

**Комитет по образованию Санкт-Петербурга**  
**Администрация Красносельского района Санкт-Петербурга**  
**ГБОУ СОШ №549**

**РАССМОТРЕНА**

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом № 210-од  
от 30.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 9-17 лет  
Срок освоения: 1 год

Разработчик:  
**Жигула Алена Сергеевна,**  
методист

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность образовательной программы объединения "Баскетбол" – физкультурно-спортивная. Программа направлена на начальную подготовку баскетболистов, где осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники баскетбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки.

**Актуальность программы.** Баскетбол – один из самых массовых видов спорта, культивируемых в нашей стране. Программа учитывает развитие современного баскетбола, составлена с учетом новых тенденций в баскетболе, как все более скоростного и зрелищного вида спорта. Баскетбол является мощным средством воспитания необходимых жизненных качеств как психологических, так и физиологических. Реализация программы будет способствовать профилактике негативных явлений, возникающих в подростковом социуме, через пропаганду здорового образа жизни. Программа обеспечит улучшение внимания, повышение ответственности и уважения к сверстникам.

**Отличительная особенность программы** – в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий баскетболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям баскетболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

**Адресат программы:** учащиеся в возрасте от 9 до 17 лет, при наличии у них интереса к спортивной деятельности, путем выявления их способностей.

**Уровни освоения программы:** общеобразовательный

**Объем и срок реализации программы:** программа рассчитана на 1 учебный год, в объеме 144 часа.

**Цель программы:** Укрепление здоровья и всестороннее развитие детей (развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей).

### **Задачи программы:**

#### ***- обучающие:***

- обучение техническим приёмам и правилам игры;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

#### ***- развивающие:***

- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;

#### ***- воспитательные:***

- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

### **Условия реализации программы:**

- ***Язык реализации программы*** – русский.

- **Условия набора учащихся** – для обучения по программе принимаются учащиеся в возрасте 9-12 лет независимо от уровня подготовленности на основании заявления от родителей (законных представителей) ребенка. Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью.
- **Условия формирования групп** – группы формируются разновозрастные, либо по уровню подготовки.
- **Количество обучающихся в группе** – не менее 15 человек.
- **Особенности организации образовательного процесса** – разминка, тренировочная часть, игровая часть.
- **Формы организации деятельности учащихся на занятии** – групповая, индивидуальная, аудиторная, неаудиторная, очная.
- **Материально-техническое оснащение** – спортивный зал с разметкой, технические средства обучения (мячи, баскетбольные стойки с кольцами, конусы, скамейки).
- **Кадровое обеспечение** – данную образовательную программу реализует педагог дополнительного образования с соответствующими квалификационными характеристиками по должности «педагог дополнительного образования».

### **Планируемые результаты**

#### ***Личностные:***

- укрепление здоровья;
- всестороннее гармоничное развитие личности обучающегося;
- закаливание организма формирование морально-этических и волевых качеств;
- устранение недостатков физического развития;
- воспитание черт спортивного характера;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;

#### ***Метапредметные:***

- формирование интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- формированию жизненно важных двигательных качеств, навыков и умений;
- осознание значимости социальных и межличностных отношений;
- развитие аэробной выносливости, скорости, ловкости, силовых и координационных способностей;

#### ***Предметные:***

- формирование интереса к выбранному виду спорта – баскетболу;
- овладение основами техники баскетбола и основами соревновательной деятельности;
- обучение основам техники и тактики игры в баскетбол и широкому кругу двигательных навыков содействовать;
- приобретение учащимися знаний о баскетболе в целом, их отличительных особенностях, достоинствах и недостатках, о способах самозащиты и первой помощи в экстремальных ситуациях;

**Учебный план образовательной программы  
«Баскетбол»**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Охрана труда, правила поведения на занятиях	4	4	0	Беседа
2.	Основы игры в баскетбол.	10	3	7	Игровая практика.
3.	Броски в корзину.	14	1	13	Количественный норматив.
4.	Ведение мяча.	16	1	15	Временной норматив.
5.	Передача и ловля мяча.	16	1	15	Игровая практика.
6.	Действия защитника.	12	1	11	Игровая практика.
7.	Баскетбол без ведения.	12	1	11	Игровая практика.
8.	Стритбол.	18	1	17	Игровая практика.
9.	Реализация большинства.	18	1	17	Игровая практика.
10.	Баскетбол 5х5.	16	3	13	Соревновательная деятельность.
11.	Итоговое занятие	8	0	8	Сдача нормативов
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>23</b>	<b>121</b>	

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 549 с углубленным изучением английского языка  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ СОШ № 549)**

УТВЕРЖДЕН  
Приказом №210 – од от 30.08.2023

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Баскетбол»

на 2023-2024 учебный год

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала обучения по программе</b>	<b>Дата окончания обучения по программе</b>	<b>Количество учебных недель</b>	<b>Количество учебных дней</b>	<b>Количество учебных часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность одного часа составляет 40 минут

**Режим работы в период школьных каникул**

Занятия проводятся по расписанию или утвержденному временному расписанию, составленному на период каникул, в форме экскурсий, работы творческих групп, выездов и т.п.