

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Ракитянская средняя общеобразовательная школа №3 имени Н.Н. Федутенко»
Ракитянского района Белгородской области

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
МОУ «Ракитянская средняя
общеобразовательная школа
№3 им. Н.Н. Федутенко»
Протокол № _____
г « ____ » _____ 2022г.

Согласовано
Заместитель директора
МОУ «Ракитянская средняя
общеобразовательная школа
№3 им. Н.Н. Федутенко»
_____/Бойко А.А./
от « ____ » _____ 2022 г.

Утверждено
Директор
МОУ «Ракитянская средняя
общеобразовательная
школа №3 им. Н.Н.
Федутенко»
_____/Шатная
М.Н./
Приказ № ____
от « ____ » _____ 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**дополнительного образования
«ВОЛЕЙБОЛ»
Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 11-16 лет
Срок реализации программы: 1 год (34 часа)
Уровень программы: базовый**

Автор-составитель:
Петинов В.П.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа "Баскетбол"- физкультурно-спортивной направленности, базового уровня.

Автор-составитель программы Петинов Вячеслав Петрович, учитель муниципального общеобразовательного учреждения "Ракитянская средняя общеобразовательная школа №3 имени Н.Н. Федутенко".

Год разработки программы: 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа "Баскетбол" разработана на основе следующих программ: Учебная программа спортивно-оздоровительной направленности предназначена для

организации занятий по баскетболу во внеурочной деятельности школьников.

Программа составлена на основе программы «Внеурочная деятельность учащихся.

Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа "Баскетбол" рассмотрена и принята на заседании Педагогического совета от "___" _____ 2022 г., протокол №_____.

Содержание

Пояснительная записка

Формы занятий

Прогнозируемые результаты и способы их проверки

Календарно-тематическое планирование

Пояснительная записка

Учебная программа спортивно-оздоровительной направленности предназначена для организации занятий по баскетболу во внеурочной деятельности школьников.

Программа составлена на основе программы «Внеурочная деятельность учащихся.

Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

В настоящее время баскетбол как вид спорта получил широкое распространение в России и мире. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом позволило России добиться успехов на международной арене. Тем не менее проблемы подготовки спортивных резервов по баскетболу существуют. Речь идет в первую очередь о повышении класса массового баскетбола в обычных общеобразовательных и спортивных школах, так как именно в этой среде рождаются таланты, воспитывается резерв сборных команд страны. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата.

Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения

создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Программа по баскетболу для учащихся способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об **актуальности программы**.

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Цели и задачи

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

Цель программы - углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи программы:

обучающие

- 1) Ознакомиться с основными правилами игры в баскетбол;

воспитательные

- 2) содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;

- 3) воспитать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику;

развивающие

- 4) способствовать укреплению опорно – двигательного аппарата, развитию быстроты, гибкости, ловкости

- 5) развивать координационные способности и силу воли.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности, психофизических и интеллектуальных возможностях детей .

Продолжительность занятий определяется их интенсивностью. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность по баскетболу в школе и вне ее.

Срок реализации программы – 1 год.

Формы занятий: теоретические, практические, участие в соревнованиях.

Особенности набора детей – свободный набор

Режим занятий: 34 часа, 1 раза в неделю – по 1 академическому часу.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки:

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать:

- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, стране.
- Правила игры в баскетбол.
- Тактические приемы в баскетболе.

Уметь:

- Выполнять основные технические приемы баскетболиста.
- Проводить судейство матча.
- Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности:

- Воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Календарно-тематическое планирование

	Наименование разделов и тем	Часы учебного времени	Сроки проведения		Примечание ЭОР и ЦОР
			По плану	По факту	
1.	Техника безопасности на занятиях баскетболом.	1			
2.	Общая физическая подготовка	1			
3.	Специальная подготовка	1			
4.	Общая физическая подготовка	1			
5.	Техническая подготовка	1			
6.	Общая физическая подготовка	1			
7.	Специальная подготовка	1			
8.	Общая физическая подготовка	1			
9.	Специальная подготовка	1			
10.	Общая физическая подготовка	1			
11.	Тактическая подготовка	1			
12.	Общая физическая подготовка	1			
13.	Специальная подготовка	1			
14.	Общая физическая подготовка	1			
15.	Тактическая подготовка	1			
16.	Техническая подготовка Т.Б на занятиях баскетболом	1			
17.	Общая физическая подготовка	1			
18.	Техническая подготовка	1			
19.	Общая физическая подготовка	1			
20.	Тактическая подготовка	1			
21.	Общая физическая подготовка	1			
22.	Техническая подготовка	1			
23.	Тактическая подготовка	1			
24.	Игровая подготовка	1			
25.	Техническая подготовка	1			
26.	Тактическая подготовка	1			
27.	Общая физическая подготовка	1			
28.	Тактическая подготовка	1			
29.	Общая физическая подготовка	1			
30.	Специальная подготовка Техническая подготовка	1			
31.	Техническая подготовка	1			
32.	Общая физическая подготовка	1			
33.	Соревнования Общая физическая подготовка	1			
34.	Игровая подготовка	1			

