

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
МКОУ СОШ с.п.Арик
Протокол от «30» августа 2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ СОШ с.п.Арик
Л.М.Шинтукова
Приказ от «30» августа 2025 г. № 56



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«БАСКЕТБОЛ»**

Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированный
Адресат: обучающиеся 11-14 лет
Срок реализации: 1 год, 108 часа
Форма обучения: очная
Автор-составитель: Абаноква Элла Борисовна- педагог дополнительного
образования

с.п. Арик, 2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как развивает бережное отношение к своему здоровью и способствует укреплению общего физического развития обучающихся. Данная программа реализуется в рамках Федерального проекта «Успех каждого ребенка».

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде). Посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Уровень программы: базовый.

Вид программы: модифицированный.

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Национальный проект «Образование».
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. № 11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».
7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
8. Постановление Правительства РФ от 20.10.2021 г. № 1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации».

9. Приказ Минобрнауки России от 25.10.2013 г. №1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Приказ Минобрнауки России от 22.12.2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

11. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2015 г. №1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания при этом необходимой помощи».

12. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

13. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

14. Приказ Минпросвещения России от 16.09.2020 г. № 500 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по дополнительным общеобразовательным программам».

15. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

16. Приказ Минобрнауки РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

17. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

18. Письмо Минобрнауки РФ от 03.04.2015 г. №АП-512/02 «О направлении методических рекомендаций по НОКО» (вместе с «Методическими рекомендациями по независимой оценке качества образования образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»).

19. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»).

20. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

21. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

22. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014 г. № 23-РЗ «Об образовании».

23. Приказ Минобрнауки КБР от 17.08.2015 г. № 778 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

24. Распоряжение Правительства КБР от 26.05.2020 г. №242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР».

25. Приказ Минпросвещения КБР от 14.09.2022 г. №22/756 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в КБР».

26. Письмо Минпросвещения КБР от 02.06.2022 г. №22-01-32/4896 «Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные)».

27. Письмо Минпросвещения КБР от 26.12.2022 г. №22-01-32/11324 «Методические рекомендации по разработке и экспертизе качества авторских дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

28. Устав МКОУ СОШ с.п. Арик.

Актуальность программы заключается в том, что ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Она направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с

максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Новизна программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые хотят обучиться правилам игры, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование метода тестирования. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди детей и подростков, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Отличительной особенностью программы является её направленность не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей. Могут посещать занятия ребята с разной физической подготовкой и физическими способностями. Кроме того, теоретический материал программы позволит расширить кругозор детей в области спорта в целом, сформирует интерес занимающихся к баскетболу, положительному влиянию спорта на здоровье и бережному отношению к своему личному здоровью. Программа учитывает различный уровень физической подготовки детей, их возрастные особенности, индивидуальные личностно-психологические характеристики.

Педагогическая целесообразность раскрывается в мощном воспитательном потенциале общего коллективного дела, которым является каждая тренировка или матч. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса как к определенному виду спорта так и к физкультуре в целом. Программа ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой для себя деятельности в области физической культуры и спорта.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет.

Принимаются все желающие от 11 до 14 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Срок реализации программы: 1 год, 108 часов.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия 40 минут, перерыв на отдых 10 минут.

Наполняемость группы: 15-20 человек.

Формы занятий:

- парные;
- групповые;
- коллективные.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Традиционная модель реализации программы. Последовательное освоение содержания в течение одного года обучения в одной образовательной организации.

Цель программы: полноценное физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:**Личностные:**

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развить ответственность;
- развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научить договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Содержание программы Учебный план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	теория	практика	
Раздел 1: Основы знаний		6	3	3	
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	2	1	1	опрос
1.2	Классификация упражнений	2	1	1	опрос
1.3	Подводящая игра в баскетбол	2	1	1	наблюдение
Раздел 2: Общая физическая подготовка		18	3	15	
2.1	Гимнастические упражнения	6	1	5	контрольные упражнения
2.2	Легкоатлетические упражнения	6	1	5	наблюдение, самостоятельная работа
2.3	Подвижные игры	6	1	5	наблюдение
Раздел 3: Специальная физическая подготовка		12	2	10	
3.1	Упражнения для приема и передачи мяча	6	1	5	контрольные упражнения
3.2	Упражнения для развития прыгучести	6	1	5	наблюдение, самостоятельная работа
Раздел 4: Техническая подготовка		32	8	24	
4.1	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	8	2	6	опрос
4.2	Действия с мячом	8	2	6	контрольные упражнения
4.3	Техника защиты. Действия без мяча.	8	2	6	наблюдение, самостоятельная работа
4.4	Подачи	8	2	6	наблюдение
Раздел 5: Тактическая подготовка		32	8	24	
5.1	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	8	2	6	контрольные упражнения
5.2	Групповые действия	8	2	6	наблюдение
5.3	Командные действия	8	2	6	наблюдение, самостоятельная работа
5.4	Тактика защиты	8	2	6	контрольные упражнения
Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования		8	1	7	
6.1	Игровая и соревновательная действия	6	1	5	наблюдение

6.2	Итоговое занятие: Соревнование	2	0	2	тестирование, соревнование
Итого		108 часа	26 часов	82 часа	

Содержание учебного плана

Раздел 1: Основы знаний. (6 часов)

Тема 1.1: Вводное занятие. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности на занятиях. (2 часа)

Теория: История развития баскетбола. Инструктаж по ТБ.

Практика: Подводящая игра в баскетбол.

Тема 1.2: Классификация упражнений. (2 часа)

Теория: Гигиена баскетболиста. Самоконтроль спортсмена.

Правила игры в баскетбол.

Практика: Отработка практических упражнений.

Тема 1.3: Подводящая игра в баскетбол. (2 часа)

Теория: Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям баскетболистом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях баскетболом.

Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире.

Практика: Подводящая игра в баскетбол.

Раздел 2: Общая физическая подготовка (18 часов)

Тема 2.1: Гимнастические упражнения. (6 часов)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставкой предметов, прыжки через препятствие.

Тема 2.2: Легкоатлетические упражнения (6 часов)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Тема 2.3: Подвижные игры (6 часов)

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Подвижные игры.

Раздел 3: Специальная физическая подготовка (12 часов)

Тема 3.1: Упражнения для приема и передачи мяча (6 часов)

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера.

Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 3.2: Упражнения для развития прыгучести (6 часов)

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Раздел 4: Техническая подготовка (32 часов)

Тема 4.1: Техника нападения. Техника передвижения и стоек (8 часов)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 4.2: Действия с мячом (8 часов)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке) Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.

Тема 4.3: Техника защиты. Действия без мяча (8 часов)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 4.4: Подачи (8 часов)

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Передача мяча в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Раздел 5: Тактическая подготовка (32 часа)

Тема 5.1: Тактика нападения. Индивидуальные действия (8 часов)

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях.

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 5.2: Групповые действия (8 часов)

Теория: Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия.

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.3: Командные действия (8 часов)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 5.4: Тактика защиты (8 часов)

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования (8 часов)

Тема 6.1: Игровая и соревновательная действия (6 часов)

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности. Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных баскетболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 6.2. Итоговое занятие. Соревнования. (2 часа)

Практика: Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся:

- научатся взаимодействовать в группе, коллективе;
- разовьют коммуникативные качества;
- воспитают в себе гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- разовьют ответственность;
- разовьют память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;

- воспитают в себе доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

Обучающиеся:

- узнают теоретические и практические приёмы игры в баскетбол;
- совершенствуют двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- узнают технико-тактические приёмы игры;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

Обучающиеся:

- разовьют навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысят уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформируют положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработают привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год обучения (базовый уровень)	01.09.2025	31.05.2026	36	108	3 раза в неделю по 1 часа

Условия реализации программы

Занятия проводятся в оборудованном кабинете (спортивном зале, спортивном стадионе) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими: высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы (приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»).

Методы работы:

- словесные (рассказ, беседа, лекция, объяснение);
- наглядно-демонстрационные (демонстрация, презентация, работа по схемам и таблицам);
- творческие (творческие задания и упражнения);

- частично-поисковые (работа с различными источниками, научная и проектная деятельность);
- практические (упражнения, соревнования, игры).

Методы воспитания:

- метод убеждения выражается в эмоциональном и глубоком разъяснении сущности социальных и духовных отношений, норм и правил поведения;
- метод поощрения выражается в стимулировании деятельности обучающихся. Поощрение вызывает положительные эмоции, способствующие возникновению чувства уверенности ребёнка в своих силах;
- метод упражнения предполагает такую организацию деятельности, которая позволяет обучающимся накапливать привычки и опыт правильного поведения, связывать слово с делом, убеждение с поведением;
- метод контроля заключается в наблюдении за деятельностью и поведением обучающихся с целью побуждения их к соблюдению установленных правил, а также к выполнению определенных заданий.

Педагогические технологии:

- проблемное обучение;
- личностно-ориентированный подход;
- дифференцированное обучение;
- развивающее обучение;
- здоровьесберегающие;
- игровые технологии;
- интерактивное обучение;
- информационно-коммуникационные и т.д.

Здоровьесберегающие технологии образовательного процесса

Основным критерием здоровьесберегающих технологий является правильная организация учебно-воспитательной деятельности. Прежде всего, это выполнение санитарно-гигиенических правил:

- режим проветривания;
- влажная уборка помещения;
- соответствующая нормам мебель и освещенность;
- соблюдение норм физических и умственных нагрузок.

Известно, что устойчивая работоспособность характерна для середины занятия. Этот момент необходимо учитывать при его планировании. Необходимо чередовать различные виды деятельности и их последовательность для обеспечения функциональной активности основных систем организма в течение длительного времени. Для предупреждения перегрузок, переутомлений

необходимо чаще проводить смену видов деятельности на занятии, физкультминутки и своевременно организовывать перерывы.

К здоровьесберегающим технологиям необходимо отнести обеспечение комфортного эмоционально-психического состояния обучающихся. Это помощь обучающимся в адаптации к новым условиям, создание общей эмоционально-положительной, дружелюбной, доверительной и доброй атмосферой на занятиях. Не следует забывать о создании «ситуации успеха», которая позволяет ребенку находиться в состоянии психологического равновесия, исключая стрессы, обусловленные ошибками при выполнении задания, незнанием изучаемого материала.

Форма аттестации / контроля:

- опрос;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные упражнения и задания;
- самостоятельная работа;
- соревнование;
- тестирование.

Для полноценной реализации программы применяются следующие виды контроля:

- входной контроль (оценка начального уровня обучающихся на начало учебного года / обучения);
- промежуточный контроль (оценка уровня обучающихся на конец первого полугодия, в декабре месяце);
- итоговый контроль (оценка уровня обучающихся на конец учебного года, в мае месяце);
- текущий контроль (проводится в течение всего учебного года путем педагогического наблюдения).

Для проведения мониторинга уровня усвоения пройденного материала по программе разработаны критерии оценки, которые выставляются в общую диагностическую карту при проведении аттестации обучающихся.

Оценочные материалы:

- опросник;
- тесты;
- карточки с заданиями для самостоятельной и контрольной работы;
- банк физических упражнений;
- разработанные критерии оценки.

Критерии оценки результатов освоения программы

Параметры	Низкий 0%-30%	Средний 31%-60%	Высокий 61%-100%
Теоретические знания	Обучающийся поверхностно знает теоретический материал. Как правило, избегает употреблять специальные термины. Не развита способность самостоятельно подбирать теоретический материал, не любознателен, низкая способность работы с информационными источниками	Обучающийся более уверенно владеет информацией, теоретическим материалом. Сочетает специальную терминологию с бытовой. Способен подбирать теоретический материал при помощи педагога, средняя способность работы с информационными источниками	Обучающийся хорошо знает изученный материал. Специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием. Самостоятелен в подборе теоретического материала, любознателен, быстро работает с информационными источниками
Практические знания	Упражнения выполняются с ошибками, не качественно. Обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	Упражнения выполняет с несущественными ошибками, которые сам осознает и исправляет, имеет практическое рвение к выполнению поставленных целей и задач. Неуверенно и не четко выполняет индивидуальные задания педагога	Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Профессионален в выполнении отдельных заданий и упражнений. Уверенно и четко выполняет индивидуальные задания педагога

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- дополнительная общеразвивающая программа;
- инструктажи по охране труда и технике безопасности;
- учебно-методические пособия;
- методические разработки;
- сборник упражнений;
- тематические презентации;
- тематический видеоматериал;
- журналы;
- Интернет-ресурсы.

Материально-техническое обеспечение:

- Конструкция баскетбольного щита в сбор - 2 комплекта.
- Мяч баскетбольный -20 шт.
- Секундомер – 1шт.
- Стойка для обводки-2 шт.
- Фишки (конусы)- 10шт.
- Гантели массивные (от 1 до 5 кг) 5 шт.
- Корзина для мячей- 1 шт.
- Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами – 2шт.

Алгоритм учебного занятия

Структура занятия

1. **Подготовительная часть.** Включает построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок.
2. **Основная часть.** Направлена на решение главных задач занятия. Может включать подводящие и специальные упражнения для овладения техникой и тактикой игры, подвижные игры, эстафеты, учебные игры.
3. **Заключительная часть.** В заключительной части занятия рекомендуется:
Подвести итоги. Дать позитивную оценку деятельности обучающихся, указать на ошибки при выполнении технических приёмов.
Дать рекомендации. При необходимости предложить задания для самостоятельной подготовки дома.

Методы и приемы

Некоторые методы и приёмы, которые могут использоваться на занятии:

- **Словесные.** Рассказ, объяснение, беседа, разбор, задание, указание, распоряжение.
- **Наглядные.** Показ упражнений и техники волейбольных приёмов, использование учебных наглядных пособий, видеофильмов, слайдов.
- **Практические.** Метод упражнений (многократное повторение движений), разучивание по частям (освоение отдельных элементов приёма с последующим их соединением в целое), игровой и соревновательный методы.

Примеры упражнений

Некоторые упражнения, которые могут быть включены в занятие:

- **Упражнения с набивными мячами.** Броски их от груди руками и ловля, броски из-за головы двумя руками с места, в прыжке, с поворотом, на дальность, через сетку.
- **Передвижения по площадке.** Ходьба, бег, бег приставными шагами в стороны, спиной вперёд, остановки в шаге, двойном шаге, скачке.
- **Учебные игры.** Целевая направленность, строгое регулирование действий играющих, первоначально — по упрощённым правилам, в дальнейшем — по действующим.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагогов:

1. Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2009).
2. Лихачев О.Е., Фомин С.Т., Мазурин А.В. Методика обучения индивидуальным действиям баскетболистов в защите. «РГУФК-СГАФКСТ» Москва-Смоленск 2009г.
3. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол-начальный этап обучения. «ФиС» 2002г.
4. Ник Сортэл Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков «Астрель» 2002г.
5. Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.
6. Вари Л. 1000 упражнений игры в баскетбол: Пер, с фр, / Под ред Л. Ю. Поплавского. — Киев, 1997
7. Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. — М., 2001.
9. Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера— И,1997.
10. Макарова, О. С. Спортивный диалог: Спортивно-игровой проект. Баскетбол и футбол. М. 2001г.

Список литературы для обучающихся:

1. Кукленко Д.В., Хорошевский А.Ю. 100 знаменитых спортсменов, Харьков: Фолио, 2005г.
2. Макарова, О. С. Спортивный диалог: Спортивно-игровой проект. Баскетбол и футбол. М. 2001г.
3. Малов В.И. Сто великих олимпийских чемпионов. М.: «Вече», 2007г.
4. Родиченко В.С. и др. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России /15-е издание. М, ФиС. 2005г.

Интернет-ресурсы:

1. [Главная страница / Российская Федерация Баскетбола \(russiabasket.ru\)](http://russiabasket.ru)
2. [Российская федерация баскетбола — Википедия \(wikipedia.org\)](http://wikipedia.org)
3. [Баскетбол. Обучающее видео для начинающих. - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](http://yandex.ru)
4. [Видеоурок на тему: Баскетбол. Ловля, передача и ведение мяча. - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](http://yandex.ru)
5. [Обучение основным техническим приёмам игры в баскетбол в группах начальной подготовки - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](http://yandex.ru)
6. [Основы игры в баскетбол: Урок №1 - Знакомство с мячом - поиск Яндекса по видео \(yandex.ru\)](http://yandex.ru)

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

**Рабочая программа на 2025-2026 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол»**

Адресат: обучающиеся от 11 до 14 лет

Год обучения: 1-ый год обучения

Автор-составитель: Абанокова Элла Борисовна- педагог дополнительного
образования

с.п. Арик, 2025 г.

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как развивает бережное отношение к своему здоровью и способствует укреплению общего физического развития обучающихся.

Цель программы: полноценное физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Личностные:

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развить ответственность;
- развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысить уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научить договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Планируемые результаты

Личностные:

Обучающиеся:

- научатся взаимодействовать в группе, коллективе;

- разовьют коммуникативные качества;
- воспитают в себе гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- разовьют ответственность;
- разовьют память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитают в себе доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

Обучающиеся:

- узнают теоретические и практические приёмы игры в баскетбол;
- совершенствуют двигательные качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- узнают технико-тактические приёмы игры;
- сформируют устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

Обучающиеся:

- разовьют навыки бережного отношения к своему здоровью;
- повысят уровень мотивации к занятиям физической культуры;
- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- сформируют положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработают привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Календарно – тематический план

№ п/п	Дата занятия		Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Содержание деятельности				Форма аттестации / контроля
	по плану	по факту			теоретическая часть занятия		практическая часть занятия		
Раздел 1: Основы знаний				6	3		3		
1.1			Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	2	1	Беседа	1	Подводящая игра в баскетбол.	опрос
1.2			Классификация упражнений	2	1	Объяснение материала	1		опрос
1.3			Подводящая игра в баскетбол	2	1	Объяснение материала	1	Подводящая игра в баскетбол.	наблюдение
Раздел 2: Общая физическая подготовка				18	3		15		
2.1			Гимнастические упражнения	6	1	Объяснение материала	5	Гимнастические упражнения	контрольные упражнения
2.2			Легкоатлетические упражнения	6	1	Объяснение материала	5	Силовые упражнения	наблюдение, самостоятельная работа
2.3			Подвижные игры	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для развития скорости	наблюдение

Раздел 3: Специальная физическая подготовка				12	2		10		
3.1			Упражнения для приема и передачи мяча	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для выполнения приема и передач мяча.	контрольные упражнения
3.2			Упражнения для развития прыгучести	6	1	Объяснение материала	5	Упражнения для развития прыгучести.	наблюдение, самостоятельная работа
Раздел 4: Техническая подготовка				32	8		24		
4.1			Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	8	2	Объяснение материала	6	Стойка баскетболиста, для выполнения технического приема.	опрос
4.2			Действия с мячом	8	2	Объяснение материала	6	Приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	контрольные упражнения
4.3			Техника защиты. Действия	8	2	Объяснение	6	Технические приемы	наблюдение,

			без мяча.			материала		перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	самостоятельная работа
4.4			Подачи	8	2	Объяснение материала	6	Технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	наблюдение
Раздел 5: Тактическая подготовка				32	8		24		
5.1			Тактика нападения. Индивидуальные действия.	8	2	Объяснение материала	6	Обучение тактическим действиям, в нападении и защите.	контрольные упражнения
5.2			Групповые действия	8	2	Объяснение материала	6	Обучение тактическим действиям, в нападении и защите.	наблюдение

5.3			Командные действия	8	2	Объяснение материала	6	Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение.	наблюдение, самостоятельная работа
5.4			Тактика защиты	8	2	Объяснение материала	6	Взаимодействие с другими игроками для достижения победы над противником.	контрольные упражнения
Раздел 6: Контрольные испытания и соревнования				8	2	6			
6.1			Игровая и соревновательная действия	6	2	Объяснение материала	4	Учебные игры с заданием по технике и тактике игры.	наблюдение
6.2			Итоговое занятие: Соревнование	2	0		2	Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских матчах.	тестирование, соревнование
Итого				108 часов	25 часов	83 часа			

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ТЕРСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ АРИК»
ТЕРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР

**Рабочая программа воспитания обучающихся
на 2025-2026 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол»**

Адресат: обучающиеся от 11 до 14 лет

Год обучения: 1-ый год обучения

Автор-составитель: Абанокова Элла Борисовна,
педагог дополнительного образования

Характеристика объединения «Баскетбол»

Деятельность объединения «Баскетбол» имеет физкультурно- спортивную направленность.

Количество обучающихся объединения «Баскетбол» составляет 45 человек.

Из них мальчиков – , девочек – .

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 11 до 14 лет.

Формы работы: индивидуальные и групповые.

Направления работы

- Гражданско-патриотическое воспитание.
- Духовно-нравственное воспитание.
- Экологическое воспитание.
- Воспитание культуры здорового образа жизни.
- Трудовое и профессиональное воспитание.

Цель воспитания: создание условий, способствующих развитию интеллектуальных, творческих, личностных качеств обучающихся, их социализации и адаптации в обществе на основе принципов самоуправления.

Задачами воспитания:

- сформировать мировоззрения и система базовых ценностей личности;
- организовать инновационные работы в области воспитания и дополнительного образования;
- приобщить детей к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- сформировать личностные качества, необходимые для жизни;
- развивать воспитательный потенциал семьи;
- создать «ситуацию успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;
- достигнуть оптимального уровня воспитанности обучающихся;
- выявить и раскрыть способности каждого обучающегося.

Планируемый результат воспитания:

- у обучающихся будут сформированы мировоззрения и система базовых ценностей личности; будет организована инновационная работа в области воспитания и дополнительного образования;

- обучающиеся будут приобщены к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;
- у обучающихся будут сформированы личностные качества, необходимые для жизни;
- у обучающихся развит воспитательный потенциал семьи;
- будет создана «ситуация успеха» для каждого обучающегося, чтобы научить самоутверждаться в среде сверстников социально адекватным способом;
- будет достигнут оптимальный уровень воспитанности обучающихся;
- будут выявлены и раскрыты способности каждого обучающегося.

Работа с коллективом обучающихся:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему краю.

Работа с родителями обучающихся объединения «Баскетбол» :

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- стимулирование, проявление в семьях здорового образа жизни;
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность кружкового объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года);
- создание атмосферы сопричастности к занятиям в объединении;
- вовлечение родителей в совместные проекты с детьми;
- участие в мероприятиях.

**Календарный план воспитательной работы
на 2025-2026 учебный год**

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Сроки выполнения	Ответственный	Планируемый результат
1.	Трудовое и профессиональное воспитание.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	Октябрь	Абанокова Э.Б.	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям.
2.	Спортивно-оздоровительное воспитание	«Здоровый образ жизни - здоровая и крепкая семья!»	Ноябрь	Абанокова Э.Б.	Развитие социально – значимых ценностей и здорового образа жизни у подрастающего поколения.
3.	Гражданско-патриотическое воспитание	«Права человека»	Декабрь	Абанокова Э.Б.	Формировать эмоционально целостное отношение к Закону, законопослушному поведению , чувство гражданственности и позитивного отношения к будущему своей Отчизны.
4.	Гражданско-патриотическое воспитание	День защитника Отечества	Февраль	Абанокова Э.Б.	Воспитывать чувства любви к Родине, мотивировать к ведению здорового образа жизни.
5.	Духовно – нравственное воспитание	«Мама - это все»	Март	Абанокова Э.Б.	Воспитывать любовь к матери, семье, показать связь поколений, формировать у детей бережное отношение к родным и близким.
6.	Экологическое воспитание	«Космос - это мы»	Апрель	Абанокова Э.Б.	Воспитание уважения к людям, посвятившим свою жизнь освоению космоса
7.	Духовно – нравственное воспитание	«След войны в моей семье».	Май	Абанокова Э.Б.	Сформировать ценностное отношение к Родине, своему народу, краю, государственной символике, законам РФ, старшему поколению, к природе.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524525

Владелец Шинтукова Лариса Мухадиновна

Действителен с 12.02.2026 по 12.02.2027