

Государственное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 464
Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 464 Пушкинского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 24.06. 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 43 от 26.06. 2025 г.
Директор ГБОУ школы № 464
Пушкинского района Санкт-Петербурга

/  / А.С. Теплякова



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивные игры. Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 7-14 лет
Срок освоения: 4 дня

Разработчики:

Овчинников Максим Сергеевич,
педагог дополнительного образования
Русина Екатерина Юрьевна,
методист

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные игры. Баскетбол» (далее по тексту – ДОП), разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ СОШ № 464 Пушкинского района Санкт – Петербурга.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Адресат: программа предназначена для обучающихся от 7 до 14 лет, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Актуальность: программа обеспечивает выполнение государственного социального заказа в рамках развития молодёжного спорта и Государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта». Упражнения с различными мячами крайне динамичны и эмоциональны. Они способствуют всестороннему развитию ребенка, и, прежде всего, развитию таких его качеств как ловкость, сила, скорость, выносливость, координационные способности. Кроме того, игры и упражнения с мячами активно воздействуют на психическое развитие (развивают внимание, реакцию, сообразительность), физиологические процессы (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ и др.), идеальны для развития командного духа. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности обучающихся.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем и срок освоения: программа рассчитана на 4 дня, объемом 12 часов.

Цель: формирование у обучающихся интереса к физической культуре и физической активности посредством игры в баскетбол.

Задачи:

Обучающие:

- получение представления о спортивной игре баскетбол;
- приобретение тактико-технических навыков игры в баскетбол;
- формирование знаний основ личной гигиены, причин травматизма при спортивных занятиях и правил его предупреждения.

Развивающие:

- развитие умения слушать, запоминать, повторять информацию, изложенную педагогом;
- развитие учебно-познавательной компетенции, выраженной в умении определять наиболее эффективные способы достижения результата, в рамках знакомства с игрой баскетбол;
- развитие умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

Воспитательные:

- приобретение опыта взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание волевых и нравственных качеств личности обучающихся.

Планируемые результаты:

Предметные:

- приобретены знания о спортивной игре баскетбол;
- приобретен навык тактико-технических приемов в баскетбол;

- приобретены знания основ личной гигиены, причин травматизма при занятиях и правил его предупреждения.

Метапредметные:

- развито умение слушать, запоминать, повторять информацию, изложенную педагогом;
- развита учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированы практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

Личностные:

- приобретен позитивный опыт взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- обучающийся проявляет устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- обучающийся дисциплинирован, проявляет упорство в достижении поставленных целей.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации: русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации: программа реализуется в каникулярный период.

Условия приема на обучение: на обучение принимаются все желающие, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой. Группа разновозрастная.

Формы организации занятий: фронтальная, коллективная.

Формы проведения занятий: беседы, учебные занятия с отработкой элементов спортивных игр, соревнования.

Особенности организации образовательного процесса определяется для различных категорий обучающихся с учетом их возрастных особенностей (группы формируются по возрасту: 7-10 лет, 11-14 лет), образовательных потребностей. В разновозрастной группе предусмотрены вариативные задания, соответствующие возрасту, индивидуальным особенностям и потребностям обучающегося.

Материально-техническое оснащение

Наименования средств материально-технического обеспечения	кол-во
Спортивный зал	1
Таблицы, схемы (в соответствии с программой обучения)	1
Мультимедийный компьютер	1
Видеофильмы	1
Табло перекидное	1
Баскетбольные щиты	2
Компрессор для накачивания мячей	2
Мячи набивные	15
Мячи баскетбольные	15

Для занятий каждому обучающемуся необходима физкультурная форма и спортивная обувь.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности игры в баскетбол. Общие правила.	2	1	1	Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий. Опрос.
2	Тактика игры в баскетбол.	4	1	3	
3	Техника игры в баскетбол.	4	1	3	
4	Итоговое занятие. Игра.	2		2	Зачет. Саморефлексия
	Итого:	12	3	9	

Рабочая программа

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности игры в баскетбол. Общие правила.

Теория: техника безопасности. Основы знаний: история развития баскетбола в России и за рубежом. Правила игры и основы судейства, порядок проведения соревнований по баскетболу.

Практика: разминка. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы, быстроты, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости. Освоение навыка приема и набивания мяча. Овладение навыком ведения мяча.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

Тема 2. Тактика игры в баскетбол.

Теория: правила игры в баскетбол. Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практика: отработка «нападения»: выход для получения мяча на свободное место. Обманный выход для отвлечения защитника. Розыгрыш мяча короткими передачами. Атака кольца. «Передай мяч и выходи». Отработка «защит»: противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаке кольца.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий, опрос.

Тема 3. Техника игры в баскетбол.

Теория: правила игры в баскетбол. Значение технической подготовки в баскетболе. Основные элементы техники включают ведение мяча, передачу, броски в корзину, технику владения телом и обманные движения (финты).

Практика: ведение мяча, передачи, броски, перемещения, защита и подборы. Страховка.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий, опрос

Тема 4. Итоговое занятие. Игра.

Практика: игра в баскетбол.

Формы контроля: зачет по результату участия в спортивной игре баскетбол, саморефлексия

Методические материалы

Методы обучения:

Словесные методы:

1. Беседа.
2. Обсуждение игровых моментов.

Наглядные методы:

1. Самостоятельный разбор тактических действий игроков.
2. Наблюдение игры в баскетбол.
3. Плакаты

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий обучающиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и обучающийся определяются активными субъектами образования.

Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений:

- от простого к сложному;
- от частного к общему;
- с использованием технологий личностно - ориентированного подхода в обучении.

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации работы с карточкой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности

Эмоциональные методы:

- Поощрение.
- Создание ситуации успеха.
- Стимулирующее оценивание.

Волевые методы:

- Предъявление учебных требований.
- Информация об обязательных результатах обучения.
- Познавательные затруднения.
- Прогнозирование деятельности.

Социальные методы:

- Создание ситуации взаимопомощи.
- Поиск контактов и сотрудничества.
- Заинтересованность в результатах.

Для сохранения физического и психического здоровья обучающихся на занятиях применяются различные технологии: здоровьесберегающие, индивидуально-дифференцированные и игровые.

Использование здоровьесберегающих технологий педагогом на занятии заключается в защите здоровья обучающихся от нанесения потенциального вреда, формировании культуры здоровья, воспитания потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формировании соответствующих навыков.

Применение в образовательном процессе индивидуально - дифференцированной технологии дает возможность работать с детьми разного возраста, разным уровнем владения спортивной игрой. Здесь используются индивидуальные задания, работа по группам, командам.

Основная технология на занятиях - игровая. Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими методами организации занятий укрепляет мотивацию, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Дидактические материалы, ЭОР:

1. Дидактическое обеспечение (схемы, плакаты) раздаточный материал: карточка правила игры в баскетбол- 15 штук.
2. Разработка педагога формат А4 - правила судейства в баскетболе – 15 штук.
3. Схема расстановки игроков на площадке – плакат.
4. Официальный сайт ООО «Мультиурок»: <https://videouroki.net/>

Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Гомельский, А. Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А. Я. Гомельский. — М.: ФАИР-ПРЕСС, 2003 – 338 с. - ISBN 5-8183-0374-8 – Текст: непосредственный.
2. Губа, Владимир Петрович. Теория и методика современных спортивных исследований [Текст]: В. П. Губа, В. В. Маринич. — Москва : Спорт, 2016. —230 с., [1] с. - ISBN 978-5-906839-25-1– Текст: непосредственный.
3. Овчинников, В.П., Фокин, А.М., Шелкова, Л.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности. Спортивные игры: учебное пособие для СПО. — СПб, Лань, 2023. — 152 с. - ISBN 978-5-288-05785-4 – Текст: непосредственный.
4. Родин, А.В., Губа В.П. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх: монография / — М.: Спорт, 2023. — 188 с. - ISBN 978-5-907601-13-0 – Текст: непосредственный.
5. Спортивные игры: Теория избранного вида спорта. Учебное пособие для Вузов / А.М.Фокин, В.П.Овчинников. — СПб: Лань, 2023. — 152 с. - ISBN 978-5-507-45117-3 – Текст: непосредственный.
6. Яковлева, В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры. — СПб: Лань, 2023. —128 с. - ISBN 978-5-507-45259-0 – Текст: непосредственный.
7. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: учеб.-метод. пособие / сост.: Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская. — СПб.: С.-Петербур. ун-т, 2018. — 272 с. – ISBN 978-5-288-05785-4 – Текст: непосредственный.

Список литературы для детей:

1. Грасис, А.М. Специальные упражнения баскетболистов [Текст]. - Москва: Физкультура и спорт, 1967. — 112 с
2. Муйжнек, А. Книга о мастерстве и драйве: для среднего школьного возраста — Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 47 с. - ISBN 978-5-00100-913-9 – Текст: непосредственный.
3. Скиннер, Джеймс. Организационное поведение в спорте [Текст] / Джеймс Скиннер и Боб Стюарт; [перевод с английского Самсонова А. В.]. — Москва: Национальное образование, 2018. — 431 с. - ISBN 978-5-4454-1238-0 – Текст: непосредственный.

Список литературы для родителей:

1. Гровер, Тим. Манифест великого тренера [Текст]: как стать из хорошего спортсмена великим чемпионом: [12+] / Тим Гровер совместно с Шари Уэнк; [пер. с англ. П. И.

- Михеева]. — Москва: э, 2017. —235 - ISBN 978-5-699-96033-0 – Текст: непосредственный.
2. Коротков, И.М. Подвижные игры в занятиях спортом [Текст]: (Гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол). — Москва: Физкультура и спорт, 1971. — 120 с.
 3. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Текст] / В. К. Сафонов. — Москва: Спорт, 2018. — 287 с - ISBN 978-5-906839-90-9 – Текст: непосредственный.
 4. Черданцев, Г.В. Азбука футбола. Увлеки своего ребенка самой популярной игрой! — М.: АСТ, 2021. — 272 с. - ISBN 978-5-17-137134-0 – Текст: непосредственный.

Интернет- источники

1. Методический портал учителя. Официальный сайт. URL: http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Официальный сайт. URL: <http://www.infosport.ru>
3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей». Официальный сайт. URL: http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии (кроме итогового) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы: педагогическое наблюдение, опрос на выявление умения рассказать правила игры, выполнение тестовых заданий для определения уровня освоения навыка, анализ педагогом и обучающимися технических элементов и приобретенных навыков.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе на последнем занятии. Саморефлексия (Приложение1).

Формы: технический зачет, который содержит в себе проверку физической и технической подготовленности, а также умения исполнять технические приемы и комбинации в игровых условиях. Итоги диагностики заносятся в информационные карты, используя следующую шкалу:

<u>Оценка параметров:</u> <i>от 1 до 3-х баллов</i>	<u>Уровень:</u> <i>1-3 баллов – начальный уровень</i> <i>4-6 баллов – средний уровень</i> <i>7-9 баллов – высокий уровень</i>
--	--

Критерии оценивания предметных результатов:

Учащийся	Знание баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знание правил игры	Знание и опыт правил судейства и организации проведения соревнований	Умение правильно выполнять технические и тактические приемы игры	Итого (средний показатель)

Начальный– учащийся владеет основными знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры на 30%. Учащийся допускает существенные ошибки в правилах судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога.

Средний – учащийся владеет основными знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры на 70%. Учащийся знает и умеет применять правила судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога.

Высокий - учащийся владеет знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, отлично знает правила игры. Учащийся знает и умеет применять правила судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры.

Критерии оценивания метапредметных результатов:

Учащийся	Умение слушать, запоминать, повторять информацию, изложенную педагогом.	Учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.	Итого (средний показатель)

Начальный – учащийся испытывает серьезные затруднения в восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. Учащемуся интерес к занятиям продиктован извне. Учащийся не понимает, как исправлять неправильные действия, при указании на них педагогом.

Средний – учащийся воспринимает основную информацию, идущую от педагога, но нуждается в контроле, не всегда внимателен. Интерес периодически поддерживается самим ребенком. Учащийся может самостоятельно найти у себя и исправить ошибку.

Высокий – учащийся внимательно слушает педагога, полностью воспринимает его информацию. Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно. Учащийся постоянно контролирует себя сам- самооценка адекватная.

Критерии оценивания личностных результатов:

Учащийся	Уровень развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия и лидерства	Стиль общения и взаимодействия с позиции уважения, доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания	Принятие важности занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни	Итого (средний показатель)

Начальный – уровень развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия остался на уровне начала занятий. Учащийся избегает общения со сверстниками. Не обращает внимание на то, что говорят и как делают другие. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его личной ценностью.

Средний – положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия, не всегда проявляются лидерские качества. Обращает внимание на сверстников, но остается при своем мнении. Не инициативен. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его главной ценностью.

Высокий - положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия, часто проявляются лидерские качества. Уважительно относится к мнению и действиям других. Доброжелателен и инициативен. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, это является его личной ценностью.

Нормативы технической подготовки.

Оценка параметров	Параметры			
	Штрафные броски	Броски с дистанции	Скоростная техника	Передачи мяча в стену на скорость
5	10	9	20	18
4	8	7	23	16
3	7	5	25	12

Штрафные броски выполняются последовательно по 2 броска в каждое кольцо. После первого броска мяч подает игроку его партнер, после второго броска игрок сам подбирает мяч, ведет его к противоположному кольцу и там выполняет 2 броска в той же последовательности. Упражнение выполняется 5 минут (20 бросков).

Броски с дистанции выполняются последовательно от десяти равно удаленных точек, по 2 броска с каждой точки. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельно лицевой, а также проходят через проекцию центра кольца и по линиям под углами 45 и 90 градусов к щиту. Считается число попаданий.

Скоростная техника. При выполнении обводки 3 – секундной зоны игроку необходимо обязательно попасть в кольцо; если мяч не попал в кольцо, следует выполнить дополнительные броски до тех пор, пока он не попадет в кольцо. Секундомер останавливается после того, как игрок выполнит упражнения в обратную сторону (левой рукой) и мяч попадет в кольцо. При выполнении ведения следует соблюдать правила игры.

Передача мяча в стену на скорость. Встать на расстоянии 2 – 3 метра от стены лицом к ней и выполнять передачи мяча двумя руками от груди в стену в течении 20 секунд, стараясь сделать как можно больше передач.

<p><u>Оценка параметров:</u> Начальный уровень – 3 балла Средний уровень – 4 балла Высокий уровень – 5 баллов</p>	<p><u>Уровень:</u> 3-12 баллов – начальный уровень 13-17 баллов – средний уровень 18-20 баллов – высокий уровень</p>
--	---

Опрос по игре баскетбол.

1. Кто придумал игру баскетбол?
2. Что означает слово «баскетбол»?
3. Когда баскетбол появился в России?
4. Когда была создана Международная федерация баскетбола (ФИБА)?
5. С какого времени баскетбол входит в олимпийскую программу?
6. Какой из способов ловли мяча в баскетболе является наиболее простым и надежным?
7. Что такое фол в баскетболе?
8. Сколько человек в составе одной команды должно быть на площадке во время игры в баскетбол?
9. Сколько времени продолжается игра в баскетбол?
10. Какие размеры имеет площадка для игры в баскетбол?

Анкета для определения успеха на занятии.

<i>Я узнал ...</i>	
<i>Мне понравилось...</i>	
<i>Мне не понравилось...</i>	
<i>Я бы предложил...</i>	