

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №12 им. академика В.И. Кудинова» города Воткинска, Удмуртской Республики**

ПРИНЯТО:  
На заседании ШМО  
Протокол №1 от 27.08.24 г.  
2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
директор МБОУ СОШ №12  
\_\_\_\_\_ Г.М. Кельдибекова  
Приказ №326 -ос от 27 августа

**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Игровые виды спорта - баскетбол, мини-футбол, волейбол»  
для учащихся 7-10 лет  
срок реализации программы 1 год**

составитель: Мордвин А.А.  
педагог дополнительного  
образования МБОУ СОШ №12

## Комплекс основных характеристик программы

### 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Игровые виды спорта - баскетбол, мини-футбол, волейбол» составлена в соответствии

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

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

- с учетом положений Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р) и методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242).

Главной целью развития отечественной системы школьного образования является формирование личности, готовой к активной, творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

*Актуальность и педагогическая целесообразность программы.*

Среди основных видов спорта существенное оздоровительное и прикладное значение имеют спортивные игры. Спортивные игры развивают координацию движений, выносливость, силу и ловкость. Выполнение умеренной мышечной работы с вовлечением всех основных групп мышц повышает общую работоспособность организма и его сопротивляемость к самым различным заболеваниям. Большую роль в решении данного вопроса может сыграть дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по спортивным играм. Она направлена на сохранение и укрепления здоровья, расширение двигательного опыта обучающихся, развитие и закрепление интереса к самостоятельным формам занятий спортивными играми.

*Новизна и отличительные особенности программы*

Интегрированные занятия формируют здоровьесберегающий подход в обучении, который, без потери качества образования, позволяет снимать утомляемость и перенапряжение обучающихся за счет переключения с одного вида деятельности на другой, сохраняет принцип вариативности развивает креативные качества у обучающихся и расширяет диапазон творчества педагогов.

Игры и действия с мячами различного веса и объема развивают крупные и мелкие мышцы, и пространственную ориентировку.

Спортивные игры с мячом коллективного характера создают благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых качеств и, конечно,

коммуникативный навык. Сочетание обучения трех видов спорта в одной программе позволяет заинтересовать большее количество обучающихся на данную программу.

#### *Адресат программы*

Программа рассчитана на обучающихся 7-12 лет, девочек и мальчиков, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий. Группы формируются по гендерному принципу по 15-20 человек. Зачисление в учебные группы осуществляется по личному желанию обучающегося и с заявлением его законного представителя. Во время зачисления в учебную группу сдача контрольно-тестовых упражнений и проведение вступительных испытаний не предусмотрена.

*Форма занятий* – групповая.

*Режим занятий:*

Программой предусмотрено обучение 2 часа в неделю, 36 учебных недель с сентября по май включительно. Предлагаемый режим занятия 2 раза в неделю по 1 часу. Общий объем учебной нагрузки 72 часа в год.

*Срок реализации* дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: 1 год.

## **2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, через углубленное освоение знаний и умений в спортивной игре «Баскетбол».

**Задачи программы:**

- формировать базовые знания в области физической культуры и спорта: термины, определения и понятия;
- формировать элементарные знания в области гигиены человека во время занятий физической культурой и спортом;
- формировать технические и развивать тактические навыки и умения вести игру в баскетболе;
- воспитывать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;

## **3. Содержание программы**

### **Учебный план**

№ п/п	Наименование разделов (тем)	Количество часов, всего	в том числе		Формы аттестации (контроля)
			теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	5	5		Выполнение контрольных тестов
1.1.	Вводное занятие. История и пути развития современного баскетбола, волейбола, мини-футбола. Техника безопасности	2	2		
1.2	Основы спортивной тренировки режим и личная гигиена.	2	2		

1.3.	Правила соревнований.	1	1		
2	Практические занятия	29	2	27	
2.1	Общая физическая подготовка	13	1	12	Контрольные упражнения (тест)
2.2	Специальная физическая подготовка	16	1	15	Контрольные упражнения (тест)
3	Технико-тактическая подготовка баскетбол	25		25	Контрольные упражнения (тест)
4	Учебно-тренировочные игры (соревнования)	11	2	9	
5	Контрольные тесты	2	1	1	Выполнение контрольных тестов
	<b>итого</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>	

### **Организация учебно-тренировочного процесса**

Методическая часть программы включает учебный материал по основным видам подготовки, его распределение в годичном цикле, организацию и проведение врачебно-педагогического контроля: содержит практические рекомендации по проведению учебно-тренировочных занятий, воспитательной работы.

**Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам (по рекомендации тренера-преподавателя). Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.**

#### **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА:**

Данный раздел дается на весь период учебного года. Теоретический материал дается во всех частях тренировочного занятия (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течении 5-6 минут.

Вводное занятие. знакомство с учебной группой, с целями и задачами программы на учебный год, инструктаж по ТБ и ОТ во время занятий. Правила внутреннего распорядка и поведения в помещениях и на месте проведения занятий. Требования к спортивной форме одежде и обуви. Ознакомление с режимом тренировочной деятельности, учебой и отдыхом. Подготовка к тестированию по ОФП, СФП. История и пути развития современного баскетбола, мини-футбола, волейбола. Физическая культура и спорт в России. Современное развитие мирового баскетбола, мини-футбола, волейбола. Обзор важнейших событий в физической культуре и спорте в России.

Анализ игр чемпионатов России, Европы и мира. Ориентирование на лучших спортсменов современного спорта. История развития ведущих клубов страны.

Основы спортивной тренировки, режим и личная гигиена. Влияние физической культуры и спорта на функциональные системы организма. Определение физического развития и физическая подготовленность. Режим дня и питание спортсмена. Гигиенические требования к одежде и спортивной форме. Самоконтроль.

Правила игры в баскетбол: терминология; схема анализа игры своей команды, команды соперника. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Жестикуляция. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Роль судьи. Названия основных линий, размеры поля, допустимые размеры поля, состав команды.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА:**

### **Программа по предмету «Общая физическая подготовка»**

#### **1. Общеразвивающие упражнения**

- Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и поочередно – из различных исходных положений, стоя на месте и в движении.
- Упражнения для ног: поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и мах ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.
- Упражнения для шей и туловища: Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения, лежа на спине переход в положение, сидя; различные сочетания этих движений.
- Упражнения для всех групп мышц: могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, набивными мячами.

#### **2. Упражнения для развития физических качеств**

- Упражнения для развития силы: упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание и виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах; преодоление веса и сопротивления партнера; упражнения с набивными мячами.
- Упражнения для развития быстроты:
- Бег с ускорением до 40 м. Повторный бег 2-3 x 20-30 м, 2-3 x 30-40 м, 3-4 x 50-60 м. Бег 50 м с низкого старта, 100 м, бег с препятствиями от 60 до 100 м.

- Упражнения для развития гибкости: общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения; упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой; наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов.
- Упражнения для развития ловкости: кувырки вперед, назад; упражнения в равновесии; метание мячей в подвижную и неподвижную цель; метание после кувырков, поворотов, вращений.
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: прыжки в высоту, в длину с места; многократные прыжки с ноги на ногу; на двух ногах; перепрыгивание предметов; прыжки в глубину; бег и прыжки по лестнице вверх и вниз; игры с отягощениями; эстафеты, комбинированные с бегом, прыжками, метанием.
- Упражнения для развития общей выносливости: Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанцию для девочек от 1500 до 3000 м, для мальчиков от 2500 до 5000 м. Дозированный бег по пересеченной местности.

**3. Спортивные и подвижные игры** используются на усмотрение тренера-преподавателя.

### **«Специальная физическая подготовка»**

**Упражнения для развития быстроты.** Рывки с места с максимальной скоростью на отрезках 5, 10, 15 м. и т.д. с постоянным изменением длины отрезков из различных исходных положений. Стартовые рывки с мячом. Бег с остановками и с резким изменением направления. “Челночный бег”. Бег с выполнением задания: ускорение, остановка, изменение направления. Подвижные игры и эстафеты.

**Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств.** Одиночные и серийные прыжки, толчком двумя и одной ногой, с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Прыжки по ступенькам. Прыжки со скакалкой. Прыжки через барьер толчком одной и двумя ногами. Упражнения с набивными мячами.

Упражнения для развития специальной выносливости. Беговые, прыжковые, скоростно-силовые и специальные циклические упражнения, используемые в режиме высокой интенсивности. Многократно повторяемые и специально организованные упражнения в технике и тактике игры.

**Упражнения для воспитания специфической координации и игровой ловкости.** Ловля и передача баскетбольного мяча во время ходьбы, бега, прыжков через гимнастическую скамейку, перепрыгивания через препятствия. Упражнения с баскетбольными мячами у стены. Упражнения с выполнением кувырков, ловля и передача мяча выполняются до кувырка, после рывка и сразу после кувырка. Комбинированные упражнения с прыжками, рывками, кувырками, перепрыгиванием, напрыгиванием, спрыгиванием в сочетании с приемами, используя баскетбольный мяч. Подвижные игры. Эстафеты с прыжками, изменением направления бега, рывками.

**Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча. Сгибание и разгибание кисти в лучезапястном суставе. Круговые движения кистями, сжатие и разжимание пальцев в положении руки вперед, в стороны, вверх, вместе и сочетании с различными перемещениями.**

**ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА Программа по предмету  
«Техническая подготовка»**

Приемы игры	Спортивно-оздоровительный этап, годы						
	1	2,3	4	5			
Прыжок толчком двух ног	+	+					
Прыжок толчком одной ноги	+	+					
Остановка прыжком		+	+				
Остановка двумя шагами		+	+				
Повороты вперед	+	+					
Повороты назад	+	+					
Ловля мяча двумя руками на месте	+	+					
Ловля мяча двумя руками в движении		+	+				
Ловля мяча двумя руками в прыжке		+	+				
Ловля мяча двумя руками при встречном движении		+	+				
Ловля мяча двумя руками при поступательном движении		+	+	+			
Ловля мяча двумя руками при движении сбоку		+	+	+			
Ловля мяча одной рукой на месте		+					
Ловля мяча одной рукой в движении		+	+	+			
Ловля мяча одной рукой в прыжке			+	+			
Ловля мяча одной рукой при встречном движении			+	+			
Ловля мяча одной рукой при поступательном движении			+	+			
Ловля мяча одной рукой при			+	+			

движении сбоку							
Передача мяча двумя руками сверху	+	+					
Передача мяча двумя руками от плеча (с отскоком)	+	+					
Передача мяча двумя руками от груди (с отскоком)	+	+					
Передача мяча двумя руками снизу (с отскоком)	+	+					
Передача мяча двумя руками с места	+	+					
Передача мяча двумя рукам в движении		+	+	+			
Передача мяча двумя руками в прыжке		+	+				
Передача мяча двумя руками (встречные)		+	+	+			
Передача мяча двумя руками (поступательные)			+	+			
Передача мяча двумя руками на одном уровне			+	+			
Передача мяча двумя руками (сопровождающие)			+	+			
Передача мяча одной рукой сверху		+	+				
Передача мяча одной от головы		+	+				
Передача мяча одной рукой от плеча (с отскоком)		+	+	+			
Передача мяча одной рукой с места	+	+					
Передача мяча одной рукой в движении		+	+	+			
Ведение мяча с высоким отскоком	+	+					
Ведение мяча с низким отскоком	+	+					
Ведение мяча со зрительным контролем	+	+					
Ведение мяча без зрительного контроля		+	+	+			
Ведение мяча на месте	+	+					
Ведение мяча по прямой	+	+	+				
Ведение мяча по	+	+	+				

кругам							
Ведение мяча зигзагом		+	+	+			
Обводка соперника с изменением высоты отскока			+	+			
Обводка соперника с изменением направления			+	+			
Обводка соперника с изменением скорости			+	+			
Обводка соперника с поворотом и переводом мяча			+	+			
Броски в корзину двумя руками от груди	+	+					
Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита	+	+	+	+			
Броски в корзину двумя руками в движении	+	+	+	+			
Броски в корзину одной рукой от плеча	+	+	+				
Броски в корзину одной рукой (добивание)							
Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита	+	+	+	+			
Броски в корзину одной рукой в движении	+	+	+	+			
Броски в корзину одной рукой в прыжке		+	+	+			
Броски в корзину одной рукой (дальние)			+	+			
Броски в корзину одной рукой (средние)			+	+			

**Программа по предмету  
«Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка,  
медико-восстановительные мероприятия»**

**1. Теоретическая подготовка**

Формы теоретических занятий: беседы, лекции. Организация: специальные занятия, беседы и рассказ в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований.

**Темы теоретической подготовки:**

**Общие положения.** Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта. Основы спортивной подготовки. Правила игры в баскетбол.

**Правила поведения и техники безопасности на занятиях.** Инструктаж по технике безопасности. Поведение на улице во время движения к месту занятия и на тренировочном занятии. Поведение во время проведения тренировочных занятий на стадионе, в игровом зале, на летней площадке. Правила обращения с инвентарем. Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке.

**Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.** Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям.

**Гигиенические требования к занимающимся спортом.** Необходимые сведения о строении и функциях организма человека. Понятие о гигиене спортсмена. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Понятие о рациональном питании. Режим питания, регулирования веса спортсмена. Значение витаминов. Правильный режим дня для спортсмена. Закаливание организма, здоровый образ жизни. Профилактика вредных привычек.

**Влияние физических упражнений на организм спортсмена.** Понятие об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Восстановительные мероприятия в спорте. Активный отдых. Самомассаж.

**Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.** Простудные заболевания у спортсменов. Закаливание организма спортсмена. Травматизм в процессе занятий баскетболом. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

**Общая характеристика спортивной подготовки.** Понятие о процессе спортивной подготовки. Взаимосвязь соревнований, тренировки и восстановления. Формы организации спортивной тренировки. Понятие о тренировочной нагрузке. Значение тренировочных и контрольных игр. Специализация и индивидуализация в спортивной тренировке. Самостоятельные занятия: утренняя гимнастика, индивидуальные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений.

**Основы техники игры и техническая подготовка.** Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Классификация приемов техники игры. Анализ техники изучаемых приемов игры.

**Правила соревнований, организация соревнований.** Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

## 2. Тактическая подготовка

Тактика нападения

Приемы игры	Спортивно-оздоровительный этап, годы					
	1	2,3	4	5		
Выход для получения мяча	+	+				
Выход для отвлечения мяча	+	+				

Розыгрыш мяча		+	+	+			
Атака корзины	+	+	+	+			
«Передай мяч и выходи»	+	+	+				
Заслон			+	+			
Наведение		+	+	+			
Пересечение		+	+	+			
Треугольник			+	+			
Тройка			+	+			
Малая восьмерка				+			
Скрёстный выход			+	+			
Сдвоенный заслон				+			
Наведение на двух игроков				+			
Система быстрого прорыва			+	+			
Система эшелонированного прорыва				+			
Система нападения через центрального				+			
Система нападения без центрального				+			
Игра в численном большинстве							
Игра в меньшинстве							

#### Тактика защиты

Приемы игры	Спортивно-оздоровительный этап, годы							
	1	2,3	4	5				
Противодействие получению мяча	+	+						
Противодействие выходу на свободное место	+	+						
Противодействие розыгрышу мяча	+	+	+					
Противодействие атаке корзины	+	+	+	+				
Подстраховка		+	+	+				
Переключение			+	+				
Проскальзывание				+				
Групповой отбор мяча			+	+				
Против тройки				+				
Против малой восьмерки				+				
Против скрестного выхода				+				
Против сдвоенного заслона				+				
Против наведения на				+				

двух							
Система личной защиты		+	+	+			
Система зонной защиты							
Система смешанной защиты							
Система личного прессинга							
Система зонного прессинга							
Игра в большинстве				+			
Игра в меньшинстве				+			

### 3. Психологическая подготовка

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру-преподавателю, работающему с юными спортсменами, следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на учащихся, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности, способной в будущем показать высокое спортивное мастерство.

Основными задачами психологической подготовки являются:

- привитие устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование установки на тренировочную деятельность;
- формирование волевых качеств;
- совершенствование эмоциональных свойств личности;
- развитие коммуникативных свойств личности;
- развитие и совершенствование интеллекта спортсмена.

К числу главных методов психологической подготовки относятся беседы, убеждения, педагогическое внушение, методы моделирования соревновательной ситуации через игру. В программу занятий следует вводить ситуации, требующие преодоления трудностей.

В работе с юными спортсменами устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия.

К методам словесного воздействия относятся разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение, примеры авторитетных людей и др.

Методы смешанного воздействия включают поощрение, выполнение общественных и личных поручений, наказание.

Следует отметить, что акцент в распределении средств и методов психологической подготовки в решающей степени зависит от психических особенностей юного спортсмена, задач и направленности тренировочного занятия.

Количественные характеристики движений по объему и интенсивности требуют самых разнообразных волевых усилий в преодолении усталости,

связанной с большими мышечными усилиями и напряжениями. Повторный метод выполнения физических упражнений лежит в основе формирования волевых качеств спортсмена. Наибольшее влияние на развитие воли оказывают упражнения на развитие таких качеств, как сила и выносливость. Способность спортсмена развивать максимальные мышечные напряжения и усилия требует от человека особой направленности сознания на выполняемое двигательное действие. В системе психологической подготовки должно быть отведено место определенной организации внимания, направленности сознания спортсмена на специфические для данного вида спорта информативно-значимые признаки, позволяющие спортсмену развивать мышечные напряжения «без помех» мышечных антагонистов.

Волевой подготовке спортсмена способствуют упражнения на выносливость. Спортивные упражнения всегда направлены на достижение более высокого по сравнению с предыдущим спортивного результата. В этом суть спортивной тренировки. Выносливость, как вырабатываемая способность спортсмена, преодолевать усталость является, пожалуй, основной трудностью в спорте, преодоление которой будет лежать в основе развития и совершенствования волевых качеств личности – упорства, настойчивости, решительности и уверенности в своих силах.

В развитии способности спортсмена достигать цели в двигательном действии свой вклад вносят упражнения, связанные с развитием быстроты. Отражение в сознании быстроты движений или действий происходит через дифференцировку спортсменом таких временных параметров движений, как восприятие длительности выполняемых движений, временной последовательности. Все это требует от спортсмена четкой дифференцировки не только временных характеристик движений, связанных с проявлением качеств быстроты спортсмена, но и обязательной дифференцировки мышечных усилий и напряжений одновременно. В этом особая трудность, преодолевая которую спортсмен формирует волевые качества личности.

Таким образом, волевая подготовка спортсмена решается, прежде всего, средствами физической подготовки, так как развитие физических качеств – силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости – всегда связано с преодолением трудностей в достижении цели общей функциональной подготовки спортсмена.

На развитие волевых качеств спортсмена непосредственное влияние оказывает техническая подготовка спортсмена. В освоении техники спортивного упражнения большой трудностью является поддержание интенсивности внимания длительное время, т.е. устойчивость. Без волевого усилия спортсмена нельзя поддерживать напряженность сознания длительное время. Эффект действия тот же – развивается воля при успешном освоении способа выполнения двигательного действия. Такое свойство как распределение внимания своей трудоемкостью вносит свой вклад в процесс волевой подготовки спортсмена. Спортсмену приходится одновременно следить за правильностью исполнения своих действий и действий соперника.

**Нельзя не отметить и то, что в развитии воли спортсмена особое значение имеет взаимосвязь и взаимообусловленность между самими волевыми качествами:**

**активностью и самостоятельностью, целеустремленностью и инициативностью, решительностью и настойчивостью, смелостью и самообладанием, уверенностью в своих силах.**

## **Безопасность при проведении учебно-тренировочных занятий**

### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям по баскетболу допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по баскетболу возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях,
- нарушении правил проведения игры,
- при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по баскетболу должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по баскетболу должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Тренер-преподаватель и учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с учащимся тренер-преподаватель обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий тренер-преподаватель и учащиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Снять все предметы, которые могут стать причиной травмы (кольца, серьги, значки и т.д.).

2.3. Запрещается входить в спортивный зал с жевательной резинкой.

2.4. Проверить надежность установки и крепления баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.5. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

2.6. Запрещается входить в зал, брать мячи и использовать инвентарь и оборудование спортивного зала без разрешения тренера-преподавателя.

2.7. Тщательно проветрить спортивный зал, провести разминку.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Все действия необходимо выполнять только по команде тренера-преподавателя. По свистку тренера-преподавателя необходимо остановиться и слушать указание тренера-преподавателя.

3.2. На занятиях необходимо четко выполнять все упражнения; во время отработки отдельных элементов следить за тем, чтобы мяч не попал под ноги товарищу, что может послужить причиной падения и травмы.

3.3. Строго выполнять правила проведения игры.

3.4. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.5. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.6. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера-преподавателя.

3.7. Запрещается выходить из зала во время занятия без разрешения тренера-преподавателя.

### **4. Требования безопасности по окончании занятий**

4.1. Окончание занятия происходит организованно по команде тренера-преподавателя.

4.2. Спортивный инвентарь необходимо с разрешения тренера-преподавателя убрать на место его постоянного хранения.

4.3. Тщательно проветрить спортивный зал.

4.4. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

### **5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

5.2. При получении учащимися травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать учащихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

### **УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ИГРЫ (СОРЕВНОВАНИЯ)**

**Теория.** Инструктаж по ОТ и ТБ во время проведения и участия в соревнованиях. Режим дня перед соревнованиями, питание, средства восстановления. Разбор игры команды соперников. Установка на игру. Психологический настрой на игру, на победу. Медицинский допуск на соревнования. Роль судьи, роль капитана команды. Оформление заявки на соревнования. Схемы проведения соревнований различного

уровня. Значение соревновательной деятельности в формировании спортивного мастерства обучающихся.

**Практика.** Участие в соревнованиях различного уровня.

Учебно-тренировочные игры: игра по упрощенным правилам с ограниченным числом игроков и на укороченных площадках, игры с заданиями. Соревнования. Участие в турнирах и в соревнованиях различного уровня.

## **КОНТРОЛЬНЫЕ ТЕСТЫ**

Тестирование. Тестирование ОФП, СФП и ТТП проводится два раза в год – первое полугодие декабрь и второе полугодие май месяц, согласно контрольно-тестовых упражнений

- наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий;
- контроль за выполнением отдельных элементов (амплитуда, количество повторений и техники исполнения);
- выполнение контрольных тестов;

## **4. Планируемые результаты.**

Планируемые результаты освоения программы

*Личностные:*

Будут знать: влияния физических упражнений на организм для укрепления здоровья;

Научатся выполнять упражнения для развития основных двигательных качеств осуществлять контроль за состоянием собственного организма по ЧСС; анализировать результаты показателей физического развития своего организма; проявлять устремленность и настойчивость в достижении поставленной цели, демонстрировать трудолюбие, проявлять толерантность к членам команды, уважение к взрослым

*Метапредметные* – потребность к занятиям в свободное время для укрепления здоровья, потребность в саморазвитии, чувство ответственности и самостоятельности.

Научатся выполнять физические упражнения самостоятельно; помогать в организации и подготовке мест проведения занятий; осуществлять мелкий ремонт инвентаря и оборудования; организовывать и проводить активный досуг с сверстниками и/или младшими школьниками, проводя подвижные игры с элементами волейбола, баскетбола, мини-футбола; вести здоровый образ жизни; проявлять культуру поведения во время просмотра соревнований в качестве болельщиков.

*Предметные* -мотивация к занятиям выбранным видом спорта, теоретические знания о выбранном виде спорта, практические умения и навыки в области выбранного вида спорта

Будут знать технику безопасности во время занятий; правила соревнований; методику организации и проведения соревнований

Научатся выполнять базовые технические элементы и их связки; играть в баскетбол по упрощенным и основным правилам

### **Программа по предмету**

**«Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка,  
медико-восстановительные мероприятия»**

#### **1. Теоретическая подготовка**

Формы теоретических занятий: беседы, лекции. Организация: специальные занятия, беседы и рассказ в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований.

### **Темы теоретической подготовки:**

**Общие положения.** Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта. Основы спортивной подготовки. Правила игры в баскетбол.

**Правила поведения и техники безопасности на занятиях.** Инструктаж по технике безопасности. Поведение на улице во время движения к месту занятия и на тренировочном занятии. Поведение во время проведения тренировочных занятий на стадионе, в игровом зале, на летней площадке. Правила обращения с инвентарем. Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке.

**Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.** Спортивно-этическое воспитание. Психологическая подготовка в процессе спортивной тренировки. Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений. Воспитание чувства ответственности перед коллективом. Инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям.

**Гигиенические требования к занимающимся спортом.** Необходимые сведения о строении и функциях организма человека. Понятие о гигиене спортсмена. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Понятие о рациональном питании. Режим питания, регулирования веса спортсмена. Значение витаминов. Правильный режим дня для спортсмена. Закаливание организма, здоровый образ жизни. Профилактика вредных привычек.

**Влияние физических упражнений на организм спортсмена.** Понятие об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Восстановительные мероприятия в спорте. Активный отдых. Самомассаж.

**Профилактика заболеваемости и травматизма в спорте.** Простудные заболевания у спортсменов. Закаливание организма спортсмена. Травматизм в процессе занятий баскетболом. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

**Общая характеристика спортивной подготовки.** Понятие о процессе спортивной подготовки. Взаимосвязь соревнований, тренировки и восстановления. Формы организации спортивной тренировки. Понятие о тренировочной нагрузке. Значение тренировочных и контрольных игр. Специализация и индивидуализация в спортивной тренировке. Самостоятельные занятия: утренняя гимнастика, индивидуальные занятия по совершенствованию физических качеств и техники движений.

**Основы техники игры и техническая подготовка.** Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Классификация приемов техники игры. Анализ техники изучаемых приемов игры.

**Правила соревнований, организация соревнований.** Правила соревнований по баскетболу. Судейство соревнований. Судейская бригада: главный судья соревнований, судьи в поле, секретарь, хронометрист. Их роль в организации и проведении соревнований.

**Комплекс организационно-педагогических условий**  
**Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год**

М Е С Я Ц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь					Декабрь				Январь					Февраль			
	02-06	09-13	16-20	23-27	30-04	07-11	14-18	21-25	30-04	05-08	11-15	18-22	25-29	02-06	09-13	16-20	23-27	30-07	08-10	13-17	20-24	27-31	03-07	10-14	17-21	24-28
№ недели	1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	13	14	15	16		17	18	19	20	21	22	23	24
1 год обучения	к/у	у	у	у	у	у	у	у	кан ику лы	у	у	у	у	у	у	у	у	кан ику лы	у	у	у	у	у	у	у	у

М Е С Я Ц	Март				Апрель				Май			
С Я Ц	03-07	10-14	17-21	24-28	31-04	07-11	14-18	21-25	28-02	05-08	12-16	19-23
№ недели	25	26	27		28	29	30	31	32	33	34	35
1 год обучения	у	у	у	кан икул ы	у	у	у	у	у	у	у	у/р

**Условные обозначения:**

Пр-праздничные дни (проведение праздничных досуговых мероприятий)

К-комплектование групп.

У – учебное время.

Р – резервное время для выполнения учебного раздела образовательной программы.

**Считать нерабочими праздничными днями:** 4 ноября, 23 февраля, 30 декабря - 7 января нов. каникулы, 8 марта, 1 мая, 9 мая

## 6. Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение:** Уровень образования педагога: среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандарта Педагогом дополнительного образования пройдено повышение квалификации по направлению программы.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

Помещением для проведения занятий является спортивный зал, стадион  
спортивный инвентарь:

- Мяч баскетбольный
- Секундомер
- Стойка для обводки
- Фишки (конусы)
- Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами
- Утяжелитель для ног
- Утяжелитель для рук
- Набивной мяч
- Манишки тренировочные

### *Спортивная база:*

- зал 18х36м.; открытые плоскостные площадки.
- раздевалки (жен, муж)

### *Материально-техническое обеспечение:*

- гимнастическая стенка 4-6 секций;
- гимнастические скамейки 4-6 шт.;
- гимнастические маты 6-8 шт.;
- скакалки- 15шт;
- мячи набивные 5 компл.;
- гантели различной массы 5 компл.;
- мячи баскетбольные- 20 шт.;
- щиты баскетбольные 4 шт

## 7. Оценочные материалы.

Контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренерско-преподавательского состава, при этом выявляется полнота сведений по уровню развития физических и технических способностей.

Результат - улучшение личных показателей.

Управлением учебно-тренировочной деятельности является:

-сбор информации

-анализ накопленной информации.

Инструментарием мониторинга являются тестовые упражнения.

Мониторинг проводится два раза в год

- промежуточный контроль –декабрь;

- итоговая аттестация - апрель- май.

Формой контроля является тесты (упражнения) по общей физической, специальной, технико-тактической и теоретической подготовке. Результаты мониторинга заносятся в протокол что позволит отследить достижения обучающихся в динамике в течение прохождения всего курса.

**Контрольно- измерительные материалы**  
**Контрольные нормативы для оценки результатов освоения**  
**теоретического материала в рамках Программы:**

Оцениваемые параметры теоретических вопросов	Контрольные упражнения (тесты)	Значение результата для получения оценки «зачтено»
	Тест на знание теории и методики спортивной гимнастики	Не менее 50% правильных ответов

**Вопросы теста:**

**Баскетбол**

**1. В каком году сборная нашей страны по баскетболу впервые приняла участие в Олимпийских Играх?**

- 1) 1952г.
- 2) 1904г.
- 3) 1956г.
- 4) 1980г.

**2. Сколько игроков в баскетбольной команде?**

- 1) 5
- 2) 10
- 3) 12
- 4) 15

**3. Размеры баскетбольного щита?**

- 1) 1м х 2м
- 2) 1м 20см х 1м 80см
- 3) 1м х 1м 50см
- 4) 1м 27см х 1м 85см

**4. Что такое "блокировка"?**

- 1) выбивание мяча из рук соперника
- 2) нарушение правил, препятствие продвижению соперника, не владеющего мячом
- 3) нарушение правил, препятствие продвижению соперника, владеющего мячом
- 4) толчок игрока, владеющего мячом

**5. Что такое "пробежка"?**

- 1) «передвижение» по площадке
- 2) бег в направлении кольца соперника
- 3) нарушение правил, когда игрок делает более двух шагов с мячом в руках

**6. Что такое правило пяти секунд?**

- 1) в течение 5 секунд игрок, владеющий мячом, не предпринимает никаких действий
- 2) в течение 5 секунд была проведена замена игроков
- 3) в течение 5 секунд игроки команды нападения перевели мяч из зоны защиты в зону нападения

**7. Что такое «технический фол»?**

- 1) невозможность продолжать игру по причине технических неполадок на площадке
- 2) преднамеренное нарушение правил спортивной этики
- 3) перерыв в игре по причине травмы игрока
- 4) неправильное применение атаки игрока

**8. Что такое «персональный фол»?**

- 1) ошибка игр, возникающая при соприкосновении с игроком
- 2) бросок мяча со штрафной линии
- 3) неправильная замена игроков
- 4) касание мяча соперником

**9. Что означает поднятая вверх открытая ладонь судьи?**

- 1) начало игры
- 2) окончание игры
- 3) минутный перерыв
- 4) удаление игрока с поля

**10. Что означает сжатая в кулак рука судьи, поднятая вверх?**

- 1) начало игры
- 2) окончание игры
- 3) персональное замечание игроку или тренеру
- 4) минутный перерыв

**Тестовые упражнения по общей физической и специальной физической подготовке и технико-тактической подготовке**

возраст	уровень	ОФП					
		Бег 3*10 м.		Прыжок в длину с местатолчком двумя ногами, см		Бег на 14 м	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
7,8	Высокий	10,3	10,6	110	105	3,5	4,0
	Средний	10,4	10,7	105	100	3,6	4,1
	Низкий	10,5	10,8	100	95	3,7	4,2
9,10	Высокий	9,6	9,9	130	120	3,4	3,9
	Средний	9,7	10,0	125	115	3,5	4,0
	Низкий	9,8	10,1	120	110	3,6	4,1
11	Высокий	9,6	9,9	130	120	3,4	3,9
	Средний	9,7	10,0	125	115	3,5	4,0
	Низкий	9,8	10,1	120	110	3,6	4,1

## 8. Методическое обеспечение программы

Под методами учебно-тренировочных занятий, следует понимать способы работы тренера-преподавателя (учителя) и обучающегося, при помощи которых достигается овладение знаниями, умениями и навыками, развиваются необходимые качества, формируется мировоззрение. В практических целях все методы условно делят на три группы: словесные, наглядные и практические. В процессе занятия (учебно-тренировочного занятия) все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспособляют к конкретным требованиям, обусловленным особенностями физкультурно-спортивной подготовки.

- Словесные методы: рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение

- Наглядные методы, многообразны и в значительной степени обуславливают действенность учебно-тренировочного процесса. К ним, прежде всего, следует отнести правильный в методическом отношении показ отдельных упражнений и их элементов, который обычно проводит учитель (тренер-преподаватель.)

-Методы практических упражнений условно могут быть разделены на две основные группы:

1. Методы, преимущественно направленные на освоение спортивной техники, т.е. на формирование двигательных умений и навыков, характерных для избранного вида спорта;

- включение - введение ранее хорошо освоенного движения в состав нового, двигательного действия;

- экстраполяция - усложнение движения путем количественного наращивания признака, уже включенного в движение;

- интерполяция - освоение нового упражнения на базе уже освоенных более легкого и более трудного упражнений, когда требуется формирование промежуточного по сложности навыка.

2. Методы, преимущественно направленные на развитие двигательных качеств.

- По интенсивности: равномерный, переменный

-По изучению элементов (движений, упражнений): непрерывный, интервальный

-Игровой метод предусматривает выполнение двигательных действий в условиях игры, в пределах характерных для нее правил.

Применение игрового метода обеспечивает высокую эмоциональность занятий и связано с решением задач в постоянно изменяющихся ситуациях, эффективно при наличии разнообразных технико-тактических и психологических задач, возникающих в процессе игры. Эти особенности игровой деятельности требуют от обучающихся инициативы, смелости, настойчивости и самостоятельности, умения управлять своими эмоциями и подчинять личные интересы интересам команды, проявления высоких координационных способностей, быстроты реагирования, быстроты мышления, применения оригинальных и неожиданных для соперников технических и тактических решений.

-Соревновательный метод предполагает специально организованную соревновательную деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения результативности учебно-тренировочного процесса.

### **Структура занятия**

#### *1.Подготовительная часть*

1. Общая разминка (в движении, на месте) с включением упражнений на укрепление суставов ноги рук, разогрев мышц, выполнение танцевальных элементов, прыжки повороты.

## II. Основная часть – повторение пройденного и обучение новым упражнениям

Упражнения на развитие гибкости, быстроту, выносливость, ТТМ, Учебная игра

III. Заключительная часть: подвижные игры, эстафеты, дыхательные упражнения, расслабление, подведение итогов за занятие

Готовясь к занятию, тренер-преподаватель должен, прежде всего определить задачи учебно-тренировочного занятия, подготовить необходимый инвентарь. Рекомендуется составлять подробный конспект с указанием дозировки выполнения упражнений. Во время проведения занятия тренер-преподаватель должен разумно сочетать показ упражнений с объяснением, особенно при освоении новых движений.

С первых занятий обучающиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

№ п\п	Название раздела	Форма занятий	Приемы, методы	дидактический материал	Техническое оснащение	Форма контроля
1	Теоретическая подготовка	Групповая	Словесный: рассказ, обсуждение, беседа по ОТ, ТБ, ПДД;	Учебные пособия, художественная литература, энциклопедии, плакаты. Инструкции.	компьютер	тесты
2	Общая специальная физическая подготовка ТТ	Групповая, индивидуальная	Словесный, наглядный, равномерный, переменный, непрерывный, интервальный, игровой, соревновательный	Спортивное оборудование, инвентарь, учебные пособия, плакаты	Оснащение спортивного зала, индивидуальный спортивный инвентарь	Тесты
3	контрольные испытания	Индивидуальная, групповая	соревновательный	Спортивное оборудование, инвентарь	Оснащение спортивного зала, рулетка, секундомер	Протоколы результатов тестирования

## 9. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы

### 1. Характеристика объединения «Баскетбол»

Направленность объединения МБОУ СОШ №12 «Баскетбол» - *физкультурно-спортивная*.

Возраст обучающихся: 12- 14 лет.

Количество обучающихся: 15-20 человек.

Формы работы: индивидуальная, групповая, поточная, очная и дистанционная.

## 2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

**Цель воспитания:** Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;

**Задачи воспитания:**

- поощрять и активно поддерживать стремление учащихся к здоровому образу жизни, занятий спортом, негативного отношения к вредным привычкам;
- стремиться достичь такого уровня воспитанности, при котором учащиеся поступают должным образом не только на людях, но и с самими собой;
- организовывать ситуации успеха для учащихся, с последующей позитивной оценкой педагога и сверстников;
- приучать учащихся к анализу своих поступков.

## 3. Направления и формы воспитательной работы

Таблица 1

Направление ВР	Задачи
гражданско-патриотическое	- воспитание гражданской позиции, любви к Родине, родному краю, городу, учреждению; - формирование положительных эмоционально - волевых качеств; - воспитание антитеррористического сознания; - формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурам.
духовно-нравственное	- формирование морально-этических ценностей: добро и зло, истина и ложь, дружба и верность, справедливость, милосердие, любовь;
интеллектуально-познавательное	- развитие и коррекция познавательных интересов, расширение кругозора; - формирование устойчивого интереса к знаниям, к творческой деятельности; - формирование социокультуры.
спортивно-оздоровительное	- формирование навыков здорового и безопасного образа жизни; - формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью; - профилактика вредных привычек; - воспитание позитивного отношения к занятиям спортом.
социально-трудовое	- формирование отношения к труду, как жизнеобразующему фактору; - воспитание уважения к людям трудовых профессий; - помощь в профессиональном самоопределении, выявлении способностей; - воспитание стремления творчески подходить к любому труду, добиваться наилучших его результатов; - развитие умений организовывать общественно полезную деятельность на уровне учреждения, микрорайона, города;

	- формировать чувство бережливости и экономии везде и во всем.
художественно-эстетическое	- формирование характера, нравственных качеств, духовного мира обучающихся на основе познания искусства, литературы, фольклора; - развитие творческого мышления, художественных, музыкальных, литературных, хореографических способностей обучающихся; - формирование коммуникативных навыков культурного поведения. - воспитание способностей воспринимать, ценить и создавать прекрасное в жизни и в искусстве; - формирование художественного вкуса, понимания значимости искусства в жизни каждого человека; - воспитание бережного отношения к памятникам искусства и культуры.

**Основные формы** воспитательной работы по вышеизложенным направлениям:

- экскурсии, походы,
- конкурсы, соревнования, конференции,
- родительские собрания,
- индивидуальные консультации с обучающимися и родителями,
- тематические занятия, акции,
- беседы-дискуссии,
- просмотр обучающих видеофильмов.

#### **4. Ожидаемые результаты воспитательной деятельности**

- возможности обучающихся показать свои способности и добиться каких-либо успехов в мероприятиях учреждения, города, республики;
- создание сплоченного коллектива объединения (с чувством доверия, ответственности друг за друга, взаимоуважения, взаимопомощи);
- развитие потребности у обучающихся в ведении здорового образа жизни, занятий спортом, негативного отношения к вредным привычкам;
- наличие положительной динамики роста духовно-нравственных качеств личности обучающегося;
- уровень удовлетворенности родителей и обучающихся жизнедеятельностью объединения.

#### **5. Работа с обучающимися по профилактике правонарушений**

Таблица 2

№ Мероприятия	Сроки проведения	Участники	Ответственные
---------------	------------------	-----------	---------------

## Организационная работа

1	Планирование работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних на 2022-2023 учебный год	Сентябрь	Педагог ДО	Педагог ДО
2	Выявление обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, склонных к правонарушениям, употреблению алкоголя и наркотиков, членов неформальных молодежных организаций, составление банка данных на детей, находящихся в трудной жизненной ситуации	Во время изучения программы	Педагог ДО, кл. руководители	Педагог ДО
3	Индивидуальное социально-педагогическое сопровождение детей с проблемами.	Во время изучения программы	Педагог ДО, кл. руководители	Педагог ДО
4	Составление социального паспорта объединения. Корректировка паспорта в конце учебного года.	Во время изучения программы	Педагог ДО, кл. руководители	Педагог ДО
5	Привлечение детей, попавших в трудную жизненную ситуацию, к участию в массовых мероприятиях, соревнованиях.	Во время изучения программы	Педагог ДО, учащиеся	Педагог ДО
6	Участие в родительских собраниях	Во время изучения программы	Педагог ДО, родители, кл. руководители	Педагог ДО

## Работа с детьми

№	Мероприятия	Сроки проведения	Участники	Ответственные
1	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма: Участие в акции «Внимание - дети!» Беседы по профилактике ДТП.	Сентябрь В течение учебного года	Обучающиеся объединения	Педагог ДО
2	Безопасность жизнедеятельности: Беседы: «Безопасность на ЖД», «Безопасность в общественных местах», «Безопасность на каникулах», «Безопасность во время массовых мероприятий», «Безопасность на льду», «Безопасность в сети интернет», «Безопасность в быту», «Безопасное поведение на улице»	Во время изучения программы	Обучающиеся объединения	Педагог ДО
3	Профилактика девиантного поведения несовершеннолетних:	В течение года	Обучающиеся объединения	Педагог ДО

- Просмотр видеофильмов по проблемам наркомании и табакокурения, беседы по ЗОЖ.
- Беседа «От вредной привычки к болезни всего один шаг», «Привычки. Их влияние на организм»
- Конкурс мультимедийных презентаций «Мой выбор - здоровье, радость, красота».
- 4 Проведение мероприятий по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, противодействию жестокому обращению с детьми и вовлечению несовершеннолетних в противоправную деятельность. Беседы «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних», «Все о телефоне доверия», «Профилактика экстремизма, жестокости, равнодушия», беседа-инструктаж «Обезопась себя» с целью повышения уровня защиты детей от преступлений против половой неприкосновенности.
- 5 Индивидуальные беседы с детьми в трудных жизненных ситуациях.
- Март
- Май
- Во время изучения программы
- Обучающиеся объединения
- Педагог ДО
- Во время изучения программы
- Обучающиеся объединения
- Педагог ДО

### Взаимодействие с классными руководителями

Таблица 3

№	Формы взаимодействия	Тема	Сроки
1	Анкетирование родителей будущих обучающихся объединения	Ориентация на соц. заказ, совместное обсуждение содержания программы объединения.	Апрель-май предыдущего года
2	Родительские собрания	Знакомство с программой. Зачисление детей в объединение.	Август
3	Совместная деятельность	Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс	В течение года

4	Анкетирование родителей	Эффективность работы объединения, удовлетворенность результатами, планы на следующий учебный год.	Май
---	-------------------------	--	-----

## 6. Работа с родителями

Таблица 4

№	Формы взаимодействия	Тема	Сроки
1	Анкетирование родителей будущих обучающихся объединения	Ориентация на соц. заказ, совместное обсуждение содержания программы объединения.	Апрель-май предыдущего года
2	Родительские собрания	Знакомство с программой. Зачисление детей в объединение.	Август
3	Совместные мероприятия	Экскурсии на природу, совместное участие в конкурсах, акциях, мероприятиях.	В течение года
4	Индивидуальные и групповые консультации	Беседы, консультации по мероприятиям, акциям, с использованием соц. сетей.	В течение года
5	Дни творчества	Знакомство с деятельностью объединения.	В течение года
6	Анкетирование родителей	Эффективность работы объединения, удовлетворенность результатами, планы на следующий учебный год.	Май
7	Летний отдых	Организационные вопросы, обсуждение программы на лето с учетом пожеланий и возможностей родителей.	Май

Таблица 5

### Календарный план воспитательной работы объединения «Баскетбол»

\* обязательный блок

Направления ВР	Мероприятия	Задачи	Место проведения	Дата	Примечания
гражданско-патриотическое*	1. Акция правовых знаний «Фемида»	Воспитание правового и антитеррористического сознания;	СОШ №12	Ноябрь, март	Проведение квестов
	2. Беседа	Воспитание любви к	СОШ №12	Ноябрь	Символика

	«Моя Удмуртия»	родному краю, народу, его традициям			(герб, флаг, гимн)
	3. «Во славу Отечества»	Учить гордиться героическим прошлым и настоящим своей страны	Актный зал СОШ №12	Февраль май	Проведение соревнований
	4. День Победы	Учить гордиться героическим прошлым и настоящим своей страны	СОШ №12	Май	Участие в «Эстафете мира»
духовно-нравственное	1. Беседа «Герои наши земляки»	Расширить знания о героях ВОВ-земляках	СОШ №12	Февраль	Конкурс рисунков
интеллектуально-познавательное	1. Создание социальных проектов	Формирование навыков проектно-исследовательской деятельности	СОШ №12	В течение года	Проект
спортивно-оздоровительное	1. Инструктажи по ПДД, ПБ. Беседы: «Безопасная дорога от школы до дома», «Безопасность в общественных местах», «Безопасность на каникулах», «Безопасность во время массовых мероприятий», «Безопасность на льду», «Безопасность в сети интернет», «Безопасность в быту», «Безопасное поведение на улице»	Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, ответственности за своё поведение	СОШ №12	Сентябрь Ноябрь Март Май	Запись в журнале инструктажей
	2. Беседы о ЗОЖ «Здоровым быть здорово!», «От вредной привычки к				

	болезни всего один шаг», «Привычки. Их влияние на организм»				
	3. Конкурс мультимедийных презентаций «Мой выбор - здоровье, радость, красота».	Оздоровление организма, привитие навыков ЗОЖ, укрепление семейных уз		Апрель	Совместно с родителями
социально-трудовое	1. Участие в акции «Чистый город»	Осмысление необходимости трудовой деятельности, формирование заботы о природе	СОШ №12	Апрель-май	Инструменты, перчатки, мешки
художественно-эстетическое	1. Участие в школьных и городских мероприятиях	Развитие творческих способностей, эстетического вкуса, интереса к народному творчеству	СОШ №12	Май	Итоговая выставка
История моего объединения*	Любой формат	Знакомство с традициями объединения Лучшие выпускники объединения	СОШ №12 внутреннее мероприятие объединения		Фото

## 10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

### Электронные ресурсы

1. Министерство спорта Российской Федерации – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru>

### Используемая литература

1. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола / Гомельский А.Я. - М.: Физкультуры и спорт, 1966. – 175 с.
2. Зинин А.М. Первые шаги в баскетболе / Зинин А.М. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 160 с.
3. Кузин В. В., Полиевский С.А. Баскетбол. Начальный этап обучения [Текст] /. Кузин В. В., Полиевский С.А. - М.: Физкультура и спорт, 2002.- 136 с.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения / Д.И. Нестеровский - М.: Издательский центр «Академия», 2006.- 336 с.
5. Портнов Ю.М., Башкирова В.Г., Луничкин В.Г. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Портнов Ю.М., Башкирова В.Г., Луничкин В.Г. – М.: Советский спорт, 2004. – 100 с.
6. Сортэл Н. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков / Сортэл Н. - М.: АСТ, 2002. - 230 с.
7. Фрейзер У., Сэчер А. Баскетбол; пер. с англ. Цфасмана Р.А. / Фрейзер У., Сэчер А. - М.: АСТ-Астрель, 2006. - 383 с.
8. Яхонтов Е.Р. Юный баскетболист / Яхонтов Е.Р. - М.: Физкультура и спорт, 1987. – 174 с.
9. Яхонтов Е.Р. Психологическая подготовка Баскетболистов: Учебное пособие / Яхонтов Е.Р. -СПб: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2000 – 58 с.