

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 31»  
муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым**

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом

МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь

от «\_\_» августа 2025 г.

Протокол №

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ «СОШ № 31»

г.Симферополь

\_\_\_\_\_ Скребец О.Н.

Подпись

«\_\_» сентября 2025 г.

М.п.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Баскетбол»**

Направленность физкультурно-спортивная

Срок реализации программы 1год

Вид программы модифицированная

Уровень базовый

Возраст обучающихся 15-17 лет

Составитель: Литвиненко Евгений Николаевич, педагог-дополнительного образования

г. Симферополь, 2025

# **1. Комплекс основных характеристик программы**

## **1.1. Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовая основа программы:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Национальный проект «Молодежь и дети»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. №04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;
- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Устав МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополь;
- образовательная программа дополнительного образования МБОУ средняя общеобразовательная школа № 31;
- положение об образовательной общеразвивающей программе дополнительного образования МБОУ «СОШ № 31» г. Симферополя

### **Направленность программы - физкультурно-спортивная**

**Содержание дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ должно быть ориентировано на:**

- 1) создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- 2) удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом, научно-техническим творчеством;
- 3) формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку одаренных и талантливых детей и молодежи;
- 4) обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового и этнокультурного воспитания учащихся, сохранение народного творчества, традиций, ремесел, культурного наследия регионов;
- 5) формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- 6) выявление и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности в

области физической культуры; мотивации вовлечения обучающихся в массовый спорт.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы в том, что спортивные игры являются важнейшим средством развития физических качеств и активности школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей этого возраста. В основе спортивных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых школьники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

### **Новизна**

- Новизна программы находит свое отражение в том, что в ходе ее реализации будет осуществляться обучение мальчиков и девочек одновременно на одном тренировочном занятии;
- новизна данной образовательной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию школьника, но и базовые знания спортивной игры, а также техники и тактики игры в баскетбол, что способствует значительно лучшему освоению школьной программы по физической культуре.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью данной образовательной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

### **Педагогическая целесообразность**

Заключается в том, что процессе изучения у занимающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, школьники приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия физическими упражнениями и спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, а так же способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому школьники смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Школьники, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

### **Адресат программы**

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы, учащиеся 15-17 лет.

### **Объем и срок освоения программы**

Количество учебных часов в 1 группе – 68 часа. Срок освоения образовательной программы - 1 год.

## Уровень программы

– Базовый.

## Формы обучения

– Очная.

## Особенности организации образовательного процесса

**Состав группы** постоянный.

**Занятия** групповые.

**Виды занятий** по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать соревнования и другие виды учебных занятий и учебных работ.

## Режим занятий

В неделю 1 занятие, продолжительностью 2 часа. Всего 68 часов в год. Поскольку программа носит физкультурно-спортивную направленность, перерыв в течение занятий не предусмотрен.

### 1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - изучение спортивной игры баскетбол. Игра в баскетбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально - волевых качеств.

- **образовательные** - развить интерес к спорту, помочь приобрести определенные навыки и умения по виду спорта "баскетбол";

- **личностные** - привить навыки здорового образа жизни и повысить уровень физического развития;

- **метапредметные** - укрепить мотивацию к занятию баскетболом, сформировать потребность в саморазвитии и достижении целей.

### 1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы «Баскетбол» направлена на: воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к русской культуре, ее традициям; уважение к высоким образцам культуры других стран и народов; развитие доброжелательности в оценке творческих работ товарищей и критическое отношение к своим работам; воспитание чувства ответственности при выполнении своей работы.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию в спортивных мероприятиях объединения, учреждения, города.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к спортивным занятиям и уровня личностных достижений учащихся.

### 1.4. Содержание программы

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения, группа 1

Таблица 1.4.1

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		
2	Общефизическая подготовка	21		21	
3	Техника защиты и нападения	20		20	
4	Тактика защиты и нападения	24		24	
5	Выполнение нормативов за год	2		2	Тестирование
	Итого	68		67	

### Содержание учебного плана

**1. Вводное занятие.** Формирование группы и знакомство с детьми. Сбор заявлений и медицинских справок. Упражнения общей физической подготовки. Правила поведения и техника безопасности в спортивном зале и на открытой площадке. Подвижные игры.

**2. Общеразвивающие физические упражнения. Подвижные игры.** Правила игры в баскетбол. ОФП. Сдача нормативов в зависимости от возраста воспитанников. (см. приложение-1)

**3. Техника защиты и нападения.** Гигиена спортсмена. Специальные физические упражнения. Разновидности бега в баскетболе. Разновидности стойки баскетболиста в нападении. Прыжки. Остановка. Повороты в баскетболе. Ловля мяча одной и двумя руками. Передача мяча одной и двумя руками. Ведение мяча. Разновидности броска мяча. Отработка изученных приемов. Учебная игра в баскетбол.

Виды стоек в защите. Распорядок дня спортсмена. Передвижения защитника. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске. Борьба за отскочивший мяч. Отработка приемов в игре. Игра в баскетбол.

**4. Тактика защиты и нападения.** Действия игрока без мяча. Заслон в баскетболе. Режим питания спортсмена. Выход для овладения отскоком мяча. Действия игрока с мячом. Быстрый и сверхбыстрый прорыв. Длительный контроль мяча в баскетболе. Комбинация «треугольник». «Восьмерка» в баскетболе. Позиционное нападение. «Баскетбол двумя мячами». Быстрый прорыв. Отработка

приемов в игре. Учебная игра. Игра в баскетбол с использованием изученных приемов.

Тактика защиты против игрока без мяча. Командная тактика защиты. Виды защит в баскетболе. Отработка приемов в игре. Игра в баскетбол.

**5. Выполнение нормативов за год.** Сдача нормативов в зависимости от возраста воспитанников (см. приложение).

### **1.5. Планируемые результаты**

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен:

- знать теоретический раздел программы;
- уметь выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных;
- программными требованиями;
- владеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения;
- повысить уровень своего физического развития.

#### **Предметные результаты**

- формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

#### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график, группа 1

Уровень: базовый, год обучения

Таблица 2.1.1

	1 полугод																		2 полугодие																			
Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь					январь				февраль				март			апрель				Май				
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	34	35	
Кол-во часов в месяц(гр.)	8					8				8				8					8				8				6			8				6				
Кол-во часов в неделю (гр.)	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	
Аттестация/ формы контроля													Тестирован																					Тестирование				
	<p><b>Объем учебной нагрузки на учебный год 68 часа</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- количество учебных недель - 34</li> <li>- количество учебных дней - 5</li> <li>- в каникулярное время программа не реализуется</li> <li>- сроки реализации с сентября по май</li> </ul>																																					

## 2.2. Условия реализации программы

- Материально-техническое обеспечение - школьный стадион, спортивный зал, необходимые оборудования и инвентарь (скакалки, набивные мячи, мячи, стойки, гимнастические маты, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, теннисные мячи);

- информационное обеспечение - видео, фото;

- кадровое обеспечение – осуществляется педагогом дополнительного образования;

Методическое обеспечение - методы, направленные на приобретение знаний (рассказ, беседа, объяснение, инструктирование);

- методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчлененного и целостного упражнения);

- методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических способностей (равномерный, повторный, игровой, интервальный, метод круговой тренировки);

- формы организации учебного занятия - соревнование, турнир, чемпионат, эстафета;

- педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, здоровьесберегающая технология, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная технология обучения;

- алгоритм учебного занятия - краткое описание структуры занятия и его этапов;

дидактические материалы - раздаточные материалы, упражнения, технологические карты, задания, и т.п.

## 2.3. Формы аттестации

Даны нормативы по видам программы по всем возрастным категориям в таблицах:

Тестирование для мальчиков

Таблица 2.3.1

№	Тестирование	15 лет	16-17 лет
1	Челночный бег 3 x 10 м (сек.)	7.8	7.2
2	Прыжок в длину с места (см.)	178	200
3	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	37	45
4	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек	25	27
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	8	9

## Тестирование для девочек

Таблица 2.3.2

№	Тестирование	15 лет	16-17 лет
1	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9.0	8.1
2	Прыжок в длину с места (см)	160	180
3	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	34	36
4	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек	19	25
5	Отжимание в упоре лежа (раз)	16	19

## 2.4. Список литературы

### Литература для учителя:

Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 2012г.

Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания, 2011г.

Журнал «Физическая культура в школе».

### Литература для обучающихся:

Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

### Литература для родителей:

Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации, /авт. – сост. канд. педагогических наук А. Н. Каинов. - Волгоград: Учитель, 2010.

Рабочая программа по физической культуре В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2013.

Физическая культура. 10-11 классы, под общ. ред. М. Я. Виленского - М.: Просвещение, 2013

## 3. Приложения

### 3.1. Оценочные материалы

Таблица 3.1.1

№	ФИО занимающегося	Форма аттестации/контроля	Дата	Зачёт/незачёт	Подпись преподавателя

### 3.2. Методические материалы

- ГТО - система физкультурно-спортивного воспитания  
<https://www.gto.ru/#gto-method>
- <https://urok.1sept.ru/articles/585720>
- <https://urok.1sept.ru/articles/67312y678>

### 3.3. Календарно-тематическое планирование, 1 группа

Таблица 3.3.1

№ занятия	Тема учебного материала	Кол - во часов	Дата проведения	Дано фактически	Форма аттестации/ контроля
1	2	3	4	5	6
1-2	Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча. Правила игры.	2			
3-4	Передача мяча двумя руками от груди в движении.	2			
5-6	Передача мяча двумя руками от груди в движении. Учебная игра.	2			
7-8	Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Учебная игра.	2			
9-10	Бросок мяча одной рукой от плеча в движении. Учебная игра.	2			
11-12	Ведение мяча с переводом на другую руку. Учебная игра.	2			
13-14	Передвижения в защитной стойке. Бросок мяча в движении. Учебная игра.	2			
15-16	Ведение, бросок и передача мяча. Учебная игра.	2			
17-18	Передача мяча от плеча. Остановка двумя шагами. Учебная игра.	2			
19-20	Остановка двумя шагами. Жесты судей в баскетболе. Учебная игра.	2			
21-22	Передача мяча в колоннах. Учебная игра.	2			Тестирование
23-24	Передача и броски мяча двумя руками сверху. Учебная игра.	2			
25-26	Ведение правой, левой рукой. Передача от головы в парах. Учебная игра.	2			
27-28	Броски изученными способами. Жесты судей. Учебная игра.	2			
29-30	Ведение правой, левой рукой. Передача от головы в парах. Учебная игра.	2			
31-32	Броски ранее изученными способами. Учебная игра.	2			
33-34	Передачи и ведение мяча ранее	2			

	изученными способ. Учебная игра.				
35-36	Бросок мяча в движении после двух шагов. Учебная игра.	2			
37-38	Бросок мяча в движении после двух шагов. Учебная игра.	2			
39-40	Передвижения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	2			
41-42	Действия одного защитника против двух нападающих. Развитие быстроты. Игра.	2			
43-44	Сочетания изученных элементов в различных связках. Учебная игра	2			
45-46	Броски мяча в движении после двух шагов. Учебная игра.	2			
47-48	Взаимодействия двух игроков. Учебная игра.	2			
49-50	Штрафной бросок. Учебная игра.	2			
51-52	Сочетание элементов в различных связках Учебная игра.	2			
53-54	Передачи мяча в зависимости на задан. расстояние. Учебная игра.	2			
55-56	Передачи мяча на месте и в движении. Учебная игра.	2			
57-58	Бросок мяча в движении после двух шагов. Учебная игра.	2			
59-60	Броски мяча в движении после двух шагов. Учебная игра.	2			Тестирование
61-62	Передвижения в защитной стойке вперед, назад, в стороны. Учебная игра.	2			
63-64	Передача и ловля мяча изученными способами.	2			
65-66	Броски мяча ранее изученными способами. Учебная игра.	2			
67-68	Жесты судей в баскетболе. Учебная игра.	2			
Всего часов:		<b>68</b>			

### 3.4. Лист корректировки

Руководитель \_\_\_\_\_

Таблица 3.4.1

№	Название раздела	Тема урока	Дата проведения по плану	Причина коррекции	Корректирующее мероприятие	Дата проведения по факту

### 3.5. План воспитательной работы

Таблица 3.5.1

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1	Игры в "Баскетбол"	В течение года	Литвиненко Е.Н.	
2	Проведение бесед о доброжелательности в оценке работ товарищей	В течение года	Литвиненко Е.Н., классные руководители	
3	Принять участие в общешкольных спортивных мероприятиях	В течение года	Заместитель директора по ВР	
4	Мастер-класс от успешных спортсменов	Февраль	Литвиненко Е.Н.	
5	Посещение и просмотр соревнований	Март-апрель	Литвиненко Е.Н.	