МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 82 «РАЗВИТИЕ»

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от
26.08..2026 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ от 26.08.2026 г. № 67-од

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Баскетбол»

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 11–17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель
Программы:
Тенятова Е.Н.

Новосибирск, 2026

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Методист _____ / Орлова И.С.
Подпись, Ф.И.О.

«25» августа 2026 г.

Паспорт программы «БАСКЕТБОЛ»
для размещения в ГИС «Навигатор ДО НСО»

1	Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «БАСКЕТБОЛ»
2	Публичное наименование программы	Программа «БАСКЕТБОЛ»
3	Краткое описание программы	Занятия по баскетболу развивают физические качества, формируют волю к победе, способность к командному взаимодействию.
4	Описание программы	Программа по баскетболу направлена на формирование у обучающихся устойчивой мотивации и потребности в бережном отношении к своему здоровью, творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Занятия по баскетболу позволят обучающимся сформировать волю к победе, способность к командному взаимодействию, получить опыт побед и поражений, закалить характер, воспитать в себе целеустремленность и трудолюбие. Взаимодействуя в команде, дети получат навыки сотрудничества. Программа включает в себя три тематических модуля, что позволит обучающимся овладеть базовыми знаниям в баскетболе.
5	Учебный план	Модуль «Баскетбол» Теория – 4,5 часа Практика – 139,5 часов Аттестация – 4 часа Итого: 144 часа Итого: 144 часа
6	Цель программы	Укрепление здоровья, развитие физических и личностных качеств обучающихся через занятия избранным видом спорта **Задачи программы:** *Личностные:* – воспитывать ответственность, дисциплинированность, упорство, самообладание; – воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни;

		– развивать интерес к физической культуре, избранному виду спорта. *Метапредметные:* – формировать умение анализировать свою деятельность, ставить цель, определять пути её достижения, находить и исправлять ошибки; – формировать навыки поиска информации, умение пользоваться справочной литературой, электронными источниками; – формировать навыки организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, подвижными играми, различными формами активного отдыха и досуга; – формировать навыки общения и умение действовать в команде; – формировать и развивать необходимые физические качества: выносливость, быстроту, ловкость, силу, координацию движений. *Предметные:* – познакомить с техникой безопасности при проведении занятий и соревнований; – познакомить с историей возникновения и развития баскетбола,знаменитыми и выдающимися спортсменами; – познакомить с терминологией и правилами спортивных игр; – обучить тактическим и техническим приемам игры; – познакомить с правилами проведения соревнований, основами судейства.
7	Ожидаемые результаты	*Личностные результаты:* У обучающихся будут развиты: – ответственность, дисциплинированность, упорство, самообладание; – потребность к ведению здорового образа жизни; – интерес к избранному виду спорта. *Метапредметные:* У обучающихся будут сформированы: – умение анализировать свою деятельность, ставить цель, определять пути её достижения, находить и исправлять ошибки; – умение находить ошибки при выполнении

		заданий, анализировать и отбирать способы их исправления; – навыки поиска информации, умение пользоваться справочной литературой, электронными источниками; – навыки общения и умение действовать в команде; – необходимые физические качества: выносливость, быстрота, ловкость, сила, координация движений. *Предметные:* Обучающиеся будут знать: – технику безопасности при проведении занятий и соревнований; – историю возникновения и развития избранного вида спорта, знаменитых и выдающихся спортсменов; – терминологию и правила спортивных игр; – тактические и технические приемы игры; – правила проведения соревнований, основы судейства.
8	Особые условия	Наличие справки о состоянии здоровья
9	Преподаватели	Тенятова Елена Николаевна, Учитель физкультуре, высшее, 1 квалификационная категория.
10	Материально-техническая база	Учебное помещение – спортивный зал, площадью 277,1 кв. м, соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»). При проведении занятий в теплое время года – спортивная площадка или школьный стадион. ***Материально-техническое обеспечение*** спортивный инвентарь (кольца для баскетбола, мячи баскетбольные, сетки баскетбольные, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки).

		Информационное обеспечение ЭОР, ИКТ, ИОР, сайты
11	Обложка	Фото с занятий
12	Галерея	Дополнительные фотографии с занятий, которые придадут программе большую наглядность.
13	Видеоматериал	Загружается с ресурсов, разрешенных на территории Российской Федерации. Код вставки видео вставляется в раздел Основное – Код видео (под разделом Описание расписания) уже в сохраненной программе.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка 8

1.2. Цель и задачи программы 10

1.3. Планируемые результаты 11

1.4. Содержание программы 12

1.5. Система контроля 14

Раздел 2. Рабочая программа воспитания

2.1. Цель и задачи, целевые ориентиры 15

2.2. Формы и методы воспитания 15

2.3. Условия организации воспитания 16

2.4. Календарный план воспитательной работы 16

Раздел 3 Комплекс организационно-педагогических условий

3.1 Календарный учебный график (общий КУГ) 17

3.2 Условия реализации программы 17

Раздел 4 Приложение к ДОП

4.1 Календарный учебный график (тематический КУГ) 22

4.2 Оценочные материалы..... 23

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. Многочисленные данные научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагополучной динамике основных показателей здоровья обучающихся. На здоровье детей оказывают влияние множество факторов: состояние экологии, образ жизни, качество оказания медицинских услуг, недостаточно развитая система сохранения и укрепления здоровья. Именно школа, где дети проводят значительное количество времени, способна стать важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья. Формой организации физкультурно-спортивной деятельности обучающихся в спортивной секции.

Программа по баскетболу направлена на формирование у обучающихся устойчивой мотивации и потребности в бережном отношении к своему здоровью, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся разделы программы, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

Отличительная особенность программы в том, что она направлена не только на получение детьми знаний, умений и навыков по выбранному виду спорта, но и обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в двигательной активности и познавательной деятельности.

Занятия в секции баскетбол позволят обучающимся сформировать волю к победе, способность к командному взаимодействию, получить опыт побед и поражений, закалить характер, воспитать в себе целеустремленность и трудолюбие. Взаимодействуя в команде, дети получат навыки сотрудничества.

Индивидуальный подход позволит обучающимся добиться определенных спортивных результатов в соответствии с их стремлением и возможностями. Соревновательная деятельность в рамках реализации программы выявит способных и одаренных в спортивном отношении детей.

Модульное построение программы максимально учитывает интерес обучающихся к баскетболу, развивает физические и личностные качества на

основе учёта индивидуальных, возрастных, психологических и физиологических особенностей детей. Возможность освоения одного или нескольких модулей программы позволяет обучающимся определить линейную или нелинейную последовательность их изучения (последовательно или параллельно). Обучающиеся могут самостоятельно или с помощью взрослого построить индивидуальный маршрут, определив набор модулей, исходя из образовательных потребностей и уровня знаний, освоить программу в соответствии со своими возможностями и интересами на доступном уровне сложности.

Программа включает в себя три тематических модуля, что позволит обучающимся овладеть базовыми знаниями по баскетболу.

Целевая аудитория

Участниками программы являются учащиеся 11–17 лет МБОУ ЦО №82 «Развитие» Набор обучающихся свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и проявляющие интерес к занятиям данным видом спорта.

Наполняемость группы – до 20 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группа мальчиков.

Объем программы

Модули программы	Количество часов
Баскетбол	144 часа
ВСЕГО:	144часа

Особенности организации образовательного процесса

Язык реализации программы: русский.

Срок освоения программы: 1 год.

Уровень программы: стартовый, базовый.

Модульный принцип освоения материала позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

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, подсчет и т. д. Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях. 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 обучающихся сформировались некоторые навыки игры.

Формы реализации образовательной программы: очная.

Организационные формы обучения:
Основными видами организации занятий являются:
– групповые практические тренировочные занятия;
– групповые теоретические;
– просмотр обучающего видеоконтента;
– контрольные занятия;
– открытые занятия;
– участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим.

Теоретические занятия проводятся в виде: объяснений, бесед, команд, демонстраций иллюстраций, плакатов, таблиц и др.

Практические занятия проводятся в виде: учебных тренировок, выполнения упражнений, подвижных и спортивных игр, эстафет, сдачи контрольных нормативов.

Режим занятий: занятия каждого модуля программы проводятся 2 раза в неделю в течение 36 учебных недель.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: укрепление здоровья, развитие физических и личностных качеств обучающихся через занятия избранными видами спорта в рамках школьного спортивного клуба.

Задачи программы:
Личностные:
– воспитывать ответственность, дисциплинированность, упорство, самообладание;
– воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни;
– развивать интерес к физической культуре, избранному виду спорта.

Метапредметные:
– формировать умение анализировать свою деятельность, ставить цель, определять пути её достижения, находить и исправлять ошибки;

– формировать навыки поиска информации, умение пользоваться справочной литературой, электронными источниками;

– формировать навыки организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, подвижными играми, различными формами активного отдыха и досуга;

– формировать навыки общения и умение действовать в команде;

– формировать и развивать необходимые физические качества: выносливость, быстроту, ловкость, силу, координацию движений.

Предметные:

– познакомить с техникой безопасности при проведении занятий и соревнований;

– познакомить с историей возникновения и развития избранного вида спорта, знаменитыми и выдающимися спортсменами;

– познакомить с терминологией и правилами спортивных игр;

– обучить тактическим и техническим приемам игры;

– познакомить с правилами проведения соревнований, основами судейства.

1.3. Планируемые результаты

Личностные результаты:

У обучающихся будут развиты:

– ответственность, дисциплинированность, упорство, самообладание;

– потребность к ведению здорового образа жизни;

– интерес к избранному виду спорта.

Метапредметные:

У обучающихся будут сформированы:

– умение анализировать свою деятельность, ставить цель, определять пути её достижения, находить и исправлять ошибки;

– умение находить ошибки при выполнении заданий, анализировать и отбирать способы их исправления;

– навыки поиска информации, умение пользоваться справочной литературой, электронными источниками;

– навыки общения и умение действовать в команде;

– необходимые физические качества: выносливость, быстрота, ловкость, сила, координация движений.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

– технику безопасности при проведении занятий и соревнований;

– историю возникновения и развития избранного вида спорта, знаменитых и выдающихся спортсменов;

– терминологию и правила спортивных игр;

– тактические и технические приемы игры;
– правила проведения соревнований, основы судейства.

В результате освоения программы у обучающихся будут сформированы:

- основы понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- основы безопасного поведения;
- представления о ценности физической культуры, эстетики спорта;
- культура самоконтроля своего физического состояния; стремление к соблюдению норм спортивной этики;
- стремление к командному взаимодействию, к общей победе.

У обучающихся будут развиты:

- уважение к старшим, наставникам;
- дисциплинированность, трудолюбие, воля, ответственность;
- интерес к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений.

Анализ результатов

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

1.4. Содержание программы

Программа состоит из 3-х модулей.

№ п/п	Название модуля	Количество часов	Форма промежуточной аттестации

		всего	теория	практика	
	Баскетбол	144	4,5	139,5	4

Содержание модуля «Баскетбол»

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности на занятии, правила гигиены.

Теория: знакомство с техникой безопасности в спортивном зале и на спортивной площадке во время проведения занятий по баскетболу, с правилами гигиены во время занятий, на тренировках.

Тема 2. История развития баскетбола.

Теория: знакомство с историей возникновения баскетбола в мире и России, хронология значимых событий в баскетболе, развитие игры, призёры Олимпийских игр.

Практика: тестирование, беседа.

Тема 3. Особенности организации и проведения соревнований.

Теория: изучение особенностей организации и проведения соревнований по баскетболу.

Практика: тестирование, беседа.

Тема 4. **Правила игры в баскетболе.**

Теория: изучение основных правил игры в баскетбол.

Практика: тестирование, беседа.

Тема 5. Общеразвивающие упражнения.

Практика: выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, участие в подвижных играх.

Тема 6. Упражнения на развитие силы.

Практика: выполнение комплекса упражнений на развитие силы, участие в подвижных играх.

Тема 7. Упражнения на развитие координации.

Практика: выполнение комплекса упражнений на развитие координации, участие в подвижных играх.

Тема 8. Упражнения на развитие скорости.

Практика: выполнение комплекса упражнений на развитие скорости, участие в подвижных играх.

Тема 9. Упражнения на развитие выносливости.

Практика: выполнение комплекса упражнений на развитие выносливости, участие в подвижных играх.

Тема 10. Скоростно-силовые упражнения.

Практика: выполнение комплекса скоростно-силовых упражнений, участие в подвижных играх.

Тема 11. Упражнения на скоростную выносливость.

Практика: выполнение комплекса упражнений, развивающих скоростную выносливость, участие в подвижных играх.

Тема 12. Упражнения на развитие общей выносливости.

Практика: выполнение комплекса упражнений на развитие общей выносливости, участие в подвижных играх.

Тема 13. Прием мяча.

Практика: отработка комплекса упражнений на формирование и оттачивание техники приёма мяча в баскетболе.

Тема 14. Передача мяча.

Практика: отработка комплекса упражнений на формирование и оттачивание техники передачи мяча в баскетболе.

Тема 15. Броски в кольцо.

Практика: отработка комплекса упражнений на формирование и оттачивание техники броска в кольцо в баскетболе.

Тема 16. Техника защиты.

Практика: отработка комплекса упражнений на формирование и оттачивание техники защиты в баскетболе.

Тема 17. Техника нападения.

Практика: отработка комплекса упражнений на формирование и оттачивание техники нападения в баскетболе.

Тема 18. Контрольные тесты, соревнования.

Практика: командные соревнования по баскетболу, сдача нормативов.

1.5 Система контроля

Для того чтобы оценить уровень освоения программы, в течение года используются следующие методы диагностики: беседа, наблюдение, контрольные испытания (тестирование) по общей физической подготовке учащихся по учебным нормативам, учёт личностных достижений воспитанников на соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и практических навыков проводится посредством проведения командных и индивидуальных соревнований.

Формы контроля:

- беседа;
- наблюдение;
- практическое занятие;
- контрольные испытания по физической подготовке;
- участие в соревнованиях;
- сдача норм ГТО.

В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, в середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень освоения программы.

Раздел 2. Рабочая программа воспитания

2.1. Цели и задачи, целевые ориентиры

Цель: развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей, принятых в российском обществе; формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни.

Задачи:

1. Формировать основы безопасного поведения.
2. Формировать представление о ценности физической культуры, об эстетике спорта.
3. Формировать культуру самоконтроля своего физического состояния, стремления к соблюдению норм спортивной этики.
4. Формировать стремление к командному взаимодействию, к общей победе.
5. Воспитывать уважение к старшим, наставникам.
6. Воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, волю, ответственность.
7. Развивать интерес к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений.

2.2. Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей является учебное занятие. В ходе учебных занятий обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Получение информации о достижениях в спорте, изучение биографий выдающихся российских спортсменов – источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения. Важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.

Практические занятия детей (тренировки, подготовка к соревнованиям, участие в дискуссиях, в коллективных творческих делах) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Участие в проектах и исследованиях способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, даёт опыт долгосрочной системной деятельности.

В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Итоговые мероприятия (соревнования, выступления, презентации проектов) способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

2.3. Условия организации воспитания

На начальном этапе работы с детьми и подростками важнейшей задачей является формирование спортивного интереса, дисциплины, коммуникативных навыков. Огромную роль играет мотивация учащихся на достижение определенного личностного результата.

С первых дней занятий следует начинать воспитание дисциплинированности и трудолюбия. Ведущее место в формировании нравственного сознания детей принадлежит методам убеждения, поощрения (одобрения, похвалы), наказания (замечание, устный выговор, разбор поступка).

Спортивный коллектив – важный фактор нравственного формирования личности. В решении задач по сплочению коллектива целесообразно включать в работу проведение спортивных и тематических праздников, дней здоровья и другие формы работ.

Не менее важная задача в деятельности педагога – воспитание волевых качеств. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей. Для их преодоления используется необычное для детей волевое напряжение. Поэтому одним из методов воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, также эффективным средством являются систематические занятия.

В воспитании сознательной дисциплины большое влияние оказывают посещаемость, четкое и организованное проведение учебно-тренировочных занятий. Занятия должны начинаться с построения, учета посещаемости и всегда в одно и тоже время. Это организует и дисциплинирует занимающихся.

Одна из задач педагога – научить детей организованности. Для этого необходимо не только своевременное посещение занятий, выполнение неукоснительно указаний педагога, но и чтобы учащийся постоянно следил за своей спортивной формой, спортинвентарем.

2.4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	«Золотая осень»	Легкоатлетический кросс	Сентябрь

2	«Веселые старты»	Соревнования	Октябрь
3	«Гордость спорта России»	Выставка	Октябрь
4	«Локобаскет – Школьная лига»	Соревнования	Сентябрь-ноябрь
5	Фестиваль ГТО (зимний)	Соревнования	Ноябрь-январь
6	Всероссийская олимпиада «Олимпийская команда»	Соревнования	Январь-март
7	Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания»	Соревнования	Январь-апрель
8	Всероссийские спортивные игры школьников «Президентские спортивные игры»	Соревнования	Январь-май
9	Фестиваль ГТО (летний)	Соревнования	Март-май
10	Турнир ко Дню Победы	Соревнования	Апрель-май

Раздел 3 Комплекс организационно-педагогических условий

3.1. Календарный учебный график - *https://www.s-82.ru/sites/default/files/2026/kalendarnyy_uchebnyy_grafik_urovnya_osnovnogo_obshchego_obrazovaniya_na_2026-2027_uchebnyy_god.pdf*

Название модуля	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
Баскетбол	01.09.2024	31.05.2025	36	144	2 ак. час 2 раза в неделю

3.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Перечень педагогов, занятых в реализации программы:

Тенятова Елена Николаевна, учитель физкультуры, первая квалификационная категория.

Материально-техническое обеспечение

Учебное помещение – спортивный зал, площадью 277,1 кв. м, соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

При проведении занятий в теплое время года – спортивная площадка или школьный стадион.

Перечень спортивного оборудования, технических средств обучения, спортивный инвентарь (кольца для баскетбола, мячи баскетбольные, сетки баскетбольные, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки).

Методическое обеспечение

Методические рекомендации:

1. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование» (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
2. Актуализированный Перечень приоритетных направлений обновления содержания и технологий дополнительного образования по направленностям (физкультурно-спортивной, художественной, социально-гуманитарной, технической, естественно-научной, туристско-краеведческой) на 2023 год *(утвержден Протоколом заседания Рабочей группы по дополнительному образованию детей Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха от 22.03.2023 года № Д06-23/06пр)* (https://modnso.ru/upload/iblock/76e/76e609d8f29500d268234383ffb85361.pdf).
3. Методические рекомендации «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также в организациях отдыха детей и их оздоровления» (письмо Министерства просвещения России от 15.04.2022 № СК-295/06).
4. Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций, разработанная Институтом изучения семьи, детства и воспитания РАО по заданию Министерства просвещения РФ. Одобрена на заседании

Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 23 июня 2022 года (https://институтвоспитания.рф/programmy-vospitaniya/).

5. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации разработаны ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» (https://институтвоспитания.рф/upload/iblock/da2/jnpcgff0oeer1hvl28kk500zy2z9kv6c.pdf).

6. Цифровой методический конструктор организатора воспитательной работы в школе (https://static.edsoo.ru/methodic_book/index.html).

Методические рекомендации РМЦ:

1. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные): методические рекомендации по разработке и реализации. – 3-е изд., изм. и дополн. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023. – 78 с. (https://modnso.ru/upload/iblock/822/8222ff54cce8d81ba9252a8b4fd01911.pdf)

2. Модульные дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы: особенности и структура / Методические рекомендации. – 2-е изд. изм. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023. – 22 с. (https://modnso.ru/upload/iblock/af9/af9eb6c0756c7a84c86e3686ff658ff0.pdf)

Литература для педагога:

1. Би К., Нортон К. Упражнения в баскетболе. Перевод с английского. – М., 1972.
2. Гатмен Билл, Финнеган Том. Всё о тренировке юного баскетболиста. – М., 2007.
3. Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастерства. – М., 1997.
4. Гомельский Е. Я. Энциклопедия баскетбола. – М., 2002.
5. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов. – М., 1972.
6. Костикова Л. В. Баскетбол. Азбука спорта. – М., 2002.
7. Кудряшов В. П., Мирошникова Т. И. Физическая подготовка юных баскетболистов. – Минск, 1970.
8. Кузин В. В. Полиеский С. А. Баскетбол. Начальный этап обучения. – М., 1999
9. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение. – М., 1972.
10. Лях В. И., Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов. – М., 2016.

11. Нестеровский Д. И. Баскетбол. Теория и методика обучения. – М., 2004.
12. Нестеровский Д. И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студентов высшего учебного заведений. – М., 2007.
13. Официальные правила баскетбола. – М., 2022.
14. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений. – М., 1973.
15. Портнов Ю. М. Программа дисциплины Теория и методика баскетбола. Для вузов физической культуры. – М., 2004.
16. Стонкус С. С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. – М.,1967.
17. Чернова Е. А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. – Самара, 2002.
18. Яхонтов Е. Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста. – М., 1985.

Информационное обеспечение

Нормативные документы

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020).
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года».
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ».
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
5. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
7. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678) (с изм. от 15.05.2023).
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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» (рзд. VI. Гигиенические

нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изм. от 02.02.2021).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Раздел 4 Приложение к ДОП

4.1 Календарный учебный график модуля «Баскетбол»

№	Тема занятия	Дата	Кол-во часов			Форма контроля / аттестации
			Теория	Практика	Всего	
1	Техника безопасности, правила гигиены баскетболиста		1	0	1	Наблюдение, беседа, тестирование
2	История развития баскетбола		2	0	2	Наблюдение, беседа, тестирование
3	Особенности организации и проведения соревнований		0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа, тестирование
4	Правила игры в баскетбол		1	1	2	Наблюдение, беседа, тестирование
5	Общеразвивающие упражнения		–	10	10	Наблюдение, беседа
6	Упражнения на развитие силы		–	10	10	Наблюдение, беседа
7	Упражнения на развитие координации		–	10	10	Наблюдение, беседа
8	Упражнения на развитие скорости		–	10	10	Наблюдение, беседа
9	Упражнения на развитие выносливости		–	10	10	Наблюдение, беседа
10	Скоростно-силовые упражнения		–	10	10	Наблюдение, беседа
11	Упражнения на скоростную выносливость		–	10	10	Наблюдение, беседа
12	Упражнения на развитие общей выносливости		–	10	10	Наблюдение, беседа
13	Приём мяча		–	10	10	Наблюдение, беседа

14	Передача мяча		–	10	10	Наблюдение, беседа
15	Броски в кольцо		–	10	10	Наблюдение, беседа
16	Техника защиты		–	12	12	Наблюдение, беседа
17	Техника нападения		–	12	12	
18	Контрольные тесты, соревнования		–	4	4	Командные соревнования по баскетболу, сдача нормативов
	Итого часов:		4,5	139,5	144	

4.2 Оценочные материалы

Применяется 3-балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, плохо переключаются с одного вида физической деятельности на другой, алгоритм упражнений забывается. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Необходимы все виды помощи: значительная – в начале изучения нового физического упражнения, элемента, задания; затем – на каждом этапе работы.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50–70%; умения и навыки сформированы, но недостаточно закреплены на практике. Двигательные упражнения выполняются, но с ошибками. Недостаточно объясняет выполняемые действия. Учащийся способен оценить движения других детей, способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Нуждается как в активизирующей, так и в организующей помощи педагога.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70–100% предусмотренным программой учебным планом; умения и навыки сформированы, знания не теряются, учащийся может применить их для выполнения аналогичных заданий и двигательных упражнений на практике. Учащийся быстро овладевает движениями, требуется незначительная активизирующая помощь педагога. Проявляет элементы творчества в двигательной активности: самостоятельно составляет простые варианты из

освоенных физических упражнений и игр, стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Контрольные нормативы

11–15 лет

Физические способности	*Контрольное упражнение*	*Возраст, лет*	*Уровень*					
			мальчики			*девочки*		
			низкий	*средний*	*высокий*	*низкий*	*средний*	*высокий*
Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 и выше	6,1-5,5	5,0 и ниже	6,4 и выше	6,3-5,7	5,1 и ниже
		12	6,0	5,8-5,4	4,9	6,2	6,0-5,4	5,0
		13	5,9	5,6-5,2	4,8	6,3	6,2-5,5	5,0
		14	5,8	5,5-5,1	4,7	6,1	5,9-5,4	4,9
		15	5,5	5,3-4,9	4,5	6,0	5,8-5,3	4,9
Координационные	Челночный бег 3*10 м, с	11	9,7 и выше	9,3-8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7-9,3	8,9 и ниже
		12	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,6-9,1	8,8
		13	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,5-9,0	8,7
		14	9,0	8,7-8,3	8,0	9,9	9,4-9,0	8,6
		15	8,6	8,4-8,0	7,7	9,7	9,3-8,8	8,5
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11	140 и ниже	160-180	195 и выше	130 и ниже	150-175	185 и выше
		12	145	165-180	200	135	155-175	190
		13	150	170-190	205	140	160-180	200
		14	160	180-195	210	145	160-180	200
		15	175	190-205	220	155	165-185	205
Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и ниже	1000-1100	1300 и выше	700 и ниже	850-1000	1100 и выше
		12	950	1100-1200	1350	750	900-1050	1150
		13	1000	1150-1250	1400	800	950-1100	1200
		14	1050	1200-1300	1450	850	1000-1150	1250
		15	1100	1250-1350	1500	900	1050-1200	1300
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	2 и ниже	6-8	10 и выше	4 и ниже	8-10	15 и выше
		12	2	5-8	10	5	9-11	16
		13	2	5-7	9	6	10-12	18
		14	3	7-9	11	7	12-14	20
		15	4	8-10	12	7	12-14	20

Силовые	Подтягивание на высокой перекладине (М), подтягивание на низкой перекладине (Д), кол-во раз	11	1	4-5	6 и выше	4 и ниже	10-14	19 и выше
		12	1	4-6	7	4	11-15	20
		13	1	5-6	8	5	12-15	19
		14	2	6-7	9	5	13-15	17
		15	3	7-8	10	5	12-13	18

16–17 лет

Физические способности	*Контрольное упражнение*	*Возраст, лет*	*Уровень*					
			юноши			*девушки*		
			низкий	*средний*	*высокий*	*низкий*	*средний*	*высокий*
Скоростные	Бег 30 м, с	16	5,2 и ниже	5,1-4,8	4,4 и выше	6,1 и ниже	5,9-5,3	4,8 и выше
		17	5,1	5,0-4,7	4,3	6,1	5,9-5,3	4,8 и выше
Координационные	Челночный бег 3*10 м, с	16	8,2 и ниже	8,0-7,6	7,3 и выше	9,7 и ниже	9,3-8,7	8,4 и выше
		17	8,1	7,9-7,5	7,2	9,6	9,3-8,7	8,4 и выше
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	16	180 и ниже	195-210	230 и выше	160 и ниже	170-190	210 и выше
		17	190	205-220	240	160	170-190	210 и выше
Выносливость	6-минутный бег, м	16	1100 и ниже	1300-1400	1500 и выше	900 и ниже	1050-1200	1300 и выше
		17	1100	1300-1400	1500 и выше	900 и ниже	1050-1200	1300 и выше
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	16	5 и ниже	9-12	15 и выше	7 и ниже	12-14	20 и выше
		17	5 и ниже	9-12	15 и выше	7 и ниже	12-14	20 и выше
Силовые	Подтягивание на высокой	16	4 и ниже	8-9	11 и выше	6 и ниже	13-15	18 и выше

	перекладине (М), подтягивание на низкой перекладине (Д), кол-во раз	17	5	9-10	12	6	13-15	18 и выше

Методические материалы

Программа основана на педагогических технологиях индивидуализации, игрового и группового обучения.

Индивидуализация обучения предполагает дифференциацию учебного материала, разработку заданий различного уровня трудности и объёма, разработку системы мероприятий по организации процесса обучения в конкретных группах, учитывающих индивидуальные особенности каждого обучающегося.

Образовательная технология разноуровнего обучения направлена на обеспечение равных возможностей получения качественного образования всем обучающимся с учётом разного уровня физической подготовки и физического развития. В основу образовательной технологии заложена идея внутригрупповой дифференциации, так как группа комплектуется из детей разного уровня развития и неизбежно возникает необходимость индивидуального подхода при разноуровневом обучении. Каждого обучающегося необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им и оцениваться педагогом, товарищами по группе, команде, родителями как успех, как победа ребенка над собой.

Игровые и групповые технологии (технологии игры в группе) занимают важное место во многих учебных дисциплинах, так как сама игровая деятельность – это особая сфера образовательного процесса. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка и отвечает его возрастным особенностям, потребностям и интересам. Игра в группе, в команде формирует типовые навыки социального поведения, систему ценностей личности и группы, ориентирует на групповые и индивидуальные действия, поощряет стремление к успеху. Игры в команде, групповые технологии в тренировочном процессе дают возможность повысить интерес к виду спорта, сдружить коллектив, развить стремление к соревнованиям, способствовать воспитанию упорства, смекалки, чувства ответственности, поощряют желание выполнять свое дело хорошо (лучше всех) и желание достичь успеха.

В групповой деятельности, даже в обычной эстафете, так популярной на любых спортивных соревнованиях, можно моделировать развитие ситуации в зависимости от задач группы, распределение ролей, очередности выступления, поощрять творчество и взаимовыручку, находить ответы и решения на сложные ситуации и проблемы. Творческий потенциал ребят во время командной игры

вырастает в несколько раз по сравнению с занятиями, ориентированными только на выполнение индивидуальных упражнений. Групповые технологии – это выработка у учащихся острого желания действовать результативно.

Групповые технологии на занятиях несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние человека, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой, дать общий эффект радости от общения к успешному преодолению трудностей.

Групповые технологии помогают восстановить физические и духовные силы, рождают спортивный здоровый азарт, дух команды, дух стремления к победе, чувство гордости за удачно проведенные соревнования.

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, подсчет и т. д.

– наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

– 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 сформировались некоторые навыки игры.

Модуль «Баскетбол»

1. Во время игры на площадке может находиться … игроков.

а) 4;

б) 5;

в) 6.

2. Игрок нападающей команды не должен находиться в зоне под корзиной более … секунд.

а) 5;

б) 4;

в) 3.

3. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде…

а) одно очко;

б) два очка;

в) три очка.

4. Сколько времени отводится на атаку корзины соперника (секунд)?

а) 15;

б) 20;

в) 24.

5. Какое максимальное количество времени даётся игроку на выбрасывание мяча?

а) 3 сек.;

б) 5 сек.;

в) 10 сек.