

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ, ДЕТСКИЙ САД №25»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО ПРИНЯТО Педагогическим советом МБОУ «Школа гимназия, детский сад № 25» г. Симферополя От «<u>18</u>» <u>01</u> 2023г. Протокол № <u>1</u>	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия, детский сад № 25» г. Симферополя П.С. Кремпович-Герасименко подпись «<u>18</u>» <u>01</u> 2023г. М.П. 
---	---

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Оранжевый мяч»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы 1 год
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 11-13 лет
Составитель: Окадьев-Яблонский В.А., педагог дополнительного образования
г. Симферополь 2023

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы.

- 1.1. Пояснительная записка.
- 1.2. Цели и задачи программы.
- 1.3. Воспитательный потенциал программы
- 1.4. Содержание программы.
- 1.5. Планируемые результаты изучения курса.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график.
- 2.2. Условия реализации программы.
- 2.3. Формы аттестации.
- 2.4. Список литературы.

1.Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно правовая основа программы

Дополнительная общеобразовательная программа кружка **«оранжевый мяч»** разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (Содержание Ф ГОС НОО для учащихся (п 15 ч 1 ст.34 Федерального закона № 273-Ф 3);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N996-р).
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3.

Направленность: физкультурно-спортивная

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

Актуальность образовательной программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие обучающихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

Важным показателем качества образования является здоровье обучающихся. Программа «Баскетбол» направлена в первую очередь на укрепление здоровья и увеличения функциональных возможностей организма (развитие силы, быстроты, выносливости) обучающихся. Посредством баскетбола также развиваются волевые и лидерские качества, смелость, активность, целеустремленность, умение работать в коллективе.

Также важной задачей является пропаганда здорового образа жизни.

Данная программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спортивной игры «Баскетбол» в нашей стране.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе её реализации обучающиеся овладевают знаниями, умениями, навыками игры в баскетбол.

Адресат программы: учащиеся 6-13 лет

Объём и срок освоения программы: 1 год

Уровень программы: базовый

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса: группа учащихся одного возраста

Режим занятий: рабочая программа по баскетболу рассчитана на 34 учебных часов и реализуется по учебному плану 1 час в неделю.

1.2 Цели и задачи программы

Совершенствование знаний и умений учащихся на кружковых занятиях применимых к игре в баскетбол

Образовательные: развитие познавательного интереса к игре баскетбол, приобретение знаний, умений, навыков.

Личностные: формирование общественной активной личности, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни.

Метапредметные: развитие мотивации, потребности в саморазвитии, ответственности и активности.

Задачи :

развитие интереса к игре баскетбол;

формирование знаний обучающихся о технике и тактике игры баскетбол;

укрепление здоровья школьников;

воспитание желания заниматься спортивно-игровой деятельностью в повседневной жизни.

Отличительные особенности данной образовательной программы:

Программа структурирована по видам спортивной подготовки и состоит из четырех разделов: теоретической, физической, технической и тактической подготовок;

Набор в секцию производится без учета антропометрических данных ребенка, за основу берется желание учащегося заниматься баскетболом;

В процессе обучения формируются команды для участия в городских и районных соревнованиях.

1.3 Воспитательный потенциал программы

Через участие в соревнованиях, в товарищеских и тренировочных встречах учащиеся привлекаются к получению знаний, направленных на решение реальных проблем сообщества, страны.

1.4 Содержание программы

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Физическая подготовка.

1. Общая физическая подготовка.

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, с мячами различного диаметра, скакалками, скамейка).

1.2. Подвижные игры.

1.3. Эстафеты.

2. Специальная физическая подготовка.

2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.

2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.

2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.

2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка.

1. Упражнения без мяча.

1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.

1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
с разной скоростью;

в одном и в разных направлениях.

1.3. Передвижение правым – левым боком.

1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.

1.5. Остановка прыжком после ускорения.

1.6. Остановка в один шаг после ускорения.

1.7. Остановка в два шага после ускорения.

1.8. Повороты на месте.

- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полукотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.

- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

- 1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
- 2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
- 3. Перехват мяча.
- 4. Борьба за мяч после отскока от щита.
- 5. Быстрый прорыв.
- 6. Командные действия в защите.
- 7. Командные действия в нападении.
- 8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

1.5 Планируемые результаты

Занимающийся должен овладеть теоретической подготовкой

Включает вопросы правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом.

В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу.

Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Техническая подготовка:

Занимающийся в секции должен:

Овладеть всеми известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.

Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в

разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы. Овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей и особенностей. Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

Тактическая подготовка:

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива. Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите. Сформированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника.

Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Тематическое планирование

№	Виды спортивной подготовки	Кол-во часов
1	Теоретическая	1
2	Техническая	10
	2.1. Имитационные упражнения без мяча	1
	2.2.Ловля и передача мяча	3
	2.3. Ведение мяча	3
	2.4. Броски мяча	3
3	Тактическая	10
	3.1. Действия игрока в защите	5
	3.2. Действия игрока в нападении	5

4	Физическая	10
	4.1. Общая подготовка	5
	4.2. Специальная	5
5	Участие в соревнованиях по баскетболу	3
ИТОГО		34

2.2 Условия реализации программы

Материально техническое обеспечение : Спортивный баскетбольный зал, баскетбольные мячи, конусы, фишки, скакалки, гимнастические коврики, легкоатлетические барьеры, гимнастические резинки, гимнастические маты, теннисные мячи.

Информационное обеспечение : Видео источник для разборов ошибок на играх и тренировках, интернет источники.

Методическое обеспечение: особенности организации обучения – очная, методы обучения – словесный , наглядный, практический, игровой.

Методы воспитания – поощрение, стимулирование, мотивация.

Педагогическая технология группового обучения .

2.3 Форма аттестации

Товарищеские игры, соревновательные игры, первенство школы, района, города, республики.

2.4 Методические материалы

Структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической и определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2009) и комплексной программы физического воспитания учащихся I-XI классов (В.И.Лях, Л.А.Зданевич, «Просвещение». М. 2011). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 680520180065859554254988318067914125794009671673

Владелец Кремпович-Герасименко Людмила Сергеевна

Действителен с 06.12.2022 по 06.12.2023