ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №174
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ И.К. БЕЛЕЦКОГО

РАЗРАБОТАНА и ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы
№ 174 Центрального района Санкт-
Петербурга имени И.К. Белецкого.
Протокол от «31» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы
№ 174 Центрального района Санкт-
Петербурга имени И.К. Белецкого
_____О.В. Финагина

Введено в действие с 01.09.2023 г.
приказом от «01» сентября 2023 г. №93

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 14-17 лет

Разработчик:
Кручинина Татьяна Владимировна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка 3
1.1. Основные характеристики программы 3
1.2. Направленность образовательной программы 3
1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы 3
1.4. Адресат программы 3
1.5. Объем и срок реализации программы 4
1.6. Цели программы 4
1.7. Задачи программы 4
1.8. Условия реализации программы 4
1.9. Методы обучения и их формы 4
1.10. Ожидаемые результаты по итогам реализации программы 4
Календарно-тематическое планирование
……5

1. Пояснительная записка

1.1. Основные характеристики программы

Данная Программа оформлена в соответствии с ФЗ от 29.12.12. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017 №617-р), Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р), Уставом ГБОУ школы №174.

1.2. Направленность образовательной программы

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

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

Своевременность программы в соответствии с концепцией развития дополнительного образования детей в общественном понимании необходимости открытого вариативного образования, полного обеспечения права человека на выбор данного вида деятельности, в котором происходит личностное и профессиональное самоопределение детей 10-17 лет, обеспечение адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, а также выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности.

Необходимость в создании прочной основы для воспитания здорового человека, конкурентоспособной среды, сильной, гармонично развитой личности, опирающаяся на раскрытие и использование субъектного опыта каждого обучающегося посредством применения личностно значимых способов, расширения двигательных возможностей; компенсации дефицита двигательной активности обучающихся, выявление и развитие у обучающихся творческих способностей и интереса к деятельности.

Данная программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами баскетбола.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребёнка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, а не на подготовку мастеров высокого класса, выявление и поддержку одарённых детей.

1.4. Адресат программы

К тренировочному процессу допускаются все желающие дети и подростки в возрасте от 14 до 17 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности. Количество обучающихся в группе не должно превышать 15 человек.

1.5. Объем и срок реализации программы

Полный курс обучения по программе составляет 1 год, количество часов в год – 144.

1.6. Цели программы

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения, в соответствии с индивидуальными способностями по средствам обучения игре в баскетбол.

1.7. Задачи программы

- формировать у обучающихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья;
- воспитывать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности;
- формировать жизненно важные двигательные навыки;
- развивать физические способности детей с учётом всех современных требований.

1.8. Условия реализации программы

Условия набора детей, система набора: принимаются все желающие, отнесенные к основной и подготовительной физкультурным группам и имеющие об этом медицинскую справку.

Условия формирования групп: набирается группа в составе 15 человек

Материально-техническое оснащение:

Для реализации образовательной программы на всех этапах учебно- тренировочного процесса необходимы:

1. Спортивный зал
2. Спортивная площадка
3. Спортивный инвентарь: кольца для баскетбола, конструкции баскетбольные, мячи баскетбольные, сетки баскетбольные, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки.
4. Обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви.
5. Информационные ресурсы.

1.9. Методы обучения и их формы

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчёт и т.д.;
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами – в целом и по частям;
- игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

1.10. Ожидаемые результаты по итогам реализации программы

Личностные:

- содействие правильному физическому развитию детей, повышение работоспособности, закаливание, охрана здоровья;
- развитие основных двигательных качеств – силы, выносливости, ловкости и быстроты;
- воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях спортом;
- приобретение необходимого минимума знаний в области гигиены и медицины, физической культуры и спорта.

Метапредметные:

- использование рациональных способов выполнения того или иного задания, добросовестное выполнение заданий, осознанное стремление к новым знаниям и умениям;
- умение содержательно наполнить самостоятельные формы занятий физической культурой;
- умение выделять главное в рассказе и показе педагога, выделять ведущее звено и основу техники, условия успешного выполнения движения;
- владение способами планирования, организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой;
- выполнение упражнения и применение технико-тактических приёмов в различных условиях и ситуациях;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активное использование в самостоятельных занятиях;
- умение вести познавательную деятельность в группе.

Образовательные (предметные):

- формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- овладение основам игры в баскетбол;
- овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по баскетболу.

Календарно-тематическое планирование
1 – год обучения

№	Название темы	Всего часов	Дата проведения		Примечание
			План	Факт	
1	Правила техники безопасности. Медико-биологические исследования. История развития баскетбола.	2	02.09		Текущий
2	Общеразвивающие упражнения. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2	09.09		Текущий
3	Общеразвивающие упражнения. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2	16.09		Текущий
4	Общеразвивающие упражнения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2	23.09		Текущий
5	Общеразвивающие упражнения. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2	30.09		Текущий
6	Общеразвивающие упражнения. Действие без мяча Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2	07.10		Текущий
7	Общеразвивающие упражнения. Личная и общественная гигиена. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2	14.10		Текущий
8	Общеразвивающие упражнения. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2	21.10		Текущий
9	Общеразвивающие упражнения. Бросок мяча	2	28.10		Текущий

	двумя руками от груди. Подвижные игры.				
10	Общеразвивающие упражнения. Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	11.11		Текущий
11	Общеразвивающие упражнения. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2	18.11		Текущий
12	Общеразвивающие упражнения. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2	25.11		Текущий
13	Общеразвивающие упражнения. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении. 1	2	02.12		Текущий
14	Общеразвивающие упражнения. Круговая тренировка. Подвижные игры.	2	09.12		Текущий
15	Общеразвивающие упражнения. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2	16.12		Текущий
16	Общеразвивающие упражнения. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.	2	23.12		Текущий
17	Общеразвивающие упражнения. Контрольные испытания. Подвижные игры.	2	13.01		Текущий
18	Общеразвивающие упражнения. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Подвижные игры.	2	20.01		Текущий
19	Общеразвивающие упражнения с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2	27.01		Текущий
20	Общеразвивающие упражнения с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на	2	03.02		Текущий

	площадке. Учебно-тренировочная игра.				
21	Общеразвивающие упражнения с мячами. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2	10.02		Текущий
22	Общеразвивающие упражнения с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра	2	17.02		Текущий
23	Общеразвивающие упражнения. Учебная игра. Соревнования.	2	02.03		Текущий
24	Правила техники безопасности.	2	16.03		Текущий
25	Медико-биологические исследования.	2	23.03		Текущий
26	Общеразвивающие упражнения с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.	2	30.03		Текущий
27	Общеразвивающие упражнения. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра.	2	06.04		Текущий
28	Общеразвивающие упражнения. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2	13.04		Текущий
29	Общеразвивающие упражнения. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2	20.04		Текущий
30	Общеразвивающие упражнения. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра.	2	27.04		Текущий
31	Общеразвивающие упражнения. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	2	04.05		Текущий
32	Общеразвивающие упражнения. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2	11.05		Текущий

33	Общеразвивающие упражнения. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Общеразвивающие упражнения. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	2	18.05		Текущий
34	Общеразвивающие упражнения. Совершенствование техники передачи мяча.	2	25.05		Текущий
35	Общеразвивающие упражнения. Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	2	1.06		Текущий
36	Общеразвивающие упражнения. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2	8.06		Текущий
37	Двухсторонняя игра	2			Текущий
38	Двухсторонняя игра	2			Текущий
39	Двухсторонняя игра	2			Текущий
40	Двухсторонняя игра	2			Текущий
41	Двухсторонняя игра	2			Текущий
42	Двухсторонняя игра	2			Текущий
43	Двухсторонняя игра	2			Текущий
44	Двухсторонняя игра	2			Текущий
45	Двухсторонняя игра	2			Текущий
46	Двухсторонняя игра	2			Текущий
47	Двухсторонняя игра	2			Текущий
48	Тактическая подготовка.	2			Текущий
49	Тактическая подготовка.	2			Текущий
50	Тактическая подготовка.	2			Текущий
51	Тактическая подготовка.	2			Текущий
52	Тактическая подготовка.	2			Текущий
53	Тактическая подготовка.	2			Текущий
54	Тактическая подготовка.	2			Текущий

55	Тактическая подготовка.	2			Текущий
56	Тактическая подготовка.	2			Текущий
57	Тактическая подготовка.	2			Текущий
58	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
59	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
61	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
62	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
63	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
64	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
65	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
66	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
67	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
68	Дневник самоконтроля. Тренировка быстроты. Двухсторонняя игры.	2			Текущий
69	Проведение соревнования.	2			Текущий
70	Спортивный инвентарь в баскетболе, гигиена	2			Текущий
71	Проведение соревнования.	2			Текущий
72	Спортивный инвентарь в баскетболе, гигиена	2			Текущий

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 174 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ И.К. БЕЛЕЦКОГО,
Финагина Ольга Валерьевна, Директор
30.11.23 19:07 (MSK) Сертификат 2A7DA47B2AE6B54F96436E5830936358