

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Тавринская средняя общеобразовательная школа»

Протокол педагогического совета
№ 1 от 26. 08. 2026г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
спортивной направленности
«Баскетбол»**

Срок реализации: 1 год (102 часа)

Автор-составитель: Евдокимов А.С.
педагог дополнительного образования

с.Русская Тавра

СОДЕРЖАНИЕ

1. Основные характеристики программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Планируемые результаты.....	5
1.4. Содержание программы.....	6
2. Организационно-педагогические условия.....	8
2.1. Календарный учебный график.....	8
2.2. Условия реализации программы.....	8
2.3. Формы контроля и оценочные материалы.....	8
3. Список литературы.....	9

Основные характеристики программы

Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы: на формирование нравственного воспитания детей и подростков, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии со следующими **нормативными правовыми актами и государственными программными документами:**

Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ)

Федеральный закон от 04.08.2023 №479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»

Федеральный закон РФ от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.)

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р

Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период 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»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм»

Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок)

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 №785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»

Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 №582-д «Об утверждении Методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»

Устав МАОУ «Тавринская СОШ», утвержденный Приказом Муниципального отдела управления образованием Красноуфимского муниципального округа № *** от***.

Актуальность программы заключается в том, что она определяет содержание, основные пути развития спортивного воспитания и направлена

Адресат программы.

Возраст обучающихся: 10 -16 лет

Характеристика возрастных особенностей

Наполняемость группы: от 7 до 20 обучающихся.

Принципы формирования учебных групп: набор осуществляется на добровольной основе в соответствии с интересами детей и их мотивацией к данному виду деятельности. Конкурсный отбор не предусмотрен.

Объем общеразвивающей программы: на весь период обучения запланировано 102 часа.

Срок освоения программы, определенный ее содержанием, - 1 год (34 учебных недели).

Особенности организации образовательного процесса.

Режим занятий.

Продолжительность занятий в группах устанавливается в соответствии с санитарными нормами и правилами и рассчитана в академических часах с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Продолжительность одного академического часа – 40 минут. Перерыв между занятиями - 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 3 часа.

Занятия по данной дополнительной общеобразовательной программе организованы с периодичностью 1 раз в неделю по 3 часа.

Формы обучения: очная.

Формы организации образовательного процесса:

- групповая.

Групповая работа позволяет выполнить наиболее сложные и масштабные работы с наименьшими материальными затратами, так как каждый обучающийся может научиться конкретному приему на отдельном образце, который является частью изделия.

Форма реализации образовательной программы – традиционная модель, представляющая собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года обучения.

Перечень форм проведения занятий: беседа, лекция, практическое занятие, мастер-класс, экскурсия, игры, участие в соревнованиях.

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы: беседа, мастер-класс, творческий отчет, презентация, тестирование, анкетирование, выставка, творческий конкурс, конференция, фестиваль, участие в соревнованиях.

Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: создание наиболее благоприятных условий для творческого созревания и раскрытия личностного потенциала каждого ребенка посредством игры в баскетбол.

Задачи.

Обучающие:

- обучать развитию физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- знакомить с формированием у учащихся необходимых теоретических знаний;

Развивающие:

- развивать устойчивый интерес к занятиям спортивными играми;

Воспитательные:

- формировать пропаганду здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

Планируемые результаты

Содержание программы предусматривает достижение обучающимися следующих метапредметных, личностных и предметных результатов.

Метапредметные: обучающийся научится

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Личностные:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Разделы	Теория	Практика
Теоретические занятия		9 ч.		
1.	Правила безопасности на занятиях.		1 ч.	
2.	Основные правила игры в баскетбол.		1 ч.	
3.	Гигиенические основы занятия физическими упражнениями.		1 ч.	
4.	Что такое физкультурно-спортивная этика?		1 ч	
5.	Общее и индивидуальное развитие.		1 ч.	
6.	Значение физических упражнений для развития организма.		1 ч.	
7.	Стресс. Влияние стресса на состояние здоровья.		1 ч.	
8.	Цели физического воспитания.		1 ч.	
9.	Влияние игровой деятельности на формирование коммуникативных качеств личности.		1 ч.	
Практические занятия		93 ч.		
Физическая подготовка		28 ч.		
а)	Упражнения для развития силы;			3 ч.
б)	Упражнения для развития быстроты;			5 ч.
в)	Упражнения для развития прыгучести;			5 ч.
г)	Упражнения на развитие координации;			5 ч.
д)	Упражнения для развития выносливости;			10 ч.
Техника игры в баскетбол		25 ч.		
а)	Перемещения баскетболиста;			1
б)	Техника владения мячом:			
	- ловля мяча;			4
	- передача мяча;			4
	- броски в корзину;			4
	- ведение мяча;			4
	- финты;			4
	- техника овладения мячом.			4
Тактика игры в баскетбол		40 ч.		
а)	Игра в нападении:			
	- индивидуальные действия;			8 ч.
	- групповые действия;			10 ч.
	- командные действия.			10 ч.

б)	Игра в защите:			
	- индивидуальные действия;			4 ч.
	- групповые действия;			4 ч.
	- командные действия.			4 ч.
ИТОГО:		102 часа	9 часов	93 часа

Содержание учебного плана

Основы знаний о физкультурной деятельности (9 часов)

В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний учащихся о собственном организме, о гигиенических требованиях, об избранном виде спорта, о возможностях человека, его культуре и ценностных ориентациях.

Правила техники безопасности, страховка и само страховка. Общее и индивидуальное развитие человека. Физкультурно-спортивная этика. Стресс. Влияние стресса на состояние здоровья. Гигиена. Гигиенические основы занятия физическими упражнениями. Влияние игровой деятельности на формирование коммуникативных качеств личности.

Общеразвивающие упражнения (28 часа)

Развитие силовых способностей: комплексы общеразвивающие и локально воздействующих упражнений с внешними отягощениями (масса собственного тела, гантели, эспандер, набивные мячи, штанги и т.д.); прыжковые упражнения со скакалкой с дополнительным отягощением; подтягивание туловища на гимнастической перекладине; преодоление комбинированных полос препятствий; подвижные игры с силовой направленностью.

Развитие скоростных способностей: бег на месте в максимальном темпе; «челночный бег»; бег по разметкам и на дистанцию 20 метров с максимальной скоростью; бег с ускорениями из различных исходных положений; эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью.

Развитие выносливости: равномерный бег в режимах умеренной и большой интенсивности; повторный бег в режиме максимальной и субмаксимальной интенсивности; «кроссовый» бег.

Развитие координации: специализированные комплексы упражнений на развитие координации.

Спортивные игры (баскетбол) (65 часов)

В разделе «Специальная подготовка» представлен материал по баскетболу, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

– **Упражнения без мяча:** основная стойка; передвижения в основной стойке приставными шагами правым, левым боком; остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге.

– **Упражнения с мячом:** ведения мяча на месте и в движении (по прямой, по кругу, «змейкой», с изменением направления, ускорением, ловля и передача мяча одной рукой от плеча, с отскоком от пола при параллельном и встречном движении, передача мяча двумя руками от груди (с места, с шагом, со сменой места после передачи); бросок мяча в корзину двумя руками от груди, двумя руками снизу; одной и двумя в прыжке; выполнение «штрафного» броска.

– **Тактические действия:** групповые – в защите (заслон), в нападении (быстрый прорыв); индивидуальные – выбивание и вырывание мяча, вбрасывание мяча с лицевой линии, персональная защита.

– **Спортивные игры:** мини-баскетбол, баскетбол по упрощенным правилам, баскетбол по правилам.

Организационно-педагогические условия

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 Сентября	28 мая	34	102	1 раз в неделю по 3 часа
Выходные дни: 31 декабря – 8 января					

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Программа реализуется при условии наличия

Кадровое обеспечение.

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями, знать специфику дополнительного образования детей.

Методы организации и формы проведения занятий:

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Формы контроля и оценочные материалы

Оценочная таблица компонентов технико-тактической подготовленности

Оценка в баллах	Комбинированный тест	Перемещение 6х5	Штрафной бросок	Броски с точек
	Время выполнения в сек.	Время выполнения в сек.	Кол-во попаданий (из 30)	Кол-во попаданий (из 40)
5 (высокая)	34,8	9,3	20	19
4 (хорошая)	36,2-34,9	9,8-9,4	18-19	16-18
3 (средняя)	37,6-36,3	10,3-9,9	16-17	13-15
2 (низкая)	37,7	10,4	15	12

.Соревнования по Пионерболу, Волейболу. Муниципальный этап «Президентских состязаний школьников» и «Город олимпийских надежд»

Список литературы

Нормативные документы:

Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ)

Федеральный закон от 04.08.2023г. №479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»

Федеральный закон РФ от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.)

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р

Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период 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»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм»

Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 №298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

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

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023г. №785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»

Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025г. №582-д «Об утверждении Методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»

Литература, использованная при составлении программы:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2007г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2007.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.

5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.

Литература для обучающихся и родителей (законных представителей):

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2007г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2007.
6. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
7. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.
8. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2003
9. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 2007.

Интернет-ресурсы.

1. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>
2. КМ-Школа (образовательная среда для комплексной информатизации школы). – Режим доступа: [http:// www.km-school.ru](http://www.km-school.ru)
3. Мультимедийный курс «Уроки Баскетбола».

**Технология определения уровня освоения обучающимися ДООП
(спортивная направленность)**

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможн ое количес тво баллов	Примерные методы диагностики
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
	1. Теоретическая подготовка:			
<i>1.1. Теоретические знания по основным разделам программы</i>	<i>Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям</i>	- Минимальный уровень (обучающийся владеет менее, чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой) - Средний уровень (объем освоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$) - Максимальный уровень (освоен практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	<i>1</i> <i>2</i> <i>3</i>	<i>Наблюдение, тестирование и др.</i>