

Министерство образования и молодежной политики Свердловской
области
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №45»

РАССМОТРЕНА
Педагогический Совет
БМАОУ СОШ №45
Протокол № _____
от «___» _____ 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
БМАОУ СОШ №45
Нохрина Л.В. _____
Приказ № _____
от «___» ____ 2025г.

Футбол
дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
для детей 8-15 лет,
срок реализации - 1 год

2025 г.

Содержание

№п/п	Наименование раздела	Страницы
1.	Основные характеристики программы	
1.1.	Пояснительная записка	
1.2.	Цель и задачи программы	
1.3.	Содержание программы	
1.4.	Планируемые результаты	
2.	Организационно-педагогические условия	
2.1.	Помещение	
2.2.	Средства обучения и воспитания	
2.3.	Кадровые условия	
3.	Календарный учебный график	
4.	Учебный план	
5.	Рабочая программа	
6.	Оценочные материалы	
7.	Методические материалы	

1. Основные характеристики программы

1.1. Пояснительная записка

Данная программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Программа ориентирована на создание условий для формирования здорового образа жизни, укрепления здоровья и гармоничного развития обучающихся, воспитание морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям.

Образовательная программа разработана с учетом выполнения задач поставленных Правительством РФ, прописанных в распоряжении Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р: «...реализация дополнительных общеобразовательных программ должна строиться на ... соответствии образовательных программ и форм дополнительного образования возрастным и индивидуальным особенностям детей и ... ориентации на метапредметные и личностные результаты образования».

Новизной решения данной программы является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

В настоящее время все большего внимания требует такое направление педагогической деятельности сохранение здоровья и высокой работоспособности обучающихся.

Для реализации этих задач, целесообразно использовать физические упражнения, которые так или иначе направлены на развитие физических качеств.

С появлением компьютеров, смартфонов и планшетов резко сократилась двигательная активность людей и, что особо важно, детей. По сравнению с предыдущими десятилетиями, все больше появляется организаций, осуществлявших спортивную работу с детьми. Но, как правило, это платные секции, кружки, клубы. Школа, а точнее, спортивная школьная секция, на наш взгляд, является тем местом, где дети могут организованно и бесплатно заниматься физическими упражнениями, повышать уровень физической подготовленности и своего физического развития в целом. Ведь

именно в школьном возрасте должна быть создана прочная основа для укрепления здоровья и физического совершенствования человека.

Самой популярной в мире спортивной игрой и, на наш взгляд, одним из наиболее эффективных, комплексных и универсальных средств физического воспитания и гармоничного физического развития детей без преувеличения можно считать баскетбол. Игра в баскетбол требует разносторонней подготовки. Упражнения с использованием элементов спортивных игр и баскетбола, в частности, способствуют развитию двигательных координационных способностей (равновесие, ориентация в пространстве, точность, ритмичность, темп, ловкость, согласованность движений, быстрота реагирования), силы, выносливости, быстроты, силы, гибкости.

Баскетбол, как ни одна другая спортивная игра умеет привлечь к себе внимание благодаря своей мощной энергетике, азарту борьбы и чувству плеча.

Командные игры, к которым относится и баскетбол, способствуют развитию качеств лидера, понимание важности поддержки товарищей и что немаловажно — умение должным образом принимать проигрыш. **Благодаря баскетболу у детей развиваются аналитические способности (анализ игровых ситуаций), коммуникабельность, ответственность за общий результат, чувство сопереживания (благодаря групповому взаимодействию и необходимости действовать в команде).** Подчинение правилам способствует развитию силы воли, выдержки и самообладания.

Нормативно-правовая база

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. №761н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. № 613н «Профессиональный стандарт. Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Программа по своей сути является досуговой, простой: освоение

учебного материала идёт от простого к сложному, от знакомства с элементарными понятиями игры к постепенному расширению и углублению знаний во всех областях футбольной теории и практики.

Обучение осуществляется на основе общих **методических принципов**:

- **Принцип активной включенности** каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны;
- **Принцип доступности**, последовательности и системности изложения программного материала.

Основой организации работы с детьми в данной программе является система **дидактических принципов**:

- **принцип минимакса** - обеспечивается возможность продвижения каждого ребенка своим темпом;
- **принцип целостного представления о мире** - при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;
- **принцип вариативности** - у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;
- **принцип творчества** - процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения, и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития. Это позволяет рассчитывать на проявление у детей устойчивого интереса к занятиям шахматами, появление умений выстраивать внутренний план действий, развивать пространственное воображение, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, учит принимать самостоятельные решения и нести ответственность за них.

Основные методы обучения:

Формирование футбольного мышления у ребенка проходит через ряд этапов от репродуктивного повторения алгоритмов и схем в типовых положениях, до творческого применения знаний на практике, подразумевающих, зачастую, отказ от общепринятых стереотипов.

- На начальном этапе преобладают **игровой, наглядный и репродуктивный методы**. Они применяются при знакомстве с техническими приёмами в футболе, стандартными положениями игры, обучении правилам игры.

• Большую роль играют общие принципы ведения игры на различных этапах футбольного матча, где основным методом становится **продуктивный**. Для того чтобы реализовать на поле свой замысел, учащийся овладевает тактическим арсеналом футбола, вследствие чего формируется следующий алгоритм мышления: анализ позиции - мотив - идея - расчёт — игровое действие.

- На более поздних этапах в обучении применяется **творческий метод** для совершенствования тактического мастерства учащихся.

- **Метод проблемного обучения.** Разбор игровых ситуаций и матчей в целом, творческое их осмысление помогает обучающемуся выработать свой собственный подход к игре.

Использование этих методов предусматривает, прежде всего, обеспечение самостоятельности детей в поисках решения самых разнообразных задач.

Цель и задачи программы

Цель программы

- создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом.

- сформировать и систематизировать профессиональные теоретические знания и практические умения и навыки.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- Отбор способных к занятиям баскетболом детей.
- Формирование стойкого интереса к занятиям.
- Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

В группах начальной подготовки юные баскетболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, изучают тактическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения; сдают соответствующие нормативы. Стремятся к овладению техническими приемами, которые наиболее часто и

эффективно применяются в игре. Обучаются основам индивидуальной, групповой и командной тактике игры в баскетбол. Осваивают процесс игры в соответствии с правилами баскетбола. Участвуют в товарищеских играх и в неофициальных турнирах по баскетболу, а также принимают участие в соревнованиях по ОФП, «Веселые старты», в которых основной задачей является результат выступления.

На этап начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача.

1.3. Содержание программы

Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению “Баскетбол” предназначен для учащихся 3-6 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 2 раза в неделю: 3-6 классы - 70 часов в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

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

Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история.

Развитие баскетбола в России. Значение и место баскетбола в системе физического воспитания. История возникновения баскетбола. Ведущие спортсмены и тренеры.

Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка.

Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Тема 3. Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Тема 4. Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Тема 5 . Морально-волевая и психологическая подготовка.

Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.

УЧЕБНЫЙ МАТЕРИАЛ ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Тема 1. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и

перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой. Упражнения на тренажере типа «геркулес». Борьба. Гребля.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий». С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч. Плавание. Ходьба на лыжах. Марш-бросок. Туристические походы.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной

частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями.

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на руках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувыроков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

Тема 3. Техническая подготовка.

Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении.

Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту.

Тема 4. Тактическая подготовка.

Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение.

Тактика защиты.

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

Тема 5. Организационно-воспитательные мероприятия.

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в автобусах. Техника пожарной безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях. Общие и родительские собрания. Проведение соревнований «Веселые старты», Новогодних праздников и т.п. Посещение турниров и матчей с участием спортсменов групп спортивного совершенствования.

Тема 6. Инструкторская и судейская практика.

Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений, а также беговых разминочных упражнений. Вспомогательная беседа с младшими тренерами по основным правилам игры в баскетбол. Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы.

Тема 7. Участие в соревнованиях.

На этапе начальной подготовки предусматривается участие обучающихся в соревнованиях общефизической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования (первенство школы, первенства СДЮСШОР, города, округа по баскетболу).

Тема 8. Сдача контрольных нормативов.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся предусматривается два раза в год в ноябре и апреле учебного года. Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

- общая физическая и специальная физическая подготовка;
- техническая подготовка.

Сдача нормативов проводится в форме тестирования.

Тема 9. Психологическая подготовка.

Психологическая подготовка юных спортсменов состоит из общепсихологической подготовки (круглогодичной), психологической подготовки к соревнованиям и управления нервно-психологическим восстановлением учащихся.

Общая психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, специализированных психических функций и психомоторных качеств.

Психологическая подготовка к соревнованиям состоит из двух разделов: общая психологическая подготовка к соревнованиям, которая проводится в течение всего года, и специальная психологическая подготовка к выступлению на конкретных соревнованиях.

В процессе управления нервно-психическим восстановлением снимается нервно-психическое напряжение, восстанавливается психическая работоспособность после тренировок, соревновательных нагрузок, развивается способность к самостоятельному восстановлению.

1.4. Планируемые результаты

В результате освоения программы:

- обучающиеся будут знакомы с основными техническими приёмами баскетбола;
- у обучающихся сформируется устойчивый интерес к баскетболу;
- обучающиеся будут знать правила игры в баскетбол;
- будут созданы условия для укрепления здоровья обучающихся, содействия их правильному физическому развитию и повышению работоспособности;
- будут созданы условия для развития основных физических качеств;
- обучающиеся освоят простейшие способы самоконтроля за физической нагрузкой;

- будет сформирована потребность обучающихся в систематических занятиях баскетболом.

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Помещение

2.2. Средства обучения и воспитания

Учебно-практическое оборудование		
1.	Мяч футбольный	15
2.	Мяч баскетбольный	15
3.	Мяч волейбольный	15
4.	Мяч резиновый	15
5.	Ворота футбольные большие (на универсальной спортивной площадке)	2
6.	Ворота футбольные малые (для спортивного зала)	2
7.	Перекладина	1
8.	Конусы	10
9.	Палочка эстафетная	10
10.	Скакалка	15

2.3. Кадровые условия.

Требования к педагогу дополнительного образования

Должностные обязанности. Осуществляет дополнительное образование обучающихся, воспитанников в соответствии со своей образовательной программой, развивает их разнообразную творческую деятельность. Комплектует состав обучающихся, воспитанников кружка, секции, студии, клубного и другого детского объединения и принимает меры

по сохранению контингента обучающихся, воспитанников в течение срока обучения. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения) исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий. Обеспечивает соблюдение прав и свобод обучающихся, воспитанников. Участвует в разработке и реализации образовательных программ. Составляет планы и программы занятий, обеспечивает их выполнение. Выявляет творческие способности обучающихся, воспитанников, способствует их развитию, формированию устойчивых профессиональных интересов и склонностей. Организует разные виды деятельности обучающихся, воспитанников, ориентируясь на их личности, осуществляет развитие мотивации их познавательных интересов, способностей. Организует самостоятельную деятельность обучающихся, воспитанников, в том числе исследовательскую, включает в учебный процесс проблемное обучение, осуществляет связь обучения с практикой, обсуждает с обучающимися, воспитанниками актуальные события современности. Обеспечивает и анализирует достижения обучающихся, воспитанников. Оценивает эффективность обучения, учитывая овладение умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса, используя компьютерные технологии, в т.ч. текстовые редакторы и электронные таблицы в своей деятельности. Оказывает особую поддержку одаренным и талантливым обучающимся, воспитанникам, а также обучающимся, воспитанникам, имеющим отклонения в развитии. Организует участие обучающихся, воспитанников в массовых мероприятиях. Участвует в работе педагогических, методических советов, объединений, других формах методической работы, в работе по проведению родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой, в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям или лицам, их заменяющим, а также педагогическим работникам в пределах своей компетенции. Обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся, воспитанников во время образовательного процесса. Обеспечивает при проведении занятий соблюдение правил охраны труда и пожарной безопасности. При выполнении обязанностей старшего педагога дополнительного образования наряду с выполнением обязанностей, предусмотренных по должности педагога дополнительного образования, осуществляет координацию деятельности педагогов дополнительного образования, других педагогических работников в проектировании развивающей образовательной среды образовательного учреждения. Оказывает методическую помощь педагогам дополнительного образования,

способствует обобщению передового их педагогического опыта и повышению квалификации, развитию их творческих инициатив.

Должен знать: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности; методику поиска и поддержки молодых талантов; содержание учебной программы, методику и организацию дополнительного образования детей, научно-технической, туристско-краеведческой, оздоровительно-спортивной, досуговой деятельности; программы занятий кружков, секций, студий, клубных объединений; деятельность детских коллективов, организаций и ассоциаций; методы развития мастерства; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода; методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися, воспитанниками, детьми разного возраста, их родителями, лицами, их заменяющими, коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; технологии педагогической диагностики; основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правила по охране труда и пожарной безопасности.

Требования к квалификации.

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

3. Учебный план

Формы занятий:

- индивидуальная самостоятельная образовательная деятельность;
- образовательная деятельность в парах;
- групповая совместная образовательная деятельность;

- индивидуально-групповая образовательная деятельность;
- коллективная (командная) деятельность.

Формой подведения итогов реализации Программы являются:

- участие учащихся в соревнованиях;
- участие учащихся в физкультурных, спортивных праздниках, фестивалях;
- участие учащихся в презентации деятельности секции родительской общественности.

Режим занятий — 2 часа в неделю (70 часов в год)

Объем и срок реализации программы:

- объем — 140 часов

Срок реализации программы — 2 года

Тематическое планирование дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»

№	Тема занятия.	Содержание.	Характеристика деятельности учащихся.
1	Разучивание стойка игрока (исходные положения)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
2	Закрепление стойки игрока (исходные положения)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
3	Стойка игрока (исходные положения)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
4	Стойка игрока (исходные положения)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
5	Разучивание перемещение в стойке приставными	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.

	шагами: правым, левым боком, лицом вперед		
6	Разучивание перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
7	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
8	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
9	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
10	Перемещение в	Перемещения.	Описывать технику передвижения в

	стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед		стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
11	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
12	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
13	Игровое занятие		Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
14	Разучивание сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
15	Сочетание способов	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в

	перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)		процессе игровой деятельности.
16	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
17	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
18	Эстафеты с различными способами перемещений.	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
19	Эстафеты с различными способами перемещений.	Перемещения.	Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности.
20	Игровое занятие		Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
21	Верхняя передача мяча	Передачи мяча.	Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.

32	Нижняя передача мяча в парах.	Передачи мяча.	Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.
33	Игровое занятие.	Тактические игры.	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
34	Разучивание: Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
35	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
36	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику

			выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
37	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
38	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
39	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

			исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
40	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
41	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
42	Ведение мяча, два шага, бросок мяча в кольцо от щита.	Ведения, броски	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

43	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
44	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
45	Ведение мяча с броском в кольцо с право, с лево и по центру на кольцо.	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
46	Игровое занятие.		Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в

			баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
47	Ведение мяча с разной высотой отскока	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
48	Ведение мяча с разной высотой отскока	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
49	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

50	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
51	Броски мяча одной рукой от плеча с места	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
52	Броски мяча одной рукой от плеча с места	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
53	Броски мяча одной рукой от плеча с места	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления

			движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
54	Игровое занятие		Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
55	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
56	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

57	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
58	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
59	Бросок мяча после остановки	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
60	Бросок мяча после остановки	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления

			движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
61	Бросок мяча после остановки	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
62	Игровое занятие.		
63	Бросок мяча после ведения два шага с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
64	Бросок мяча после ведения два шага с	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления

	сопротивлением		движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
65	Бросок мяча после ловли и ведения с сопротивлением	Ведения, броски в кольцо.	Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину , анализировать правильность выполнения , находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.
66	Персональная опека игрока	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
67	Персональная опека игрока	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
68	Персональная опека игрока	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.

69	Учебная игра мини-баскетбол.	Тактические действия.	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.
70	Учебная игра мини-баскетбол.	Тактические действия.	Использовать игру в баскетбол как средство организации активного отдыха и досуга. Выполнять правила игры в баскетбол в процессе соревновательной деятельности.

Оценочные материалы.

№	Тесты	Класс	Оценка					
			«5»		«4»		«3»	
			М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	2	10	11	10,5	11,5	11	12
		3	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		4	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		5	8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3х10м с ведением мяча (сек).	2	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		3	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		4	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0

		5	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	2	5	5	4	4	3	3
		3	5	5	4	4	3	3
		4	6	6	5	5	4	4
		5	6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	2	5	5	4	4	3	3
		3	6	6	5	5	4	4
		4	7	7	6	6	5	5
		5	8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	2	19	18	18	17	17	16
		3	20	19	19	18	18	17
		4	21	20	19	18	18	17
		5	22	20	20	19	19	19

Методические материалы

1. Нестеровский Д.И.: Баскетбол: Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008
2. под ред.: Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова ; рец.: С.Ю. Тюленьков, А.Я. Гомельский: Спортивные игры : совершенствование спортивного мастерства. - М.: Академия, 2008
3. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2007
4. Собянин Ф.И.: Физическая культура. Организация и проведение викторин в общеобразовательном учреждении. - М.: Дрофа, 2007
5. Федеральное агентство по физической культуре и спорту: Баскетбол. - М.: Советский спорт, 2007

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279297

Владелец Нохрина Любовь Валерьевна

Действителен С 21.03.2025 по 21.03.2026