

Областное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей — интернат №1» г. Курска
Региональный центр выявления и поддержки одаренных детей
«УСПЕХ»

СОГЛАСОВАНО
на заседании
экспертного совета
Протокол № 1

«31» октября 2019 г.
Председатель ЭС



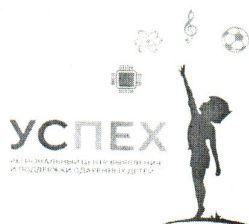
УТВЕРЖДЕНО

Директор ОБОУ
«Лицей-интернат №1»
г. Курска

М.Е. Моршнева

ВВЕДЕНО
в действие

Приказ № 600
от 26. 09. 2019 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**"БАСКЕТБОЛ"
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ИНТЕНСИВ
для одаренных детей**

Направленность: социально-гуманитарная

Целевая аудитория: 14-17 лет

Продолжительность: 48 часов

Автор программы: Гаврилук А.В.,
педагог дополнительного образования,
Бородина Н.Ю.,
заместитель директора
по учебно-воспитательной работе
МБУДО «Дом искусств «Ритм»

Курск, 2019

Наименование программы	«Баскетбол»
Направленность программы	физкультурно – спортивная
Актуальность программы	<p>Баскетбол занимает одно из приоритетных мест среди других видов спортивной деятельности в физическом воспитании школьников благодаря своей воспитательной, оздоровительной и образовательной направленности. Исследования, проведенные в последние годы, убедительно показали большое значение этого вида спорта вследствие его здоровье формирующей функции, обеспечивающей эффективное развитие основных двигательных и координационных способностей, доступной формы реализации физической активности, индивидуально приемлемой для каждого человека. В связи с этим представляется важным и необходимым целенаправленное и интенсивное освоение детьми и подростками баскетбола, актуализирующего здоровый образ жизни.</p>
Краткое описание программы	<p>Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочной деятельности, информацию о возможных результатах освоения программы и методах их оценки. Отличительной особенностью дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» от базового образования соответствующего профиля является удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных</p>

	социокультурных и образовательных потребностей детей и их родителей, целенаправленное изучение и освоение такого динамичного вида спорта, как баскетбол.
Цели и задачи программы	<p>Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья учащихся, воспитание гармоничной, социально активной личности посредством обучения игре в баскетбол.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">- Овладение основами игры в баскетбол.- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «Баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни.- Овладение знаниями, умениями и навыками, необходимыми для участия в соревнованиях по баскетболу.- Обеспечение каждому ребенку в соответствии с его индивидуальными задатками оптимальной степени развития основных физических качеств, необходимых в жизни, особенно качеств, определяющих силовые, скоростные, координационные способности, а также выносливость.- Формирование коллективного взаимодействия.- Формирование устойчивой привычки к самостоятельным занятиям

	<p>физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Создание условий для превращения общественно значимых нравственных ценностей в лично значимые. - Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены. 																																																																																									
Кол-во обучающихся	Группа 15 человек / 11-17 лет/ 5-10 классы																																																																																									
Тематический план	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">№ п/п</th> <th rowspan="2">Тема</th> <th colspan="3">Количество часов</th> <th rowspan="2">Формы аттестации/ контроля</th> </tr> <tr> <th>Всего</th> <th>Теория</th> <th>Практика</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Вводное занятие.</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>-</td> <td>Беседа</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Основы знаний о физической культуре и спорте.</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>Викторина</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Технические действия:</td> <td>24</td> <td>7</td> <td>17</td> <td rowspan="7">Игровые задания</td> </tr> <tr> <td>1.</td> <td><i>Стойки и перемещения баскетболиста.</i></td> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td><i>Остановки:</i></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>- «Прыжком»</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td>- «В два шага»</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td><i>Передачи мяча.</i></td> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td><i>Ловля мяча.</i></td> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>5.</td> <td><i>Ведение мяча.</i></td> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>6.</td> <td><i>Броски в кольцо.</i></td> <td>4</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>Тактические действия:</td> <td>21</td> <td>2</td> <td>19</td> <td rowspan="3">Решение игровых ситуаций</td> </tr> <tr> <td>1.</td> <td><i>Игра в защите.</i></td> <td>10</td> <td>1</td> <td>9</td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td><i>Игра в нападении.</i></td> <td>10</td> <td>1</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">ИТОГО:</td> <td>48</td> <td>11</td> <td>37</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля	Всего	Теория	Практика	1.	Вводное занятие.	1	1	-	Беседа	2.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	2	1	1	Викторина	3.	Технические действия:	24	7	17	Игровые задания	1.	<i>Стойки и перемещения баскетболиста.</i>	4	1	3	2.	<i>Остановки:</i>					- «Прыжком»	2	1	1		- «В два шага»	2	1	1	3.	<i>Передачи мяча.</i>	4	1	3	4.	<i>Ловля мяча.</i>	4	1	3	5.	<i>Ведение мяча.</i>	4	1	3	6.	<i>Броски в кольцо.</i>	4	1	3	4.	Тактические действия:	21	2	19	Решение игровых ситуаций	1.	<i>Игра в защите.</i>	10	1	9	2.	<i>Игра в нападении.</i>	10	1	10	ИТОГО:		48	11	37	
№ п/п	Тема			Количество часов				Формы аттестации/ контроля																																																																																		
		Всего	Теория	Практика																																																																																						
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Беседа																																																																																					
2.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	2	1	1	Викторина																																																																																					
3.	Технические действия:	24	7	17	Игровые задания																																																																																					
1.	<i>Стойки и перемещения баскетболиста.</i>	4	1	3																																																																																						
2.	<i>Остановки:</i>																																																																																									
	- «Прыжком»	2	1	1																																																																																						
	- «В два шага»	2	1	1																																																																																						
3.	<i>Передачи мяча.</i>	4	1	3																																																																																						
4.	<i>Ловля мяча.</i>	4	1	3																																																																																						
5.	<i>Ведение мяча.</i>	4	1	3																																																																																						
6.	<i>Броски в кольцо.</i>	4	1	3																																																																																						
4.	Тактические действия:	21	2	19	Решение игровых ситуаций																																																																																					
1.	<i>Игра в защите.</i>	10	1	9																																																																																						
2.	<i>Игра в нападении.</i>	10	1	10																																																																																						
ИТОГО:		48	11	37																																																																																						

	<ul style="list-style-type: none"> •
Кадровое обеспечение программы	педагог дополнительного образования, Гаврилюк А.В.
Ресурсное обеспечение программы	<ul style="list-style-type: none"> • Материально-технические: • Помещение спортзала (баскетбольная площадка). • Баскетбольные мячи – 20 шт. • Баскетбольный щит – 4 шт. • Набивные мячи различной массы – 10 шт. • Скакалки – 20 шт. • Стойки – 6 шт. • Жгуты и экспандеры – 10 шт. • Секундомер – 1 шт. • Стойки для обводки – 12 шт. • Гимнастические скамейки – 6 шт. • Гимнастический мостик – 1 шт. • Гимнастические маты – 6 шт. • Гантели, гири различной массы – 20 шт. • Насос ручной со штуцером – 2 шт. • Рулетка – 1 шт.

	<ul style="list-style-type: none"> • Макет площадки с фишками – 2 шт. • Таблицы на тему «Техника выполнения основных приемов игры в баскетбол». • Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для баскетбола, футболки, майки, шорты). • <i>Методические:</i> • Образовательная программа. • Конспекты занятий. • Печатная продукция (книги, журналы, газеты, справочники, методическая и деловая документация). • Создание банка комплексов общеразвивающих и специальных упражнений. • Сценарии спортивных праздников, досугов и развлечений. • Внедрение новых форм работы. • Видео-, аудиопродукция (диски, кассеты, видео, кинофильмы). • Конференции, семинары, мастер-классы, презентации и т.д. • Получение новейшей информации по всемирной сети данных «Интернет».
Ожидаемые результаты реализации	- Укрепление здоровья.

программы

- Вовлечение учащихся в систематические занятия физическими упражнениями для обеспечения активного отдыха, восстановления и укрепления здоровья, увеличение продолжительности и повышение качества жизни.
- Повышение эффективности учебной деятельности учащихся.
- Развитие спортивного интеллекта, способности к саморегуляции.
- Формирование способности к комбинаторному мышлению и специализированному восприятию.
- Овладение баскетбольными приемами в защите и в нападении.
- Формирование отличной координации движений, скоростной и силовой выносливости.
- Развитие внимания и наблюдательности, улучшение памяти, выработка умения концентрироваться на конкретном игровом отрезке, обострение реакции на изменение ситуации, развитие способности к предвидению игровых моментов.
- Формирование волевых черт характера.
- Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры.
- Рост интереса у детей к спортивной жизни города, края, страны, мира.

