

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №13 ИМЕНИ Э.Д.БАЛТИНА» ГОРОДА СМОЛЕНСКА**

Рассмотрено на заседании методического объединения классных руководителей Протокол № 5 от «20»05 <u>2022</u> г	«Проверено» Заместитель директора, курирующий ВР Антонова Л.А. _____« 28» <u>06</u> <u>2022</u> г	«Утверждаю» Директор _____Т.М. Фролова Приказ № <u>169-ОД</u> от « 29» <u>06</u> <u>2022</u> г.
--	---	---

**Рабочая программа
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Курек Виталий Анатольевич
преподаватель-организатор ОБЖ

Смоленск 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» заключается в том, что она направлена на удовлетворение потребностей обучающихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся.

Адресат программы – обучающиеся 12-17 лет.

Объем программы- 2 часа в неделю, 108 час за 3 года освоения программы

Формы организации учебного процесса - очная

Виды занятий- лекция, беседа, практическое занятие, мастер-класс, тренинг, соревнование

Срок освоения программы – 3 года.

Режим занятий- понедельник, 15.00-15.40, 15.50-16.30.

Цель: физическое развитие, оздоровление обучающихся и формирование ценностно-смысловых установок на здоровый образ жизни средствами игры «Баскетбол».

Задачи:

1. Образовательные:

-развитие познавательного интереса к игре «Баскетбол»

-научить технике и правилам игры «Баскетбол»

2. Развивающие:

развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, умению играть в команде.

3. Воспитательные:

формирование навыков здорового образа жизни

По итогу реализации образовательной программы у обучающегося будут сформированы:

Личностные результаты

- интерес к занятиям физической культурой и спортом
- уважительное отношение к членам своей команды и соперникам

- мотивация к овладению на высоком уровне техники игры в баскетбол

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД-

обучающиеся научатся

- сознательно усваивать информацию и использовать ее для решения игровых задач

обучающиеся получают возможность

- научиться реализовывать собственные замыслы, удовлетворять потребность в спортивной деятельности

Регулятивные УУД-

обучающиеся научатся:

- планировать свою деятельность
- соотносить свои действия с поставленной целью
- прогнозировать действия, необходимые для получения планируемых результатов
- осуществлять самоконтроль выполняемых действий, корректировку хода своей работы
- самостоятельно организовывать свое рабочее место в зависимости от роли в игре

обучающиеся получают возможность:

- осуществлять поиск наиболее эффективных способов достижения результата в процессе совместной деятельности
- действовать конструктивно, в том числе в ситуации неуспеха

Коммуникативные УУД

обучающиеся научатся:

- организовывать совместную игру в команде: распределять роли, осуществлять сотрудничество и взаимопомощь
- формулировать собственное мнение и транслировать варианты решения, аргументированно их излагать
- выслушивать мнения и идеи товарищей
- проявлять заинтересованность к деятельности своих товарищей по команде
- комментировать и оценивать их достижения в доброжелательной форме, высказывать свои предложения и пожелания.

обучающиеся получают возможность:

- совершенствовать свои коммуникативные умения и навыки, опираясь на приобретенный в ходе занятий

опыт

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать и уметь применять на практике:

- правила безопасности при игре в баскетбол
- приемы ведения мяча, в том числе с переводом на другую руку
- тактику нападения
- выбор места по отношению к нападающему с мячом
- индивидуальные действия при нападении
- взаимодействие двух игроков «подстраховка»
- гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена, гигиенические требования к питанию юного спортсмена
- способы ловли, передачи, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.

Условие реализации программы:

помещение – спортзал

оборудование – баскетбольные кольца, судья, баскетбольный мяч

Формы аттестации/контроля: участие в учебной игре, педагогическое наблюдение, соревнование, тест, эстафета.

Учебный план

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1-2	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	2	1	1	Тест Наблюдение
3-4	Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	2	1	1	Наблюдение
5-6	Техника передвижения при нападении	2	0	2	Наблюдение

7-8	ОФП	2	0	2	Наблюдение
9-10	Ведение мяча с переводом на другую руку.	2	0	2	Наблюдение
11-12	Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. СФП	2	2	0	Наблюдение
13-14	ОФП.	2	0	2	Наблюдение
15-16	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	2	1	1	Участие в игре. Наблюдение
17-18	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	2	1	1	Наблюдение
19-20	Многократное выполнение технических приемов.	2	0	2	Наблюдение
21-22	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2	0	2	Наблюдение
23-24	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.	2	0	2	Наблюдение
25-26	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	2	1	1	Наблюдение
27-28	Индивидуальные действия при нападении.	2	0	2	Наблюдение
29-30	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	2	1	1	Наблюдение
31-	Взаимодействие двух игроков	2	0	2	Наблюдение

32	«подстраховка».				
33-34	Методы спортивной тренировки. ОФП.	2	1	1	Наблюдение
35-36	Бросок мяча одной рукой от плеча.	2	0	2	Наблюдение
37-38	Техническая подготовка юного спортсмена.	2	0	2	Наблюдение
39-40	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	2	0	2	Наблюдение
41-42	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	2	0	2	Наблюдение
43-44	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	2	0	2	Наблюдение
45-46	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	2	0	2	Наблюдение
47-48	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	2	1	1	Участие в игре. Наблюдение
49-50	Организация командных действий.	2	0	2	Наблюдение
51-52	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2	0	2	Наблюдение
53-54	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	2	0	2	Наблюдение
55-56	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2	0	2	Наблюдение

57-58	Чередование изученных технических приемов	2	0	2	Наблюдение
59-60	Учебная игра.	2	0	2	Участие в игре. Наблюдение
61-62	СФП	2	0	2	Наблюдение
63-64	Тактика игры. Учебная игра.	2	1	1	Участие в игре. Наблюдение
65-66	Судейство соревнований. Игра в стритбол.	2	1	1	Наблюдение
67-68	ОФП. Итоги занятий за год.	2	0	2	Наблюдение

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	5	15.00-16.30	Лекция тренировка	2	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.	спортзал	наблюдение
2	сентябрь	12	15.00-16.30	Беседа	2	Единая спортивная классификация. Тактика нападения.	Спортзал	наблюдение
3	сентябрь	19	15.00-16.30	Беседа	2	Техника передвижения при нападении	Спортзал	Наблюдение

4	сентябрь	26	15.00-16.30	тренировка	2	ОФП	Спортзал	Наблюдение
5	октябрь	3	15.00-16.30	тренировка	2	Ведение мяча с переводом на другую руку.	Спортзал	Наблюдение
6	октябрь	10	15.00-16.30	Беседа тренировка	2	Гигиенические основы режима труда и отдыха юного спортсмена. СФП	Спортзал	наблюдение
7	октябрь	17	15.00-16.30	тренировка	2	ОФП.	Спортзал	Наблюдение
8	октябрь	24	15.00-16.30	Беседа Учебная игра	2	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдение Участие в игре.
9	ноябрь	7	15.00-16.30	Беседа тренировка	2	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	Спортзал	Наблюдение
10	ноябрь	14	15.00-16.30	тренировка	2	Многократное выполнение технических приемов.	Спортзал	Наблюдение
11	ноябрь	21	15.00-16.30	тренировка	2	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Спортзал	наблюдение
12	ноябрь	28	15.00-16.30	тренировка	2	Выбор места по отношению к	Спортзал	Наблюдение

						нападающему с мячом.		
13	декабрь	5	15.00-16.30	беседа	2	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки	Спортзал	наблюдение
14	декабрь	12	15.00-16.30	тренировка	2	Индивидуальные действия при нападении.	Спортзал	Наблюдение
15	декабрь	19	15.00-16.30	Беседа тренировка	2	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП	Спортзал	Наблюдение
16	декабрь	26	15.00-16.30	тренировка	2	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	Спортзал	Наблюдение
17	январь	9	15.00-16.30	Беседа тренировка	2	Методы спортивной тренировки. ОФП.	Спортзал	Наблюдение
18	январь	16	15.00-16.30	тренировка	2	Бросок мяча одной рукой от плеча.	Спортзал	Наблюдение
19	январь	23	15.00-16.30	беседа	2	Техническая подготовка юного спортсмена.	Спортзал	Наблюдение
20	январь	30	15.00-16.30	тренировка	2	Совершенствование техники ведения, ловли	Спортзал	Наблюдение

						и передачи мяча.		
21	февраль	6	15.00-16.30	тренировка	2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортзал	Наблюдение
22	февраль	13	15.00-16.30	тренировка	2	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.	Спортзал	наблюдение
23	февраль	20	15.00-16.30	тренировка	2	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Спортзал	Наблюдение
24	февраль	27	15.00-16.30	Беседа Учебная игра	2	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдение Участие в игре.
25	март	6	15.00-16.30	тренировка	2	Организация командных действий.	Спортзал	Наблюдение
26	март	13	15.00-16.30	тренировка	2	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	Спортзал	Наблюдение
27	март	20	15.00-16.30	тренировка	2	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	Спортзал	Наблюдение

28	апрель	3	15.00-16.30	тренировка	2	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	Спортзал	Наблюдение
29	апрель	10	15.00-16.30	тренировка	2	Чередование изученных технических приемов	Спортзал	наблюдение
30	апрель	17	15.00-16.30	Учебная игра	2	Учебная игра.	Спортзал	Наблюдение Участие в игре.
31	апрель	24	15.00-16.30	тренировка	2	СФП	Спортзал	Наблюдение
32	Май	15	15.00-16.30	Беседа Учебная игра	2	Тактика игры. Учебная игра.	Спортзал	Наблюдение Участие в игре.
33	Май	22	15.00-16.30	Беседа Учебная игра	2	Судейство соревнований. Игра в стритбол.	Спортзал	Наблюдение Участие в игре.
34	май	29	15.00-16.30	тренировка	2	ОФП. Итоги занятий за год.	Спортзал	наблюдение