

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнетыжминская основная общеобразовательная школа»
(МБОУ Верхнетыжминская ООШ)

Принята на заседании пед. совета

30 августа 2023 г. (Протокол № 1)

Утверждаю:

Директор школы:
Приказ № 45 от 31 августа 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
спортивной направленности
«Школа мяча»

Возраст обучающихся: 10-12 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Абрамов Александр Валериевич,
учитель физической культуры I категории

д. Верхняя Тыжма, 2023 год

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мяча» (далее программа) составлена в соответствии с нормативными документами:

- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Министерства Просвещения РФ от 18 ноября 2019 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- ✓ Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 года N 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»;
- ✓ Устав МБОУ Верхнетыжминская ООШ;
- ✓ Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ Верхнетыжминская ООШ;
- ✓ Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ;
- ✓ Письмо Министерства образования от 26 марта 2002 г. № 30-51-197/20 «О повышении роли физической культуры и спорта в образовательных учреждениях».

Направленность программы – физкультурно - спортивная.

Уровень освоения программы - базовый.

Актуальность программы. Законодательство о физической культуре и спорте основывается на ряде принципов (Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ, ст.3):

- 1) обеспечение права каждого на свободный доступ к физической культуре и спорту как к необходимым условиям развития физических, интеллектуальных и нравственных способностей личности, права на занятия физической культурой и спортом для всех категорий граждан и групп населения;
- 2) единство нормативной правовой базы в области физической культуры и спорта на всей территории Российской Федерации;
- 3) сочетание государственного регулирования отношений в области физической культуры и спорта с саморегулированием таких отношений субъектами физической культуры и спорта;
- 4) установление государственных гарантий прав граждан в области физической культуры и спорта;

- 5) запрет на дискриминацию и насилие в области физической культуры и спорта, на противоправное влияние на результаты официальных спортивных соревнований;(в ред. Федерального закона от 23.07.2013 N 198-ФЗ)
- 6) обеспечение безопасности жизни и здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом, а также участников и зрителей физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
- 7) соблюдение международных договоров Российской Федерации в области физической культуры и спорта;
- 8) содействие развитию физической культуры и спорта инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и других групп населения, нуждающихся в повышенной социальной защите;
- 9) взаимодействие федерального органа исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления со спортивными федерациями;
(в ред. Федеральных законов от 07.05.2010 N 82-ФЗ, от 25.12.2012 N 257-ФЗ)
- 10) непрерывность и преемственность физического воспитания граждан, относящихся к различным возрастным группам;
- 11) содействие развитию всех видов и составных частей спорта, в том числе детско-юношеского спорта, школьного спорта и студенческого спорта, с учетом уникальности спорта, его социальной и образовательной функций, а также специфики его структуры, основанной на добровольной деятельности его субъектов.
(п. 11 в ред. Федерального закона от 03.12.2011 N 384-ФЗ)

Необходимость работы в данном направлении возникла в соответствии с указанными принципами и по ряду причин:

- недостаточная двигательная активность детей в течение дня (особенно в холодный период года);
- большая загруженность статическими занятиями;
- желание детей реализовать себя в движении;
- желание родителей видеть ребенка физически совершенным: развитым, здоровым, активным;
- коррекция здоровья и физического развития путем применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства и др.);

Программа соответствует основным направлениям социально-экономического развития района, региона, страны. Повышение эффективности физического воспитания детей младшего школьного возраста чрезвычайно важно, так как именно в этом возрасте продолжают закладываться основы физического развития человека.

Отличительные особенности программы. Дополнительная образовательная программа направлена на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворении их биологической потребности в движении, сохранение и развитие природных задатков, а также развитие двигательных способностей при выполнении широкого спектра технических и тактических навыков владения мячом, в соответствии с установкой игровой ситуации. Программа полностью построена на подвижных играх с элементами спорта и игровых упражнениях. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения, доступную для взрослых и детей. Содержание спортивных и подвижных игр предусматривает задачи развития зрительно-двигательных навыков в коррекционных условиях и с опорой на полисенсорные взаимосвязи, речь, мышление (т.е. компенсаторных путей развития детей с нарушением зрения). Развитие физических способностей детей осуществляется в интеграции учебно-воспитательного процесса и кружковой работы. Особое внимание уделяется формированию двигательных навыков и закреплению на основе высокой степени повторяемости и оптимальной последовательности способам владения мячом: ведение, броски, передачи, обманные движения и т.п. Занятия проводятся эмоционально, с большим использованием игровых упражнений с мячом, игр с предметами, что позволяет дольше поддерживать интерес детей, повышать эффективность и точность выполнения упражнений с мячом. Содержание программы сориентировано на создание у детей хорошей физической подготовки, воспитание нравственно-волевых, моральных качеств, чувства коллективизма.

Преимственность с программами общеобразовательной школы. Программа взаимосвязана с программой Физическая культура (основная школа, учебная программа для учащихся 5 - 7 классов под ред. В.И. Ляха).

Адресат программы – учащиеся 5 - 7 классов (10-12 лет). С переходом в основную школу происходит скачок в развитии движений, любознательности, появляется выразительность, плавность, точность, особенно при выполнении циклических и ациклических видов деятельности. Дети лучше осваивают ритм движения. Быстро переключаются с одного темпа на другой, что особенно важно при обучении игры в баскетбол. Точнее оценивается пространственное расположение частей тела, предметов, глазомер. Дети начинают замечать ошибки при выполнении отдельных упражнений с мячом, способны на элементарный анализ. Они могут различать в содержании упражнений с мячом не только его основные элементы, но и детали, начинают осваивать более тонкие движения в действии кистью при передаче, ведении, броска мячом по кольцу.

Обучение ведется на русском языке.

Объем программы. Программа рассчитана на 74 часа в учебный год (с сентября по май).

Формы организации образовательного процесса. Положительная эмоциональная окрашенность физической деятельности детей (умение владеть мячом) и руководителя обеспечивает комфортную обстановку на занятиях и укрепляет желание дальнейшей работы. Смена видов действия с мячом, использование различных дополнительных игровых приемов с разной физической нагрузкой сосредотачивает внимание детей, дисциплинирует и снимает напряжение. Программа представляет собой систему, позволяющую научить ребенка свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание

условий для завершающего броска по кольцу. Поэтому программа предусматривает как индивидуальное умение владения с мячом, так и действие в микрокомандах – парами, тройками, пятерками.

Срок реализации программы. Для достижения планируемых результатов, заявленных в программе, достаточно 37 недель.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Длительность 1 занятия - 45 минут (согласно СанПин). Место проведения кружка – спортивный зал МБОУ Верхнетыжминская ООШ.

Цель и задачи программы

Цель программы: изучить основные методы, необходимые для проведения игры в баскетбол.

Задачи программы:

1. Дать детям представление о сущности игры в баскетбол, ее правилах (ведение мяча двумя и одной рукой, передача мяча в статическом положении и при движении, броски в щит и корзину и т.д.).
2. Формировать навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину и умение применять их в игровой ситуации.
3. Формировать умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с ним.
4. Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.
5. Развивать умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
6. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
7. Воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
8. Способствовать совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей.

Ожидаемые результаты:

умение свободно владеть мячом, передвигаться с ним по площадке в различных направлениях, развитие скоростных качеств, преодоление контакта с противником и создание условий для завершающего броска по кольцу, умение следить за полетом мяча и устремляться в сторону летящего мяча, стараясь поймать его. Такие движения с мячом, как перебрасывание друг другу, ловля, бросание в цель у детей станет правильнее, свободнее.

<i>Компетенции</i>	<i>Знания</i>	<i>Умения</i>	<i>Навыки</i>
Познавательные	сущности игры в баскетбол, ее правилах (ведение мяча двумя и одной рукой, передача мяча в статическом положении и при	умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры	осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм

	движении, броски в щит и корзину и т.д.).		
Информационные	пространственной терминологии, осознанно выбирать рациональный способ двигательного действия; придумывать комбинации движений, их варианты	доводить информацию до своих сверстников	
Коммуникативные	способов преодолевать контакт с противником	умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях; преодолевать контакт с противником	организации знакомых игр
Личностные	понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила	умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели	навыки передачи, ловли, ведения и бросков мяча в корзину
Социально-трудовые	подвижных игр с элементами баскетбола, связей физической культуры с жизнью	умение использовать изученные игры вне школы, выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с ним	реализации творческой активности

2. Содержание программы

74 часа в год, 2 часа в неделю

Раздел 1. Упражнения и игры с передачей мяча. 13 часов.

Теория: 3,5 ч. Практика: 9,5 ч.

Раздел 2. Упражнения и игры с ведением мяча. 12 часов

Теория: 2,5 ч. Практика: 9,5 ч.

Раздел 3. Упражнения и игры с бросками мяча в корзину. 9 часов.

Теория: 1,5 ч. Практика: 7,5 ч.

Раздел 4. Упражнения для обучения тактическим приёмам игры. 15 часов.

Теория: 3,5 ч. Практика: 11,5 ч.

Раздел 5. Подвижные игры с элементами баскетбола. 15 часов.

Теория: 2 ч. Практика: 13 ч.

Раздел 6. Общая физическая подготовка. 5 часов.

Теория: 1 ч. Практика: 4 ч.

Раздел 7. Игра по правилам. 5 ч.

Теория: 1 ч. Практика: 4 ч.

Учебный план

№ п/п	Раздел	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
			Всего	Теория	Практика	
1-5	Упражнения и игры с передачей мяча 13 часов	История развития баскетбола. Перемещения (обучение). Известные спортсмены-баскетболисты. Передача мяча	5	1,5	3,5	1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его. 2. Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами. 3. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами. 4. Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли. 5. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. 6. Передача мяча одной рукой в движении.

		двумя руками.				
6-10		Углубленное разучивание. Передача мяча.	5	1,5	3,5	1. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево) 2. Передача мяча в тройках, пятерках. 3. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей колонны, а затем противоположной колонны.
11-13		Совершенствование. Передача мяча	3	0,5	2,5	Передача мяча парами при противодействии защитника
14-17	Упражнения и игры с ведением мяча 12 часов	Первоначальное обучение. Ведение мяча	4	0,5	3,5	1. Ведение мяча на месте. 2. Ведение мяча вокруг себя 3. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом
18-22		Углубленное разучивание. Ведение мяча.	5	1,5	3,5	1. Ведение мяча с изменением -направления движения -скорости передвижения -высоты отскока мяча 2. Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него. 3. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча
23-25		Совершенствование. Ведение мяча.	3	0,5	2,5	
26-28	Упражнения и игры с бросками мяча в корзину 9 часов	Бросок мяча в корзину (обучение)	3	0,5	2,5	1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом. 2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку. 3. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.
29-31		Углубленное разучивание. Бросок мяча в корзину	3	0,5	2,5	1. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки). 2. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.
32-34		Бросок мяча в корзину. Совершенствование	3	0,5	2,5	

35-39	Упражнения для обучения тактико-техническим приемам игры 15 часов	Передвижения без мяча и с мячом.	5	1	4	1.Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. 2. Перемещение в стойке боком, спиной вперед. 3. Остановка двумя шагами и прыжком. 4. Ведение с изменением направления. 5. Ведение с пассивным сопротивлением.
40-43		Тактика нападения	4	1	3	
44-49		Тактика защиты	6	1,5	4,5	1. Защитные действия против игрока без мяча и с мячом. 2. Командные защитные действия. 3. Подстраховка. 4. Персональная опека игрока
50-64	Подвижные игры с элементами баскетбола 15 часов	Подвижные игры с элементами баскетбола.	15	2	13	
65-69	Общая физическая подготовка 5 часов	Развитие двигательных качеств	5	1	4	1.Пробегание отрезков по 6-10 м. 2.Стартовые рывки с места. 3.Ускорения из различных исходных положений. 4.Метание мяча в цель с места и на дальность. 5. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. 6.Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. 7.Прием нормативов.
70-74	Игра по правилам 5 часов	Правила соревнований. Игра по правилам.	5	1	4	Жесты судей. Правила игры в мини-баскетбол.
	Всего		74	15	59	

Календарно-тематическое планирование

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Количество часов</i>
1	История развития баскетбола. Перемещения (обучение).	1
2	Известные спортсмены-баскетболисты. Перемещения (обучение).	1
3	Передача мяча двумя руками.	1
4	Передача мяча двумя руками.	1
5	Передача мяча двумя руками.	1
6	Углубленное разучивание. Передача мяча.	1

7	Углубленное разучивание. Передача мяча.	1
8	Углубленное разучивание. Передача мяча.	1
9	Углубленное разучивание. Передача мяча.	1
10	Углубленное разучивание. Передача мяча.	1
11	Совершенствование. Передача мяча	1
12	Совершенствование. Передача мяча	1
13	Совершенствование. Передача мяча	1
14	Первоначальное обучение. Ведение мяча	1
15	Первоначальное обучение. Ведение мяча	1
16	Первоначальное обучение. Ведение мяча	1
17	Первоначальное обучение. Ведение мяча	1
18	Углубленное разучивание. Ведение мяча.	1
19	Углубленное разучивание. Ведение мяча	1
20	Углубленное разучивание. Ведение мяча	1
21	Углубленное разучивание. Ведение мяча	1
22	Углубленное разучивание. Ведение мяча	1
23	Совершенствование. Ведение мяча.	1
24	Совершенствование. Ведение мяча.	1
25	Совершенствование. Ведение мяча.	1
26	Бросок мяча в корзину (обучение)	1
27	Бросок мяча в корзину (обучение)	1
28	Бросок мяча в корзину (обучение)	1
29	Углубленное разучивание. Бросок мяча в корзину	1
30	Углубленное разучивание. Бросок мяча в корзину	1
31	Углубленное разучивание. Бросок мяча в корзину	1
32	Бросок мяча в корзину. Совершенствование	1
33	Бросок мяча в корзину. Совершенствование	1
34	Бросок мяча в корзину. Совершенствование	1
35	Передвижения без мяча и с мячом.	1
36	Передвижения без мяча и с мячом.	1
37	Передвижения без мяча и с мячом.	1
38	Передвижения без мяча и с мячом.	1
39	Передвижения без мяча и с мячом.	1
40	Тактика нападения	1
41	Тактика нападения	1
42	Тактика нападения	1
43	Тактика нападения	1
44	Тактика защиты	1

45	Тактика защиты	1
46	Тактика защиты	1
47	Тактика защиты	1
48	Тактика защиты	1
49	Тактика защиты	1
50	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
51	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
52	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
53	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
54	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
55	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
56	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
57	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
58	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
59	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
60	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
61	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
62	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
63	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
64	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1
65	Развитие двигательных качеств	1
66	Развитие двигательных качеств	1
67	Развитие двигательных качеств	1
68	Развитие двигательных качеств	1
69	Развитие двигательных качеств	1
70	Правила соревнований. Игра по правилам.	1
71	Правила соревнований. Игра по правилам.	1
72	Правила соревнований. Игра по правилам.	1
73	Правила соревнований. Игра по правилам.	1
74	Правила соревнований. Игра по правилам.	1

3. Планируемые результаты освоения основной образовательной программы

Планируемые результаты

Предметные

- основные сведения о здоровом образе жизни;
- о влиянии здоровья на успешную жизнедеятельность человека;

- о позитивных факторах, влияющих на сохранение здоровья младшего школьника;
- об особенностях воздействия двигательной активности на основные органы человека;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием сеансов оздоровительного массажа;
- выполнять технико-тактические действия баскетбола.

Личностные

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности самостоятельной оздоровительной деятельности;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека,
- доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- интереса к различным видам физкультурно - спортивной и оздоровительной деятельности;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в познавательной и досугово - игровой деятельности;
- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;
- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению.

Метапредметные

Обучающийся научится:

- понимать необходимость рациональной организации режима дня, организации рабочего места;
- принимать и сохранять познавательные задачи, в том числе практические;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль за правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;
- осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками во время подвижных игр учитывать реакцию партнера на игру, следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических и психических качеств;
- проводить самоанализ выполняемых заданий и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;
- точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий; задавать вопросы, необходимые для организации деятельности.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Сроки проведения	Форма и название мероприятия	Примечания
1	Сентябрь	Подвижные игры с мячом на свежем воздухе. Русская лапта.	
2	Октябрь	Соревнования по мини-футболу.	
3	Ноябрь	Товарищеская встреча по баскетболу с Верхнебемужской ООШ.	
4	Январь	Внутришкольные соревнования по баскетболу.	
5	Февраль	Товарищеская встреча по баскетболу с Кармыжской СОШ. Участие в праздничном мероприятии, посвященном Дню защитников Отечества.	
6	Март	Зональные соревнования по баскетболу.	
7	Апрель	Районные соревнования по баскетболу.	
8	Май	Праздник оранжевого мяча.	

Календарный учебный график.

Полуг	Месяц	Недели обучения	
1 полугодие	Сентябрь	1	У
		2	У
		3	У
		4	У
	Октябрь	5	У
		6	У
		7	У
		8	У
	Ноябрь	9	К
		10	У
		11	У
		12	У
	Декабрь	13	У
		14	У
		15	У
		16	У
		17	У
2 полугодие	Январь	18	П
		19	У
		20	У
		21	У
	Февраль	22	У
		23	У
		24	У
		25	У
	Март	26	У
		27	У
		28	У
		29	У

	Апрель	30	К
		31	У
		32	У
		33	У, ИА
		34	У
	Май	35	У
		36	У
		37	У
	Всего учебных недель	34	34
	Всего часов по программе		74

Условные обозначения: У-учебная неделя, П – праздничная неделя, К – каникулы, ИА – итоговая аттестация.

Условия реализации программы.

Оборудование: баскетбольные мячи, щиты с корзинами, свисток.

Методические материалы (перечень):

Подвижные игры с элементами баскетбола:

Эстафета. Играют две – три команды, которые выстраиваются в колонны по одному у лицевой линии. Перед каждой колонной расставляются 4 – 5 стоик на расстоянии 1,5 – 2 м. По сигналу учителя ученики, стоящие первыми начинают бег с ведением мяча, обегая стойки змейкой. Обегают последнюю стойку, возвращаются назад, передают мяч, а сами встают в конец колонны. Команда, игроки которой первыми выполнили упражнение, выигрывает.

Передал –сидись! Играющих выстраивают в две – три колонны. Перед ними на расстоянии 2 –4 м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча) первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение упора присев. Затем следует передачи вторым игрокам и т.д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх – и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

Быстрая передача. Играющие в парах. Расстояние между учениками 4 – 5 м. По сигналу они начинают передавать мяч заданным способом. Пара, быстрее всех сделавшая 10 (15,20) передач, выигрывает.

Бросай –беги. Играющие стоят в двух разомкнутых на 3 – 4 шага шеренгах. Одна шеренга рассчитывается на первый-второй, а другая на второй-первый. Первые номера – одна команда, вторые – другая, У края каждой шеренги лежат мячи. По сигналу крайние игроки берут мяч, передают его по диагонали игроку своей команды, стоящему напротив, и сами бегут вслед за мячом. Игрок, получивший, передает его по диагонали игроку, стоящему напротив, и сам бежит на его место и т.д. Когда мяч достигнет крайних игроков, они ведут мяч, обегая противоположную колонну, на место игрока, начавшего передачу первым, и передают мяч по диагонали напротив, т.е. игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда игроки, начавшие передачу первыми вернуться на свои места. Команда, сделавшая это первой, выигрывает.

Мяч среднему. Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с баскетбольным мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его

вверх. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрального, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.

Эстафета с ведением мяча. Играющие в двух – трех колоннах выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч до отмеченного места, останавливаются, бросают мяч в стену и ловят (вращают его вокруг себя; переводят с ведением мяч под ногой; и т.д.) С ведением возвращаются в конец колонны и прокатывают мяч первому под ногами всех участников. Следующие все повторяют. Команда, закончившая первой, побеждает.

Борьба за мяч. Играют две команды на баскетбольной площадке. Учитель в центре подбрасывает мяч между капитанами, которые стараются отбить его одному из своих игроков. Овладев мячом, игроки передают мяч друг другу (можно с ведением), а игроки противоположной команды пытаются овладеть мячом. Команда, сделавшая 10 передач подряд, получает очко. После этого игру начинают с центра. Команда, набравшая большее количество очков, побеждает.

Колесо. Играющие стоят в колоннах по три, расставленных лучами по окружности лицом от центра. У первых игроков по мячу. По свистку первые игроки бегут с ведением мяча по кругу, обегая колонны (в одном заданном направлении). Добегая до своей колонны, передают мяч из рук в руки первому, а сами встают в конец колонны. И так до тех пор, пока первый вновь не становится в начале. Выигрывает команда, выполнившая задание первой.

Гонка мячей по шеренгам. Две команды выстраиваются шеренгами. У первых игроков по мячу. По сигналу мяч передается стоящему рядом, тот следующему и так до последнего, который в том же порядке передает его назад. Передачи следуют обусловленным способом. Количество игроков в шеренгах одинаково. Выигрывает команда, закончившая передачи первой.

Вызов номеров. Две равные команды встают за лицевой линией с обеих сторон щита. Рассчитываются по порядку номеров, которые сохраняются за игроками на все время игры. Перед каждой командой ставится мяч. Тренер называет номер игрока, например, три. Оба третьих номера выбегают вперед, берут мяч и ведут его до стоек, обводя их, и возвращаются назад, поставив мяч на прежнее место. Затем вызываются другие номера. За каждого игрока, пришедшего первым, команда получает очко. За пять минут нужно набрать большее количество очков.

Эстафета с ведением мяча и броском в корзину. Две команды за чертой в колоннах. Сигнал – первые игроки ведут мяч до щита, бросают в корзину, в случае промаха подбирают мяч и бросают снова до попадания, затем с ведением возвращаются в колонну назад. Передав мяч следующему, стать в конец колонны. При проведении эстафеты второй раз команды меняются местами.

Мяч своему. Две команды по 6-7 игроков. Один из игроков становится в круг (диаметр 2 м) – ловящий. Другой игрок (защитник) становится около круга соперников. Остальные располагаются произвольно. После розыгрыша в центре завладевшие мячом, передавая мяч друг другу, стараются подвести его к кругу и передать своему ловящему. Выигрывает команда, ловящий которой поймал мяч большее число раз за определенное время (5 - 10 минут). Игра по баскетбольным правилам.

Баскетбольные салочки. Одна команда, владея мячом, водя его и передавая друг другу, старается осалить мячом игроков другой команды. Салить можно, только не выпуская мяч из рук. Пробежки и осаливание броском мяча не допускаются. Осаленные садятся на скамейку. Затем команды меняются ролями. Играют оговоренное время, выигрывает команда, осалившая большее число соперников; если играют до осаливания всех игроков убегающей команды, то выигрывает команда, справившаяся с задачей быстрее.

Салки с передачей мяча водящему. У всех играющих по баскетбольному мячу. Они перемещаются по площадке, убегая от водящих, и выполняют ведение мяча. Водящих в начале игры двое, у них один баскетбольный мяч. По сигналу учителя водящие, передавая мяч друг другу, перемещаются по площадке и стараются осалить играющих. Салить можно только касанием мяча, который держит в руках любой из водящих. Осаленный игрок кладет свой мяч на площадку и присоединяется к водящим, таким образом, в ходе игры число водящих все время увеличивается, а число убегающих уменьшается.

Формы контроля – тесты (см. ниже), спортивные соревнования.

Контрольно- измерительные материалы, критерии оценивания

I блок: упражнения с передачей мяча					
	Тест	Условия выполнения	Результат		
			Высокий уровень 3балла	Средний уровень 2 балла	Низкий уровень 1балл
1	Передача мяча двумя руками в парах, стоя на месте	Расстояние 2, 5-3м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
2	Передача мяча двумя руками в парах с отскоком о землю	3-4м	8-10 раз	3-7 раз	0-2 раза
3	Передача мяча двумя руками в парах, передвигаясь вперёд боковым галопом	10м (не уронить мяч)	8-10м	5-7м	1-2м
II блок: упражнения с ведением мяча					
1	Ведение мяча на месте двумя руками	10с	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
2	Ведение мяча правой и левой рукой вокруг себя	Время не ограничено	Более 10 раз	5-7 раз	1-2 раза
3	Ведение мяча правой и левой рукой, шагом продвигаясь вперёд	Расстояние 10м (не потерять мяч)	10м	5м	1-2м
III блок: упражнения с бросками мяча в корзину					
1	Бросок мяча в корзину, поставленную на пол, способом от груди	10 бросков, расстояние до корзины 2м	8-10 раз	3-7 раз	0-2м
2	Бросок мяча в кольцо, стоя на месте, двумя руками, способом из-за головы	5 бросков, расстояние до кольца 2,5-3м	4-5раз	2-3 раза	0-1раз
3	Бросок мяча в кольцо после ведения с фиксации остановки	3 броска, ведение – 5м	3 раза	1-2 раза	0
Сумма баллов за тесты			27	18	9

Высокий уровень – от 19 до 27баллов, ребёнок освоил все элементы владения мячом, выполняет уверенно, свободно, в хорошем темпе.

Средний уровень – от 10 до 18 баллов, ребёнок выполняет все элементы владения мячом, но допускает незначительные ошибки.

Низкий уровень – от 0 до 9 баллов, ребёнок допускает много ошибок, слабо координирован, глазомер слабо развит.

Список использованной литературы.

Нормативно-правовые документы

1. Основная образовательная программа основного общего образования.
2. Письмо Министерства образования от 26 марта 2002 г. № 30-51-197/20 «О повышении роли физической культуры и спорта в образовательных учреждениях».
3. Положение о рабочей программе.
4. Требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте второго поколения.
5. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ.
6. Федеральный закон от 29 апреля 1999 г. № 80-ФЗ «О физической культуре и спорте»;

Психолого-педагогическая литература

1. Адашкявичене Э.Й. «Обучение детей дошкольного возраста игре в баскетбол».
2. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье!»: Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004.
3. Волошина Л.М., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта. М., 2004.
4. Дайлидене И.Ю. Поиграем, малыш! М.. 1992.
5. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / автор-составитель Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина. М., 2000.
6. Змановский Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми. М., 1989.
7. Маврудиева Н. Подвижные игры как средство развития двигательных качеств и оформления специфических умений в обучении по мини-баскетболу. Син., 2002.
8. Программа «Физическая культура» (начальная школа), под ред. В. И. Ляха. М., 2005.
9. Сивачева Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. СПб. 2001
10. Старковская В. Л., А.С. Галанова, Т.А. Куценко «Современные здоровьесберегающие технологии».
11. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М., 2001.
12. Сековец Л.С. Коррекционно- педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения. Н.Новгород 2001г.
13. Маллаев Д.М. Игры для слепых и слабовидящих. М.: Советский спорт, 1992г.
14. Филиппова И. А. «Программа Олимпийского образования дошкольников».
15. Яковлева Л. В., Р.А. Юдина. «Старт».

Приложения

I.Подготовительная работа.

- Дети должны освоить технику игры в баскетбол, состоящую из двух видов действий: движения, которые выполняются без мяча или с мячом в руках без передачи его партнеру (стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения)
- Действия с мячом: ловля, передача, ведение и забрасывание в корзину.
- Основная стойка баскетболиста: ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед, тело направляется вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги.
- Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.
- Перемещение по площадке осуществляется бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, поворотами.

II. Обучение способам действия.

- Учить детей остановкам необходимо в такой последовательности: остановка после ходьбы, потом после бега в медленном темпе, после бега в быстром темпе и неожиданная остановка
- Учить ребенка правильно держать мяч: и.п. держать мяч на уровне груди обеими руками, при этом руки должны быть согнуты, локти опущены вниз, кисти рук лежат сзади/сбоку, пальцы широко расставлены.
- Учить детей встречать мяч руками, следить за его полетом.
- Мяч в руках долго не задерживать, действовать быстро (передавать его другому, бросать, вести и т.д.).
- Учить передаче мяча сначала двумя руками, а потом правой и левой (на месте и в движении).
- При передаче мяча держать его на уровне груди.
- Ведение мяча осуществлять с высоким отскоком.
- Учить ребенка правильно держать спину, не наклоняться к мячу, видеть площадку, не бить по мячу, а толкать его вниз, вести вперед – сбоку, а не прямо перед собой, смотреть вперед, а не вниз на мяч.
- Забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди (при этом способе игрок описывает небольшую дугу и, выпрямляя руки вверх бросает мяч в корзину).
- Одной рукой от плеча (мяч находится на ладони согнутой в локтевом суставе и придерживается другой; слегка согнутые ноги выпрямляются, одновременно рука с мячом выносится вперед-вверх и мяч толчком кисти руки направляется в корзину).
- Первоначальное расстояние до корзины в период обучения броскам по кольцу 1м, потом 2 -2,5м, высота детского щита с корзиной 1,5 – 2м.

III.Подводящие упражнения.

- Отбивание мяча двумя руками (по очереди) на месте.
- Ведение мяча, передвигаясь шагами,
- Ведение мяча, передвигаясь бегом по прямой
- Ведение мяча, передвигаясь со сменой направления

- Ведение мяча при противодействии другого игрока

IV. Организация игры.

- Игра делится на два тайма по 5 минут.
- Между таймами планируется обязательный перерыв.
- Педагог следит за продолжительностью игры.
- Во время перерыва происходит замена уставших детей.
- При перелетании мяча через боковую линию игра останавливается.
- Возвращает мяч в игру команда противника
- С мячом в руках игрок может сделать не более 3 шагов. После этого он должен вести мяч, передать его другому игроку или забросить в корзину
- Запрещается вести мяч двумя руками одновременно
- Запрещается бежать с мячом в руках
- Запрещается толкать игроков, держать их за одежду, руки.

