

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 7

принята на заседании
педагогического совета
от « 26 » мая 2024г.
протокол № 9

Утверждаю
директор МБОУ СОШ № 7
Л.А. Токарева
« 29 » мая 2024г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Бас-кетболисты»

Возраст обучающихся: 8-17 лет
Срок реализации: 2 года

Автор составитель:
Шаповалов Юрий Викторович

г. Нижний Тагил
2024 год

Содержание
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Бас-кетболисты»

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Адресат программ
- 1.3. Объем и срок освоения программы
- 1.4. Форма обучения
- 1.5. Особенности организации образовательного процесса. Режим занятий
- 1.6. Цель и задачи программы
- 1.7. Содержание программы: учебный план программы, содержание учебного плана
- 1.8. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график, календарно-тематическое планирование
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы
- 2.7. Список литературы

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы.

С каждым годом растет количество детей, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, ожирением, нарушением осанки, речи, зрения, координации движений, органов дыхания. Снижается сопротивляемость организма к различным заболеваниям. В этой связи актуальной становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья ребенка, коррекции недостатков физического развития, профилактики заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального, физического и эмоционального развития человека.

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

По своему воздействию спортивные игры, в том числе баскетбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

Содержание программы содержит профориентационную составляющую, что поможет в осознанном выборе профессий физкультурно-спортивной направленности, в привлечении молодежи в профессию и сократить нехватку кадров в образовании.

В основе программы лежат следующие **нормативные документы**:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования

детей».

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № 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 учетом их особых образовательных потребностей»).

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

14. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

15. Приказ министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785 –Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»;

16. Приказ министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 25.08.2023 № 963 –Д «О внесении изменений в приказ министерства образования и молодёжной политики Свердловской области от 29.06.2023 №785 –Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом».

1.2.Адресат программы: от 8 до 17 лет

В подростковом возрасте идёт пубертатное развитие, реконструкция телесного образа «я» и родовой идентичности, когнитивное отношение интеллектуальной сферы, развивается способность к абстрактному мышлению.

Появляется стремление к самообразованию. Особенностью этого возраста является любознательность, стремление к восприятию нового и интересного. Подростковый возраст- время реального перехода к настоящей взрослости. Ведущая деятельность – общение. Учащиеся основной школы претерпевают значительные изменения в организме, которые будут существенно влиять на все стороны биологического, психологического и социального развития.

1.3. Объем и срок освоения программы

Занятия для подростков проводятся 3 раза в неделю по 1 часу из расчета 34 учебных недели в год.

Общий объём программы 102 часа в год.

Срок реализации программы 2 года.

1.4. Форма обучения

Форма обучения – очная, групповая.

Методы обучения:

- словесный;
- наглядный;

- практический;
- индуктивный;
- дедуктивный;
- объяснительно - иллюстративный;
- частично – поисковый;
- проблемно – поисковый;
- игровой, создание эмоционально - нравственных ситуаций;
- дискуссионный.

Наиболее эффективный современный метод – АФО - активная форма обучения.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы обучения:

- занятие – беседа;
- занятие – диалог;
- занятие - размышление (над прочитанным, просмотренным и т.п.);
- итоговое занятие - диалог или ресурсный круг по модулю программы;
- практическое занятие (работа над заданием);
- проблемная беседа;
- показательные выступления;
- тренировка;
- круговая тренировка;
- презентация по теме.

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая, групповая.

Педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения, проблемного обучения, игровой деятельности, коллективной творческой деятельности, медиаобразовательные.

1.5. Особенности организации образовательного процесса

Занятия групповые. В группах от 7 до 10 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий в соответствии с СанПин - 3 раза в неделю по 1 часу.

1.6. Цель и задачи программы

Цель: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни через занятия баскетболом.

Задачи:

обучающие:

- формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоить знания о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладеть техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоить удары по мячу и остановок мяча;
- овладеть игрой и комплексным развитием психомоторных способностей;
- освоить техники ведения мяча;
- закрепить техники владения мячом и развить координационные способности;
- освоить тактики игры.

развивающие:

- укрепить здоровье, развить основные физические качества и повысить функциональные способности;
- развивать выносливость;

- развивать скоростные и скоростно-силовые способности.

воспитательные:

- воспитать положительные качества личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитать чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.7. Содержание программы

Программа представляет собой комплекс спортивно-оздоровительных мероприятий, направленных на формирование у обучающихся устойчивого интереса и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовке, к развитию физических и психических качеств, творческого использования средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Краткая характеристика разделов программы. Материал программы дается в следующих разделах: теоретическая подготовка, общая физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка.

В разделе **«Теоретическая подготовка»** представлен материал, способствующий расширению теоретических знаний учащихся о собственном организме, о гигиенических требованиях, об избранном виде спорта, о возможностях человека и его культуре. Изучение материала осуществляется в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности на занятии.

В разделе **«Общая физическая подготовка»** даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. Основным средством этого раздела являются специальные подготовительные упражнения, которые развивают качества, необходимые для обучения игры в баскетбол.

В разделе **«Техническая подготовка»** представлен материал, способствующий обучению техническим приемам игры, основам судейства. Представлен учебный материал. Одним из ведущих приёмов в обучении является выделение и разучивание основы технического действия.

В разделе **«Тактическая подготовка»** представлен материал, способствующий тактическим приемам игры. Представлен учебный материал. Одним из ведущих приёмов в обучении является выделение и разучивание основы тактического действия.

Учебный план к программе «Бас-кетболисты»

	Название модуля	Всего	теория	практика	Формы аттестации/контроля
	1-ый год обучения	102	28	74	соревнование
	2-ый год обучения	102	28	74	соревнование

Учебно-тематический план Модуль 1 1 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение	3ч	2ч	1ч
2.	Теоритическая подготовка	5ч	4ч	1ч
3.	Общая физическая подготовка	26ч	6ч	20ч
4.	Техническая подготовка	32ч	8ч	24ч
5.	Тактическая подготовка	33ч	8ч	25ч
6.	Итоговое занятие	3ч	0ч	3ч
	ИТОГО:	102ч	28 ч	74 ч

Содержание учебного плана Модуль 1 1 год обучения

Тема 1. Введение.

Теория: Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ. Правила игры в баскетбол. Основные понятие игры в баскетбол.

Практика: Игра «Командообразование».

Тема 2. Теоритическая подготовка.

Теория: Правила техники безопасности при занятиях баскетболом. Режим и питание спортсмена. Личная гигиена и закаливание организма История рождения и развития баскетбола. Организация и судейство соревнований по баскетболу. Жестикуляция судей. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.

Практика: Игра «Я - баскетболист».

Тема 3. Общая физическая подготовка.

Теория: Ходьба с различными положениями ног и рук, бег обычный, с ускорениями, спиной вперед. Передвижение приставными шагами правым и левым боком. Общеразвивающие силовые упражнения без предметов (подтягивания, отжимания и др.) с преодолением собственного веса.

Практика: Упражнения, направленные на развитие специальных двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, быстроты, координации, прыгучести, гибкости, скоростно-силовых качеств (упражнения с набивными мячами, со скакалкой, ускорения из различных исходных положений, прыжки в длину и высоту, жонглирование мячами). Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости. Челночный бег. Подвижные игры и эстафеты.

Тема 4. Техническая подготовка.

Теория: Изучение стоек баскетболиста. Перемещения по площадке. Ведение мяча. Передачи мяча Изучение и совершенствование технических приемов игры в нападении: ведение мяча левой и правой рукой, с изменением направления, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие и средние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой, передача мяча с отскоком от пола. Постановка заслона. Выход для получения мяча игрока без мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой и лицевой линий (взаимодействие игроков с помощью заслона и выхода на мяч). Изучение и совершенствование технических приемов игры в защите: защитная стойка баскетболиста, опека игрока, выбивание и вырывание мяча, перехваты мяча, противодействие броску, подбор мяча под кольцом. Персональная и зонная защита. Переход из защиты в контратаку. Быстрый прорыв 2х1,3х2. Изучение и совершенствование технических приемов игры в нападении: ведение мяча с изменением направления, без зрительного контроля, бросок мяча одной рукой от головы с места и в движении после ведения, с двух шагов. Передачи мяча разными способами в парах, в тройках на месте и в движении с сопротивлением. Сочетание приёмов передвижений и остановок, приёмов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Бросок одной рукой от плеча в прыжке; с сопротивлением. Ловля низких и катящихся мячей одной рукой. Ловля мяча на максимальной скорости передвижения, на максимальной высоте прыжка. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча.

Практика: Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Бросок мяча одной рукой от головы с места и в движении после ведения. Штрафные броски. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Изучение и совершенствование технических приемов игры в защите: защитная стойка баскетболиста, опека игрока, перехваты мяча, подбор мяча под кольцом. Сочетания изученных приемов перемещения. Учебная игра. Передача мяча на длинные расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой.

Тема 5. Тактическая подготовка

Теория: Тактическая подготовка. Групповые действия в нападении. Командные действия в нападении. Групповые действия в защите. Командные действия в защите. Передача мяча, броски.

Практика: Передачи мяча разными способами в парах, в тройках на месте и в движение сопротивлением. Ведение с последующей остановкой, разворотом и с продолжением ведения. Сочетания изученных приемов передвижений и остановок. Ведение мяча на максимальной скорости. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Взаимодействие трёх игроков в нападении малая “восьмёрка”. Финты (на ведение, передачу, бросок), постановка заслона игроку с мячом и без, растягивание зоны, переход в контратаку. Взаимодействия двух игроков - передай мяч и выходи, заслон, наведение, пересечение. Раннее нападение. Анализ основных способов позиционного нападения: через центрального игрока, “восьмеркой”, “серией заслонов”.

Тема 6. Итоговое занятие.

Теория: -

Практика: Подведение итогов, рекомендации учащимся.

Учебно-тематический план

Модуль 2

2 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение	3ч	2ч	1ч
2.	Теоритическая подготовка	5ч	4ч	1ч
3.	Общая физическая подготовка	26ч	6ч	20ч
4.	Техническая подготовка	32ч	8ч	24ч
5.	Тактическая подготовка	33ч	8ч	25ч
6.	Итоговое занятие	3ч	0ч	3ч
	ИТОГО:	102ч	28 ч	74 ч

Содержание учебного плана

Модуль 2

2 год обучения

Тема 1. Введение.

Теория: Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ. Правила игры в баскетбол. Основные понятия игры в баскетбол.

Практика: Игра «Командообразование».

Тема 2. Теоритическая подготовка.

Теория: Правила техники безопасности при проведении занятий. Режим и питание спортсмена. Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена. Правила соревнований. Судейство соревнований. Мотивы занятий физическими упражнениями. Основные приемы самоконтроля. Влияние игровой деятельности на формирование коммуникативных качеств личности.

Практика: участие в беседе. Практикум по отработке навыков самоконтроля.

Тема 3. Общая физическая подготовка.

Теория: приемы выполнения упражнений на развитие физических качеств. Правила игры.

Практика: выполнение упражнений на развитие физических качеств: (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Эстафетный бег. Ускорение на 30, 40, 50 м. Бег на 60 м.

Старт из положения с опорой на одну руку. Челночный бег 3 x 10 м и 5 x 5 м. Прыжки в длину с места, напрыгивание на препятствие, выпрыгивания с низкого приседа. Прыжки в высоту. Опорные прыжки. Прыжки в длину с разбега, через скакалку. Метание малого мяча, набивного мяча из различных положений одной и двумя руками. Метание набивного мяча (1 кг) из различных исходных положений двумя и одной рукой. Круговая тренировка. Подвижные игры: «Мяч капитану», «Всадники», «Салки в тройках». «Не давай мяч водящему»

Тема 4. Техническая подготовка.

Теория: приемы ведения, ловли и передачи мяча.

Практика: выполнение упражнений: повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока. Ведение мяча от одной линии штрафного броска до другой (14,4 м) и обратно, 4 раза. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Передача мяча 13 одной рукой, от плеча после ведения. Передача мяча на месте с отскоком от пола. Передача мяча одной рукой снизу на месте; передача мяча одной рукой от плеча по высокой траектории на расстояние 10-12 м с места и в движении. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах и тройках; передача мяча на месте при встречном движении и с отскоком от пола. Броски в движении после двух шагов. Бросок в прыжке одной рукой с места. Бросок мяча одной рукой в прыжке с поворотом до 180°, толкаясь одной ногой. Штрафной бросок. Бросок от головы; бросок снизу двумя руками; бросок в корзину одной рукой в прыжке после ловли мяча во время бега

Тема 5. Тактическая подготовка

Теория: техника выполнения групповых и командных действий в нападении и защите.

Практика: выполнение групповых и командных действий в нападении и защите.

Тема 6. Итоговое занятие.

Теория: -

Практика: Подведение итогов, рекомендации учащимся.

1.8. Планируемые результаты

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития; Личностные

результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; – умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Учебные промежутки	Месяц	Количество недель
1 учебный период Набор детей в секции Проведение родительских собраний, собеседование с детьми, просмотры, дни открытых дверей в объединениях, комплектование учебных групп. Реализация дополнительных общеобразовательных программ	Сентябрь-октябрь	7 недель
2 учебный период Реализация дополнительных общеобразовательных программ	Ноябрь	4 недели
	декабрь	4 недели
3 учебный период Реализация дополнительных общеобразовательных программ	январь	3 недели
	февраль	4 недели
	март	4 недели
4 учебный период Реализация дополнительных общеобразовательных программ	апрель	4 недели
	май	4 недели
Учебных недель		34

2.2. Условия реализации программы

Для занятий необходимо спортивное помещение, отвечающее определённым требованиям. Оно должно быть:

Материально-техническое оснащение программы – занятия должны проводиться в спортивном зале - с не менее чем 2 баскетбольными кольцами, должны быть в наличии баскетбольные мячи – не менее 1 мяча на двоих учащихся.

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

- щиты с кольцами – 2 шт.;
- насос ручной- 2шт.;
- баскетбольные мячи - 10шт.;
- стойки для обводки- 12 шт.;
- гимнастическая стенка- 1 шт.;
- гимнастические скамейки- 2 шт.;
- гимнастический трамплин – 1шт.;
- гимнастические маты -6 шт.;
- скакалки – 15 шт.;
- мячи набивные различной массы – 15шт.

2.3. Формы аттестации

Способы отслеживания усвоения программы:

- Систематическое наблюдение за каждым участником в процессе коллективного действия.
- Индивидуальная работа (самоконтроль, взаимоконтроль)
- Наблюдение за самостоятельной деятельностью детей.

2.4. Оценочные материалы

Для отслеживания уровня развития физических показателей детей три раза в год проводится ряд мониторинговых мероприятий (отслеживается дыхание, меткость, скорость, прыгучесть, гибкость, выносливость, реакция, сила, координация, вестибулярный аппарат), проводится тестирование обучающихся по итогам освоения всех разделов программы. Результаты мониторинга и тестовых мероприятий фиксируются в рабочем журнале. На основе полученных данных идет отслеживание результатов двигательного воздействия на учащегося, выстраивается индивидуальная работа, проходит консультирование.

ПАРАМЕТРЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ СФОРМИРОВАННОСТИ СОЦИАЛЬНО - ЛИЧНОСТНЫХ, РЕГУЛЯТИВНЫХ И ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Составляющие образованности	Уровни		
	Низкий	Средний	Высокий
<p align="center">Уровень сформированности личностных универсальных учебных действий:</p> <p><i>нравственность</i></p>	<p>Не усвоил гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества; не сформировано чувство ответственности и долга перед Родиной; не толерантен.</p> <p>Отсутствует целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</p> <p>Не освоены социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах; не принимает участие в самоуправлении и общественной жизни.</p>	<p>Осознает свою этническую принадлежность; частично усвоил гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества; иногда проявляет чувство ответственности и долга перед Родиной; толерантность поведения.</p> <p>Частично сформировано целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</p> <p>Освоены некоторые социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослых и социальные сообщества; иногда принимает участие в</p>	<p>Осознает свою этническую принадлежность; усвоил гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества; сформировано чувство ответственности и долга перед Родиной; толерантность поведения.</p> <p>Сформировано целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</p> <p>Освоены социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослых и социальные сообщества; участие в самоуправлении и</p>

<p><i>мотивация</i></p>	<p>Не развито моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем. Не сформированы нравственные чувства и нравственное поведение. Не осознает ценность здорового и безопасного образа жизни, не придерживается правил безопасного поведения;</p> <p>Отсутствует экологическая культура и эстетическое сознание.</p>	<p>школьном самоуправлении и общественной жизни.</p> <p>Не всегда проявляется моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем, частично сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, не всегда осознанно и ответственно относится к собственным поступкам;</p> <p>Не всегда осознает и принимает ценность здорового и безопасного образа жизни; знает, но не всегда выполняет правила индивидуального и коллективного безопасного поведения;</p> <p>Частично сформированы основы экологической культуры и основы эстетического сознания.</p> <p>Не всегда проявляет ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию.</p> <p>Ориентируется в мире профессий, но не всегда может самостоятельно сделать осознанный выбор и построить дальнейшую индивидуальную траекторию образования. Не всегда уважительно относится к труду,</p>	<p>общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;</p> <p>Развито моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;</p> <p>Осознает и принимает ценность здорового и безопасного образа жизни; знает правила индивидуального и коллективного безопасного поведения;</p> <p>Сформированы основы экологической культуры. Заложены основы эстетического сознания.</p> <p>Сформирован устойчивый познавательный интерес, ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.</p> <p>Ориентируется в мире профессий,</p>
<p><i>самооценка</i></p>	<p>Не сформировано ответственное отношение к учению, не проявляет готовности к саморазвитию и самообразованию. Не ориентируется в мире профессий и не проявляет профессиональных предпочтений. Не сформировано уважительное отношение к труду, не принимает участия в социально значимом труде;</p> <p>Не всегда может адекватно оценивать себя в практической деятельности и жизненных ситуациях</p>	<p>Ориентируется в мире профессий, но не всегда может самостоятельно сделать осознанный выбор и построить дальнейшую индивидуальную траекторию образования. Не всегда уважительно относится к труду,</p>	<p>Осознает и принимает ценность здорового и безопасного образа жизни; знает правила индивидуального и коллективного безопасного поведения;</p> <p>Сформированы основы экологической культуры. Заложены основы эстетического сознания.</p> <p>Сформирован устойчивый познавательный интерес, ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.</p> <p>Ориентируется в мире профессий,</p>

		<p>иногда принимает участие в социально значимом труде. Заложены основы опыта рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;</p>	<p>выражает профессиональные предпочтения. Способен осознанно выбирать и строить индивидуальную траекторию образования. Сформировано уважительное отношение к труду, принимает участие в социально значимом труде;</p> <p>Заложены основы опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;</p>
<p>Уровень сформированности метапредметных универсальных учебных действий регулятивных</p>	<p>Не умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <p>Не может самостоятельно планировать пути достижения целей.</p> <p>Не умеет соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата,</p>	<p>Не всегда умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <p>Не всегда умеет самостоятельно планировать пути достижения целей.</p> <p>Не всегда соотносит свои действия с планируемыми результатами. Не всегда в полной мере может оценить правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её</p>	<p>Умеет самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <p>Умеет самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;</p> <p>Умеет соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения</p>

<i>коммуникативных</i>	<p>Не может оценить правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;</p> <p>Не владеет основами самоконтроля, самооценки. Не может самостоятельно принимать решения и осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности;</p>	<p>решения;</p> <p>Владеет основами самоконтроля, самооценки.</p> <p>Не всегда может принимать самостоятельные решения и осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной</p>	<p>результата,</p> <p>Умеет оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;</p> <p>Владеет основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</p>
<i>познавательных</i>	<p>Не умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;</p> <p>Работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты. Не может формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <p>Не умеет осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; слабо</p>	<p>В большинстве случаев может организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе. Может формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <p>Использует речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владеет устной и письменной речью. Слабо владеет монологической контекстной речью;</p>	<p>Умеет организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <p>Умеет осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владеет</p>

	<p>владеет устной и письменной речью.</p> <p>Не умеет выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>Не может определить способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p> <p>Не может использовать информационно-коммуникационные технологии;</p> <p>Не заложены основы экологического мышления.</p> <p>Не способен определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;</p> <p>Не умеет</p>	<p>Не всегда может выбрать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>Не всегда может самостоятельно определить способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p> <p>Может использовать информационно-коммуникационные технологии;</p> <p>Заложены основы экологического мышления,</p> <p>Не всегда может самостоятельно определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;</p> <p>Умеет создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;</p>	<p>устной и письменной речью, монологической контекстной речью;</p> <p>Умеет осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>Умеет определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p> <p>Может использовать информационно-коммуникационные технологии;</p> <p>Заложены основы экологического мышления, умеет применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.</p> <p>Умеет определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации,</p>
--	--	--	--

	<p>создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;</p> <p>Не всегда осмысленно читает.</p>	осмысленно читает.	<p>устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;</p> <p>Умеет создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;</p>
<p>Предметная: <i>знает</i></p> <p><i>умеет</i></p>	<p>Знает и понимает термины, понятия, факты. Применяет имеющиеся знания только в знакомой стандартной ситуации, воспроизводит знания. Не проявляет интереса к истории и теории здорового образа жизни.</p> <p>Недостаточно управляет своими движениями, использует физический потенциал не в полную силу. Двигательные задания выполняются неточно. Двигательным действиям не хватает четкости и законченности. Недостаточный</p>	<p>Знает и понимает термины, понятия, факты. Может применять имеющиеся знания в новой, незнакомой ситуации при объяснении тех или иных условий. Умеет сравнивать и сопоставлять отдельные факты, анализировать, оценивать и делать выводы. Проявляет интерес к сохранению и укреплению здоровья.</p> <p>В достаточной степени управляет своими движениями, Двигательные задания и двигательные действия выполняются точно и четко под небольшим руководством педагога. Освоены техники выполнения бросков и приема мяча</p>	<p>Знает и понимает термины, понятия, факты, употребляет их в процессе деятельности. Умеет сравнивать и сопоставлять отдельные факты, анализировать, оценивать и делать выводы. Предлагает несколько вариантов решения какой-либо проблемы. Способен самостоятельно получать знания в области физической культуры, истории и теории сохранения и укрепления здоровья</p> <p>Самостоятельно управляет своими движениями в соответствии с поставленными задачами. Двигательные действия точные и законченные. Все двигательные задания выполняются верно и четко. Использует свой физический потенциал в полную силу, стремится к освоению техник.</p>

	уровень освоения техник		
--	----------------------------	--	--

2.5. Методические материалы

Принципы построения программы:

1. Принцип гуманистической направленности в воспитании (сотрудничество с детьми).
2. Сотрудничество с родителями.
3. Индивидуальный подход (учёт индивидуальных и половозрастных особенностей ребёнка).
4. Принцип культуросообразности – воспитание основывается на общечеловеческих ценностях и нормах культуры.
5. Принцип последовательности в обучении и в воспитании (от простого - к сложному).

В содержание программы включены знания по различным предметам общеобразовательной школы:

- *анатомии* (строение мышечного корсета человека, самоконтроль развития личных физических качеств);
- *физиологии* (основы диетологии, питьевого режима и здорового питания);
- *ОБЖ* (основы безопасного проведения тренировок и спортивно-оздоровительных мероприятий);
- *геометрии* (разметка площадки, сектора);
- *математике* (счет комбинаций).

Обучение подростков осуществляется следующими основными методами:

Программа построена на базе образовательной технологии «Разноуровневого дифференцированного обучения», авторы Д.Б. Эльконин и В.В. Давыдов.

Деятельность обучающихся на занятиях-тренировках может быть организована по-разному даже при использовании одной и той же оздоровительной программы:

- фронтальный (все занимающиеся одновременно выполняют упражнения);
- индивидуальный (самостоятельное выполнение задания под руководством тренера или по карточкам заданиям);
- круговой (выполнение упражнений на «станциях» с различной целевой направленностью в составе небольшой группы или самостоятельно).

На ряду с вышеперечисленными методами организации деятельности обучающихся, применяются словесные методы обучения: рассказ, беседа, объяснение, консультация, диалог.

К наглядным методам обучения можно отнести визуальные сигналы (визуальный счёт, специальные сигналы, обозначающие движение, направление движения, его начало и повторение). Для развития навыков самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности используются элементы исследовательской, проектной, экспериментальной деятельности и метод проблемного обучения.

Основной формой организации образовательного процесса является занятие - тренировка в группе. Каждое занятие, в соответствии с правилами построения имеет определенную структуру:

- *Подготовительная часть* (разминка и первая заминка);
- *Основная часть* – изучение техник, учебно-тренировочная игра;
- *Заключительная часть* (упражнения на восстановление).

2.6. Рабочие программы (модули) курсов, дисциплин программы

Рабочая программа представлена на сайте МБОУ СОШ №7 <https://школа.7.рф>, в разделе «Образование».

2.7. Список литературы для педагогов:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов - М., ФиС, 1967, 1972.

4. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов - Минск, 1970.
5. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения - М., ФиС, 1999.
6. Линдеберг Ф. Баскетбол - игра и обучение - М., ФиС, 1971, 1972.
7. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004
8. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадем Пресс 2000
9. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений - М., ФиС, 1973
10. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов - М., ФиС, 1967.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002
12. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста - М., ФиС, 1981, 1985

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения. М. АСТ. 2006
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999
7. Леонов А.Д. Малый А. А. Баскетбол - книга для учащихся - Киев, Радянська школа, 1989