

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
МОСКОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА КАЗАНИ

«Принята» на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «02» сентября 2024 г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО «ДДЮТиЭ»
А.А. Рубинский
приказ № 114 от «02» сентября 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: от 12 до 17 лет.

Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Шихапов Руслан Ринатович
педагог дополнительного образования

Казань 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Для создания наиболее благоприятных условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» МБУДО «ДДЮТиЭ» Московского района города Казани заключило договор о сетевом взаимодействии с МБОУ «Политехнический лицей № 182». Предусмотрено проведение совместных мероприятий с использованием помещений и оборудования.

Актуальность программы «Баскетбол»: Программа направлена на ознакомление учащихся с основами баскетбола, на поэтапное овладение данным видом спорта, т. е. на поступательное развитие от начинающего игрока до уровня игрока юношеской спортивной школы.

Цель: Содействие всестороннему развитию личности учащихся, укрепление здоровья, организация содержательного досуга, овладение основами баскетбола и, в дальнейшем, навыками и умениями осознанной игры в баскетбол

Задачи:

- развитие необходимых физических качеств - силы, быстроты, выносливости, ловкости, скоростной и прыжковой выносливости; выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовке;
 - выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовке;
 - совершенствование технических приемов и тактических действий в нападении и защите в условиях игровой обстановки;
 - выполнение специальных требований по технической подготовке;
 - накопление опыта участия в соревнованиях;
- приобретение опыта в самостоятельном ведении тренировки, составлении индивидуальных планов тренировки;

Описание программы: Баскетбол, как одна из самых популярных игр в нашей стране, совмещает в себе разнообразные движения; ходьбу, бег, остановки, повороты, прыжки, ловлю, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое, но и агитационно-воспитательное значение. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма.

Предполагаемые результаты учащихся:

Знать:

- правила техники безопасности и поведения во время занятий в объединении;
- правила игры, значение и обозначения разметки на площадке, жесты судьи;
- основные технические приёмы и тактические действия во время игры.

Уметь:

- выполнять основные технические приемы в нападении и защите;
- выполнять основные стойки, передвижения, остановки, повороты;
- выполнять тактические действия в нападении (индивидуальные, групповые, командные);
- выполнять тактические действия в защите (личная, зонная, смешанная защиты).

Адресат программы: учащиеся в возрасте 12-17 лет.

Объем и срок освоения программы: 3 года обучения, 144 часа в год, 4 часа в неделю.