История и пути развития современного баскетбола. Первые правила игры в баскетбол. Развитие баскетбола в СССР и России. Развитие баскетбола среди школьников. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Профилактика травм, оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол. Состав команды, замена игроков, экипировка игрока. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по баскетболу среди школьников. Методика организации самостоятельной тренировки по баскетболу. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Костно-мышечная система человека и ее развитие. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на систему дыхания.

Форма контроля: опрос учащихся по правилам поведения во время занятий и технике безопасности.

#### Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 10 часов.

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

#### Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча–20 часов.

*Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча.*

На месте. Передачи мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками с отскоком от пола, двумя руками сверху, одной рукой снизу, двумя руками из-за головы.

В движении. Передачи мяча двумя руками, одной рукой сверху и снизу, после ведения, с отскоком от пола.

*Перемещения и стойки:* стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач.

*Передача мяча.* Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола.

Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча.

*Подвижные игры с передачами мяча.* «Передал - садись», «Быстрые передачи», «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки в тройках», «Не давай мяч водящему», «Десять передач»

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча

#### **Раздел 4. Техника ведение мяча – 20 часов.**

*Упражнения для развития качеств, необходимых при ведении мяча.*

На месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей.

В движении. Бег на носках, на пятках с ведением мяча. Бег в полуприседе с ведением мяча. Спортивная ходьба с ведением мяча. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, скрестным шагом, спиной вперед с ведением мяча.

*Стойка баскетболиста.* Стойка при ведении мяча.

*Ведение мяча.* Ведение на месте, в движении, с изменением скорости, направления. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте.

*Подвижные игры с ведением мяча.* «Ведение с десятью отскоками от пола и передачей мяча», «Воробьи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча.

#### **Раздел 5. Техника бросков мяча – 30 часов.**

*Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении броска мяча.* Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

Многократные броски набивного мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность.

*Перемещения и стойки:* стойка баскетболиста (исходные положения) в сочетании с перемещениями; ходьба скрестным шагом вправо, влево, бег спиной вперед; перемещения приставными шагами спиной вперед: двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; прыжки; сочетание способов перемещений.

*Броски мяча:* Броски мяча из-под щита, со средней дистанции, штрафной бросок. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов.

*Подвижные игры с броском мяча.* «Снайперы», «Шесть передач», «Трехочковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо.

## **Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 50 часов**

Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики.

*Техничко-тактические действия в нападении.*

Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском.

Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков; взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников

Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче.

*Техничко-тактические действия в защите.*

Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и соревнование.

## **Раздел 7. Общая физическая подготовка – 20 часов**

Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести.

Форма контроля: тестирование

**Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 20 часов** (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований).

Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований.

Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки.

Форма контроля: Тестирование и соревнования.

### **5. Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы.**

Результаты освоения программы представлены личностными, метапредметными и предметными результатами.

Результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол».

*Личностные результаты*, формируемые в ходе изучения программы, отражают:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил безопасного поведения во время занятий и соревнований.

*Метапредметные результаты* характеризуют сформированность универсальных компетенций, проявляющихся в применении накопленных знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в теоретической и практической деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программного материала. Предметные результаты отражают:

- 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 об истории игры в баскетбол, правилах игры, организации и проведении соревнований по баскетболу;
- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий по баскетболу с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий по баскетболу с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры баскетбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В результате освоения программы обучающиеся должны **знать:**

- теоретические и методические основы системы физического воспитания;
- анатомо-физиологические особенности развития своего организма и влияние различных упражнений на его развитие;
- технику отдельных элементов и тактику игры в баскетбол;
- правила соревнований по баскетболу, методику организации и проведения соревнований различного уровня;
- методы врачебного контроля в процессе тренировочных занятий и соревнований по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **уметь:**

- выполнять элементы игры в баскетбол;
- выполнять командные тактические действия в защите и нападении;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **владеть:**

- техникой элементов нападения и защиты игры в баскетбол;
- индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями защиты и нападения во время игры;
- навыками судейства.

## **Качества личности учащихся**

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий баскетболом:

Сила воли - способность преодолевать значительные затруднения. Трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

Выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

Решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

Мужество и смелость – это черты характера, выражающие моральную силу и волевою стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

Уверенность в своих силах – это качество, является основой бойцовского характера.

Дисциплинированность – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

Самостоятельность и инициативность – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

Воля к победе - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

### **6. Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.**

#### **Формы аттестации.**

Аттестация учащихся по данной программе проводится в форме итогового занятия (теоретические знания, демонстрация техники двигательного действия). Глубина и прочность умений, навыков и знаний, а также их практическое применение отслеживаются по мере изучения каждой темы или раздела программы.

По итогам проводимых занятий, а также на основании результатов тестирования педагог выдает занимающимся индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий. Это особенно необходимо сделать для физически ослабленных обучающихся с целью их дополнительной самоподготовки, в частности, в каникулярное время, когда отсутствует организованная двигательная активность.

Цель аттестации – выявление соответствия уровня полученных обучающимися знаний, умений и навыков прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи аттестации:

- определение уровня теоретической и физической подготовки учащихся в конкретной образовательной области;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков в выбранном обучающимися виде спортивной деятельности;
- анализ полноты освоения образовательной программы (или ее раздела) объединения;
- соотнесение прогнозируемых результатов образовательной программы и реальных результатов учебного процесса.

Оценочные материалы.

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Показатели</b>	<b>Методика диагностики показателя</b>
Теоретическая подготовка	Уровень знаний по ТБ Основы знаний ЗОЖ Освоение элементарных знаний	Устный опрос. Викторина «ЗОЖ. Влияние вредных привычек на организм», тестирование, Устный опрос. Викторина
Физическая подготовка	Уровень физической подготовленности	тестирование
Духовно-нравственная сфера	Уровень воспитанности Ценностные ориентации	Уровень воспитанности учащихся (методика Н.П. Капустина) Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича
Эмоционально-волевая сфера	Самоконтроль, саморегуляция	Наблюдение

### **7. Образовательные и учебные форматы (используемые в дополнительной общеобразовательной программе формы, методы, приемы и педагогические технологии).**

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Учебно-воспитательный процесс базируется на освоении основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета спортивной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

#### **Методы обучения**

Учебное занятие можно проводить как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов.

Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от задач, поставленных при изучении темы. Выбор метода определяется также с учетом возможностей учащихся, специфики изучения данного образовательного предмета, направления деятельности, возможностей материально-технической базы.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- специфические – характерные только для процесса физического воспитания;
- общепедагогические, которые применяются во всех случаях обучения и воспитания.

К специфическим методам физического воспитания относятся:

- 1) методы строго регламентированного упражнения;
- 2) игровой метод (использование упражнений в игровой форме);
- 3) соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);

С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений воспитанием физических качеств.

Общепедагогические методы включают в себя:

- 1) словесные методы;
- 2) методы наглядного воздействия. - объяснительно-иллюстративный (беседы, рассказы);

### **Формы организации образовательного процесса**

В процессе обучения используются следующие формы организации образовательного процесса:

• *Групповая форма обучения* создаёт хорошие условия для микросоперничества во время занятий, а также воспитывает чувство взаимопомощи при выполнении упражнений.

• *Индивидуальная форма обучения*: обучающиеся получают задания и работают самостоятельно, что даёт возможность воспитывать у них чувство самоконтроля и творческого подхода к занятиям. Используя этот вариант ведения занятий, педагог может дозировать индивидуальную нагрузку для каждого воспитанника.

• *Фронтальная форма обучения* позволяет педагогу одновременно контролировать выполнение задания всеми воспитанниками, так как одно и то же упражнение выполняется всеми одновременно.

### **Формы организации учебного занятия**

Учебные занятия спортивного направления проводятся в форме беседы, игры, практического занятия, соревнованиях.

### **Педагогические технологии**

В образовательном процессе используются:

- Технология индивидуализации обучения — это такая организация учебного процесса, при которой индивидуальный подход и индивидуальная форма обучения являются приоритетными. Педагог взаимодействует лишь с одним учащимся.

- Технология группового обучения. При групповой форме деятельности обучающиеся делятся на группы для решения конкретных учебных задач, каждая группа получает определенное задание (либо одинаковое, либо дифференцированное) и выполняет его сообща под непосредственным руководством лидера группы или педагога. Цель технологии группового обучения – создать условия для развития познавательной самостоятельности учащихся, их коммуникативных умений и интеллектуальных способностей посредством взаимодействия в процессе выполнения группового задания для самостоятельной работы. Групповые технологии помогают восстановить физические и духовные силы, рожают спортивный здоровый азарт, дух команды, дух стремления к победе, чувство гордости за удачно проведенные соревнования.
- Технология коллективного взаимообучения позволяет приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям учащихся различного уровню сложности содержания обучения. Преимущества коллективного способа обучения: в результате регулярно повторяющихся упражнений совершенствуются навыки логического мышления и понимания; каждый чувствует себя раскованно, работает в индивидуальном темпе; повышается ответственность не только за свои успехи, но и за результаты коллективного труда; отпадает необходимость в сдерживании темпа продвижения одних и в понукании других учащихся, что позитивно сказывается на микроклимате в коллективе; формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений; обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, что обеспечивает более прочное усвоение.
- Здоровье сберегающая технология (соблюдение санитарно-гигиенических норм на занятиях; создание благоприятного психологического климата на занятии; выполнение режима двигательной активности обучающегося, согласно его возрастных особенностей).

#### **Методические рекомендации по освоению программы и изучению отдельных тем**

Данная программа позволит повысить интерес учащихся к занятиям спортом и начальной военной подготовкой. Особенностью занятий является максимально полное использование самостоятельной работы учащихся. Работа проводится таким образом, чтобы научить детей, грамотно выполнять упражнения, контролировать и оценить реакцию организма на нагрузку, определять результаты и вносить необходимые коррективы.

В работе с детьми лучше руководствоваться словами известного французского философа Ж.Ж.Руссо: «Ребенок может делать все, что он хочет, но хотеть он должен то, чего желает воспитатель».

#### **Методическое обоснование приемов и методов, используемых, при реализации программы**

Учебное занятие можно проводить как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов.

Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от задач, поставленных при изучении темы. Выбор метода определяется также с учетом возможностей детей и подростков, специфики изучения данного образовательного предмета, направления деятельности, возможностей материально-технической базы.

Педагог должен создавать атмосферу радости, удовольствия, способствующей активной творческой самоотдаче учащихся при выполнении практических заданий.

#### **Методические рекомендации по обеспечению здоровьесбережения учащихся на занятиях**

- Выполнение санитарно-гигиенического режима в объединении
- Создание психологического климата на занятии
- Выполнение режима двигательной активности воспитанника, согласно возрастным нормам
  - Ориентация учащихся и родителей на здоровый образ жизни, (профилактика наркотической зависимости, алкоголя и табакокурения)
  - Проведение инструктажа по технике безопасности
  - Знание основ безопасности своей жизнедеятельности и правил поведения в общественных местах
  - Соблюдение санитарно-гигиенических норм
  - Оптимальное распределение физической нагрузки для каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей

#### **8. Условия реализации программы. Материально-техническое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы (техническая и материальная платформа дополнительной общеобразовательной программы).**

1. Рекомендуемая площадь для занятий спортивными видами в организациях дополнительного образования (Приложение N 1 к СанПиНу 2.4.4.3172-14) не менее 4 м<sup>2</sup> на 1 ребенка.

2. Полы в зале должны быть дощатыми некрашеными или покрыты специальным линолеумом.

3. Покрытие площадок и физкультурной зоны должно быть травяным, с утрамбованным грунтом, беспыльным либо выполненным из материалов, не оказывающих вредного воздействия на человека.

4. Перечень спортивного оборудования и инвентаря

1. Щит баскетбольный с кольцом
2. Площадка баскетбольная с разметкой
3. Мяч баскетбольный
4. Скамейка гимнастическая
5. Стенка гимнастическая
6. Скакалка
7. Мяч набивной
8. Конусы
9. Свисток судейский

10. Насос с иглой
11. Жилетки игровые
12. Компьютер

#### **Кадровое обеспечение**

Педагогические кадры, обеспечивающие реализацию программы:

Педагог, имеющий:

- педагогическое образование;
  - педагогическое образование по специальности физическая культура;
  - сертификаты и свидетельства курсовой подготовки инструкторов, тренеров-преподавателей и судей по фитнес и спортивной аэробике;
  - стаж работы не менее 2-х лет;
- первую или высшую квалификационную категорию

#### **9. Перечень информационно-методических материалов, литературы, необходимых педагогу и учащимся для успешной реализации дополнительной общеобразовательной программы, оформленный в соответствии с требованиями к библиографическим ссылкам ГОСТ Р 7.0.5- 2008 (список литературы).**

1. Железняк, Ю. Д. Теория и методика спортивных игр: учебник - М.: Академия, 2014.- 464 с.

2. Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: учебное пособие для учителей и методистов / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2013. - 112 с.

3. Ланда, Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б. Х. Ланда. – М.: Сов. спорт, 2008. – 208 с.

4. Лях, В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы : пособие для учителей общеобразовательных организаций / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2014. - 208 с.

5. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008.

6. Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

7. Матвеев, А. П. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год.

8. Матвеев, А. П. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011.

9. Матвеев, А. П. Физическая культура. 6-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2009.

10. Правила игры баскетбол (редакция 2015 года).

11. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов. / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов. – 6-е изд. – М.: Академия, 2010. – 520 с.

12. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства: учебник для вузов. / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов. – 4-е изд. – М.: Академия, 2010. – 400 с.

13. Теория и методика физической культуры : учебник / Под ред. проф. Ю. Ф. Курамшина. - 3-е изд., испр. - М. : Советский спорт, 2012 – 464 с.

14. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 11-е изд. пер. – М.: Изд.центр «Академия», 2013. – 480 с.