

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества «Олимп» Приволжского района г. Казани

Казан шәһәре Идел буе районының “Олимп” балалар ижаты үзәге”  
өстәмә белем муниципаль бюджет учреждениесе

Принята на заседании  
Педагогического Совета  
МБУДО ЦДТ «Олимп»  
Протокол № 1  
от «27» 08 2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

*физкультурно-спортивной направленности*

**«БАСКЕТБОЛ-TEENS»**

Возраст учащихся: 9-11 лет

Срок реализации программы: 1 год

*Автор-составитель программы:  
Якупов Ильмир Ильсурович,  
педагог дополнительного образования*

г. Казань, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

Информационная карта образовательной программы .....	3
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
1.1. Цель и задачи программы .....	5
1.2. Ожидаемые результаты учащихся после 1-го года обучения .....	5
1.3. Формы проведения занятий по баскетболу .....	5
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИАЛА ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ-TEENS» НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД .....	6
3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИАЛА ПО ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ-TEENS» .....	7
4. НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ-TEENS»	15
4.1. Текущие нормативные требования для учащихся по программе «Баскетбол-Teens» (Декабрь) .....	15
4.2. Итоговые нормативные требования для учащихся по программе «Баскетбол-Teens» (Май) .....	16
5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПРОГРАММЕ «БАСКЕТБОЛ-TEENS» .....	17
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	18

## Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества «Олимп» Приволжского района г. Казани
2	Полное название программы	<b>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол-Teens»</b>
3	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	Ф.И.О., должность	Якупов Ильмир Ильсурович педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	1 год
5.2	Возраст учащихся	9–11 лет
5.3	Характеристика программы -тип программы -вид программы	- Модифицированная - Однопрофильная
5.4	Цель программы	Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование и развитие основных двигательных умений и навыков в баскетболе
6	Формы и методы образовательной деятельности	<i>Формы обучения</i> – групповая, индивидуальная. <i>Методы обучения:</i> - словесные (беседа, объяснение); - наглядные (схемы, образцы, рисунки, презентации); - практические - физические упражнения; - игровой и соревновательный; - самостоятельная работа учащихся.
7	Формы мониторинга результативности	- мониторинг достижений учащихся (листы, протоколы мониторинга); - портфолио достижений учащихся; - участие в соревнованиях и турнирах.
8	Результативность реализации программы	В качестве показателей результативности реализации программы рассматривается участие учащихся в: - спортивных праздниках, конкурсах; - матчевых встречах, товарищеских играх с командами аналогичного возраста; - соревнованиях местного, районного уровней; - контрольных (нормативных) испытаниях и упражнениях (проводятся в течение всего учебного года 2 раза - в конце первого полугодия - в декабре и в конце второго полугодия - в мае).
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	01.09.2021
10	Рецензенты	Программно-экспертная комиссия МБУДО ЦДТ «Олимп»

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1. Цель и задачи рабочей программы

**Основная цель:** создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование и развитие основных двигательных умений и навыков в баскетболе.

### **Задачи:**

#### 1. Образовательные:

✓ Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;  
✓ Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры.

#### 2. Развивающие:

✓ Укрепить опорно-двигательный аппарат детей;  
✓ Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;  
✓ Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;  
✓ Развить физические качества, индивидуальные способности учащихся.

#### 3. Воспитательные:

✓ Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи;  
✓ Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;  
✓ Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

## 1.2. Ожидаемые результаты учащихся после 1-го года обучения

### К концу первого года обучения учащиеся:

✓ получают теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;  
✓ ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;  
✓ улучшат общую физическую подготовку;  
✓ освоят упражнения СФП;  
✓ обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе;  
✓ улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;  
✓ будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;  
✓ будут выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;  
✓ научатся ловить мяч двумя руками на месте;  
✓ научатся передавать мяч двумя руками: сверху, от плеча, от груди, снизу, с места, с отскоком;  
✓ научатся вести мяч: с высоким отскоком, с низким отскоком, со зрительным контролем;  
✓ научатся выполнять ведение мяча: на месте, по прямой линии, по дугам;

- ✓ научатся выполнять броски в корзину двумя руками: от груди, с отскоком от щита, с места, под углом к щиту;
- ✓ научатся освобождаться для получения мяча;
- ✓ будут уметь противодействовать получению мяча, розыгрышу мяча, атаке корзины;
- ✓ будут уметь останавливаться двумя шагами;
- ✓ будут уметь ловить мяч двумя руками в движении;
- ✓ научатся передавать мяч двумя руками в движении;
- ✓ научатся передавать мяч одной рукой от головы, от плеча, с места;
- ✓ научатся вести мяч зигзагом, а так же без зрительного контроля;
- ✓ будут уметь в командных нападающих действиях разыгрывать мяч;
- ✓ научатся в защитных действиях подстраховывать партнера;
- ✓ в защитных действиях будут уметь противодействовать выходу соперника на свободное место;
- ✓ научатся выполнять броски в корзину двумя руками (ближние, средние, дальние);
- ✓ научатся выполнять броски в корзину двумя руками: прямо перед щитом, под углом к щиту, параллельно щиту;

### **1.3. Формы проведения занятий по баскетболу**

- ✓ Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- ✓ Работа по индивидуальным планам;
- ✓ Медицинский контроль;
- ✓ Участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах;
- ✓ Дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».

**2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ МАТЕРИАЛА ПО ПРОГРАММЕ  
«БАСКЕТБОЛ-TEENS» НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**  
4 часа в неделю (144 часа в год)

№ п/п	Тема	Кол-во часов)		
		Теория	Практика	Всего
1	Организация учебно-воспитательного процесса	4	-	4
2	Теоретическая подготовка	4	-	4
3	Общесфизическая подготовка	-	48	48
4	Специальная подготовка	-	16	16
5	Техническая подготовка	2	18	20
6	Тактическая подготовка	2	14	16
7	Игровая подготовка	-	14	14
8	Судейская подготовка	2	-	2
9	Контрольные и календарные игры	-	12	12
10	Сдача контрольных нормативов	-	8	8
<b>ИТОГО</b>		<b>14</b>	<b>130</b>	<b>144</b>