

**Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования местной администрации Урванского
муниципального района
Кабардино-Балкарской Республики»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.П. УРВАНЬ"
УРВАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР**

Принято:
на заседании Педагогического совета
МКОУ СОШ с.п.Урвань
Протокол № от 30 июня 2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о директора МКОУ СОШ с.п.Урвань
И.Х. Карданова
«30» июня 2025 г. Приказ №68-1-ОД

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ОСНОВЫ БАСКЕТБОЛА»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированный
Адресат: обучающиеся 12-17 лет
Срок реализации: 1 год, 162 ч.
Форма обучения: очная
Автор-составитель: Шкахов Жираслан Аскерханович - педагог дополнительного образования.

с.п. Урвань, 2025 г.

Раздел 1: Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый.

Вид программы: модифицированный.

Нормативно-правовая база, на основе которой разработана программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Национальный проект «Образование».
3. Конвенция ООН о правах ребенка.
4. Приоритетный проект от 30.11.2016 г. №11 «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).
8. Федеральный закон от 13.07.2020г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
10. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
12. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010г. №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
13. Приказ Минобрнауки РФ от 22.12.2014г. №1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».
14. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
15. Приказ Минобрнауки РФ от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным

программам».

16. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2016г. №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 учётом их особых образовательных потребностей»).

17. Постановление Правительства РФ от 20.10.2021г. №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации».

18. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 14.08.2020г. №831 «Об утверждении Требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату предоставления информации».

19. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014г. №23-РЗ «Об образовании».

20. Приказ Минобрнауки КБР от 17.08.2015г. №778 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

21. Распоряжение Правительства КБР от 26.05.2020г. №242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР».

22. Приказ Минпросвещения КБР от 18.09.2023г. №22/1061 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

23. Письмо Минпросвещения КБР от 20.06.2024г. №22-16-17/5456 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке и реализации дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные), «Методическими рекомендациями по разработке и экспертизе качества авторских дополнительных общеразвивающих программ»).

24. Постановление от 07 июля 2020 г. № 617 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в Урванском муниципальном районе КБР».

25. Устав МКОУ «СОШ с.п. Урвань».

26. Локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность дополнительного образования детей.

Актуальность программы заключается в том, что ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Она направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, причащает занимающихся мобилизовать свои

возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы «Основы баскетбола» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые хотят обучиться правилам игры, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование метода тестирования. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди детей и подростков, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Педагогическая целесообразность раскрывается в мощном воспитательном потенциале общего коллективного дела, которым является каждая тренировка или матч. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса как к определенному виду спорта так и к физкультуре в целом. Программа ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой для себя деятельности в области физической культуры и спорта.

Отличительной особенностью программы является её направленность не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей. Могут посещать занятия ребята с разной физической подготовкой и физическими способностями. Кроме того, теоретический материал программы позволит расширить кругозор детей в области спорта в целом, сформирует интерес занимающихся к баскетболу, положительному влиянию спорта на здоровье и бережному отношению к своему личному здоровью. Программа учитывает различный уровень физической подготовки детей, их возрастные особенности, индивидуальные личностно-психологические характеристики.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 12 -17 лет.

Срок реализации программы: 1 год, 162 ч.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2,25 ч.

Наполняемость группы: 12-40 человек.

Формы занятий:

- индивидуальные;
- парные;
- групповые;
- коллективные.

Форма обучения: очная.

Цель программы: полноценное физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Личностные:

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развить ответственность;
- развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Учебный план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	теория	практика	
I	Основы знаний	10	5	5	
1-4	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях.	4	2	2	опрос
5-7	Классификация упражнений.	3	2	1	опрос
8-10	Подводящая игра в баскетбол.	3	1	2	наблюдение
II	Общая физическая подготовка	30	12	18	
11-20	Гимнастические упражнения.	10	4	6	контрольные упражнения
21-30	Легкоатлетические упражнения.	10	4	6	наблюдение, самостоятельная работа
31-40	Подвижные игры.	10	4	6	наблюдение
III	Специальная физическая подготовка	20	4	16	
41-50	Упражнения для приема и передачи мяча, при игре в баскетбол.	10	2	8	контрольные упражнения
51-60	Упражнения для развития прыгучести.	10	2	8	наблюдение, самостоятельная работа
IV	Техническая подготовка	50	12	38	
61-70	Техника нападения. Техника передвижения и стоек.	10	3	7	опрос
71-95	Действия с мячом.	15	3	12	контрольные упражнения
86-100	Техника защиты. Действия без мяча.	15	3	12	наблюдение, самостоятельная работа
101-110	Подачи.	10	3	7	наблюдение
V	Тактическая подготовка	30	12	18	
111-116	Тактика нападения. Индивидуальные действия.	6	3	3	контрольные упражнения
117-124	Групповые действия.	8	3	5	наблюдение
125-132	Командные действия.	8	3	5	наблюдение, самостоятельная работа
133-140	Тактика защиты.	8	3	5	контрольные упражнения
VI	Контрольные испытания и	20	4	16	

	соревнования				
141-155	Игровая и соревновательная действия.	16	4	12	наблюдение
156-160	Итоговое занятие: соревнование.	4	0	4	тестирование, соревнование
162	Резервные уроки.	2			
Итого		162 ч.	49 ч.	111 ч.	

Содержание учебного плана

I. Основы знаний. (10 часа)

Тема 1-4: Вводное занятие. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности на занятиях.

Теория: История развития баскетбола. Инструктаж по ТБ.

Практика: Подводящая игра в баскетбол.

Тема 5-7: Классификация упражнений.

Теория: Гигиена баскетболиста. Самоконтроль спортсмена.

Правила игры в баскетбол.

Практика: Отработка практических упражнений.

Тема 8-10: Подводящая игра в баскетбол.

Теория: Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям баскетболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях баскетболом.

Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Практика: Подводящая игра в баскетбол.

II. Общая физическая подготовка (30 часов)

Тема 11-20: Гимнастические упражнения.

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Тема 21-30: Легкоатлетические упражнения

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувьрки, стойки.

Тема 31-40: Подвижные игры

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие. Подвижные игры.

III. Специальная физическая подготовка (20)

Тема 41-50: Упражнения для приема и передачи мяча

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча.

Тема 51-60: Упражнения для развития прыгучести

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

IV. Техническая подготовка (50 часа)

Тема 61-70: Техника нападения. Техника передвижения и стоек

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Тема 71-95: Действия с мячом

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке) Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.

Тема 86-100: Техника защиты. Действия без мяча

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 101-110: Подачи

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка баскетболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

V. Тактическая подготовка (30 часов)

Тема 111-116: Тактика нападения. Индивидуальные действия

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях.

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.

Тема 117-124: Групповые действия

Теория: Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия.

Практика: Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 125-132: Командные действия

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 133-140: Тактика защиты

Теория: Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

VI. Контрольные испытания и соревнования (20 часа)

Тема 141-160: Игровая и соревновательная действия

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности. Правила соревнований, их организация и проведение. Виды соревнований в баскетбол. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 160-162. Итоговое занятие. Соревнования.

Практика: Проведение итогового тестирования. Участие в внутришкольных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Планируемые результаты

Личностные:

- обучены навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитаны гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развита ответственность;
- развиты коммуникативные качества;
- развиты память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитаны доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучены теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- усовершенствованы двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучены технико-тактическим приёмам игры;
- сформирован устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развиты навыки бережного отношения к своему здоровью;
- сформировано положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработана у обучающихся привычка к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Раздел 2: Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год обучения (базовый уровень)	01.09.25 г.	31.05.26 г.	36	162 ч.	2 раза в неделю по 2,25 часу

Условия реализации программы

Занятия проводятся в оборудованном кабинете в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 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»).

Занятия по дартс проводятся в специально подготовленных местах - зал №1 и кабинет Точки Роста. Зал № 1 оборудован мишенями для дартс, специальными тренажерами и инвентарем для проведения тренировок и занятий. Кабинет Точки Роста оборудован партами, стульями, экраном, проектором, ноутбуком для проведения теоретических занятий.

Кадровое обеспечение программы.

Дополнительная общеразвивающая программа реализуется педагогом дополнительного образования. Составитель программы: Шкахов Жираслан Аскерханович - педагог дополнительного образования, учитель физической культуры. Окончил КБГУ, факультет физической культуры и спорта, г. Нальчик (1995 г.).

Материально-техническое обеспечение:

Для занятий необходимо следующее оборудование и инвентарь:

Конструкция баскетбольного щита в сбор - 2 комплекта.

Мяч баскетбольный -20 шт.

Секундомер – 5шт.

Стойка для обводки-2 шт.

Фишки (конусы)- 10шт.

Штатив 10 шт.

Гантели массивные (от 1 до 5 кг) 2 шт

Корзина для мячей- 2 шт.

Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами – 2шт.

Скакалка – 20шт.

Оценочные материалы:

- мониторинг физических показателей и параметров;
- промежуточные тесты и зачеты, контрольные упражнения;
- личные результаты обучающихся при выступлении на соревнованиях;
- сдачах квалификационных разрядных нормативов

Критерии оценки уровня освоения программы

Качественные критерии:

- посещаемость тренировок,
- повышение активности и интереса к физкультурно-спортивным мероприятиям и здоровому образу жизни,
- выполнение норм спортивных разрядов.

Количественные критерии: выполнение нормативов.

В течение учебного года, обучающиеся проходят тестирования по технической и физической подготовке. В конце учебного года подводятся итоги проделанной работы. Обучающиеся сдают контрольно-переводные нормативы, которые являются основанием для перевода в группу следующего года обучения.

Обучающиеся, не выполнившие установленные программой требования для данной группы, остаются для повторения курса обучения или отчисляются. Нормативные требования могут оказаться несколько заниженными или завышенными для обучающихся конкретной группы. Это несовпадение показателей связано с тем, что в группе оказалось обучающиеся старше или моложе остальных, и их физические возможности значительно отличаются.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

- дополнительная общеразвивающая программа;
- инструктажи по охране труда и технике безопасности;
- учебно-методические пособия;
- методические разработки;

- сборник упражнений;
- тематические презентации;
- тематический видеоматериал;
- журналы;
- справочники;
- картотека упражнений по баскетболу;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе;
- электронные образовательные ресурсы;
- Интернет-ресурсы.

Методы работы:

- словесные (рассказ, беседа, лекция, объяснение);
- наглядно-демонстрационные (демонстрация, презентация, работа по схемам и таблицам);
- творческие (творческие задания и упражнения);
- частично-поисковые (работа с различными источниками, научная и проектная деятельность);
- практические (упражнения, соревнования, игры).

Методы воспитания:

- метод убеждения выражается в эмоциональном и глубоком разъяснении сущности социальных и духовных отношений, норм и правил поведения;
- метод поощрения выражается в стимулировании деятельности обучающихся. Поощрение вызывает положительные эмоции, способствующие возникновению чувства уверенности ребёнка в своих силах;
- метод упражнения предполагает такую организацию деятельности, которая позволяет обучающимся накапливать привычки и опыт правильного поведения, связывать слово с делом, убеждение с поведением;
- метод контроля заключается в наблюдении за деятельностью и поведением обучающихся с целью побуждения их к соблюдению установленных правил, а также к выполнению определенных заданий.

Педагогические технологии:

- индивидуальное обучение;
- проблемное обучение;
- личностно-ориентированный подход;
- дифференцированное обучение;
- развивающее обучение;
- здоровьесберегающие;
- игровые технологии;
- интерактивное обучение;
- информационно-коммуникационные и т.д.

Здоровье сберегающие технологии образовательного процесса

Основным критерием здоровьесберегающих технологий является правильная организация учебно-воспитательной деятельности. Прежде всего, это выполнение санитарно-гигиенических правил:

- режим проветривания;
- влажная уборка помещения;
- соответствующая нормам мебель и освещенность;
- соблюдение норм физических и умственных нагрузок.

Список литературы для педагогов:

1. Программа под редакцией В. И. Ляха «Физическая культура 1- 11 классы» - с. 97- 178
2. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973 с. 10 - 105
3. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов – М., ФиС, 1967.
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.

Список литературы для обучающихся:

1. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.
2. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999г. С. 23- 68
3. Леонов А.Д. Малый А.А. Баскетбол – книга для учащихся – Киев, Радянська школа, 1989.
4. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004.
5. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.

**Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования местной администрации Урванского
муниципального района
Кабардино-Балкарской Республики»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.П. УРВАНЬ"
УРВАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«ОСНОВЫ БАСКЕТБОЛА»**

Уровень программы: базовый

Адресат: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год, 162 ч.

Автор: Шкахов Жираслан Аскерханович – педагог дополнительного образования

с.п. Урвань, 2025 г.

Цель программы: полноценное физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Личностные:

- обучить навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитать гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развить ответственность; развить коммуникативные качества;
- развить память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитать доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучить теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- совершенствовать двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучить технико-тактическим приёмам игры;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развить навыки бережного отношения к своему здоровью;
- сформировать положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработать у обучающихся привычку к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Планируемые результаты

Личностные:

- обучены навыкам взаимодействия в группе, коллективе;
- воспитаны гордость и патриотизм за отечественный баскетбол;
- развита ответственность;
- развиты коммуникативные качества;
- развиты память, внимание, представление, воображение, ориентирование в пространстве;
- воспитаны доброжелательность, понимание и сопереживание к чувствам других людей.

Предметные:

- обучены теоретическим и практическим приёмам игры в баскетбол;
- усовершенствованы двигательные качества у обучающихся (силу, выносливость, гибкость, координацию движений, быстроту реакции);
- обучены технико-тактическим приёмам игры;
- сформирован устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Метапредметные:

- развиты навыки бережного отношения к своему здоровью;
- сформировано положительное отношение к спорту для использования полученных знаний в процессе обучения в других областях в жизни;
- выработана у обучающихся привычка к самостоятельным занятиям в избранном виде спорта в свободное время.

Календарно – тематический план

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Дата занятий		Форма контроля
			По плану	По факту	
I	Основы знаний	10			
1-4	Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и Правила ТБ на занятиях. История развития баскетбола. Инструктаж по ТБ.	4			опрос
5-7	Классификация упражнений. Гигиена баскетбола. Самоконтроль спортсмена. Правила игры в баскетбол.	3			опрос
8-10	Подводящая игра в баскетбол. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям баскетболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях баскетболом. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по баскетболу в России и в мире.	3			наблюдение
II	Общая физическая подготовка	30			
11-20	Гимнастические упражнения. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.	10			контрольные упражнения
21-30	Легкоатлетические упражнения. Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекуты, кувырки, стойки.	10			наблюдение, самостоятельная работа

31-40	Подвижные игры. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.	10			наблюдение
III	Специальная физическая подготовка	20			
41-50	Упражнения для приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.	10			контрольные упражнения
51-60	Упражнения для развития прыгучести. Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.	10			наблюдение, самостоятельная работа
IV	Техническая подготовка	50			
61-70	Техника нападения. Техника передвижения и стоек. Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.	10			опрос
71-95	Действия с мячом. Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке) Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча.	15			контрольные упражнения
86-100	Техника защиты. Действия без мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.	15			наблюдение, самостоятельная работа
101-110	Подачи. Стойка баскетболиста, поза готовности	10			наблюдение

	к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.				
V	Тактическая подготовка	30			
111-116	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником.	6			контрольные упражнения
117-124	Групповые действия. Обучение тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.	8			наблюдение
125-132	Командные действия. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратить внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.	8			наблюдение, самостоятельная работа
133-140	Тактика защиты.	8			контрольные упражнения
VI	Контрольные испытания и соревнования	20			
141-155	Игровая и соревновательная действия. Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.	16			наблюдение

156-160	Итоговое занятие: Соревнование	4			тестирование, соревнования
162	Резервные уроки	2			
Итого		162 ч.			

**Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования местной администрации Урванского
муниципального района
Кабардино-Балкарской Республики»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.П. УРВАНЬ"
УРВАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КБР**

**ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«ОСНОВЫ БАСКЕТБОЛА»**

Адресат: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год, 162 ч.

Автор: Шкахов Жираслан Аскерханович – педагог дополнительного образования

с.п. Урвань 2025 г.

Характеристика объединения «Основы баскетбола»

- Деятельность объединения «Основы баскетбола» имеет физкультурно-спортивную направленность
- Обучающиеся имеют возрастную категорию от 12 до 17 лет.
- Формы работы – индивидуальные и групповые.

Направления работы

- **Спортивно-оздоровительное** воспитание содействует здоровому образу жизни, формирует знания, представления о трудовой деятельности; выявляет творческие способности и профессиональные направления обучающихся.
- **Интеллектуально – познавательное.** Формирование потребности в приобретении новых знаний, интереса к спортивной деятельности.
- **Гражданско – патриотическое.** Формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России.

Работа с родителями обучающихся или их законными представителями

Цель: создание условий для активного участия семьи в воспитательной системе обучающихся, формирование коллектива единомышленников из числа родителей.

Задачи:

- обеспечивать соблюдение прав ребёнка в школе и контролировать их соблюдение в семье;
- формировать у родителей чувство доверия к школе, группе, педагогам.
- оказывать родителям педагогическую помощь в воспитании детей в семье;
- привлекать родителей к заинтересованному активному участию в конкурсных мероприятиях, показах, выставках, родительских собраниях.

Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- развитие коммуникативного потенциала обучающихся в процессе подготовки и участия в мероприятиях разного уровня;
- обучение умениям и навыкам групповой деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- содействие формированию активной гражданской позиции;

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, индивидуальные консультации лично или электронные сообщения);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий, конкурсов и мероприятий для родителей в течение года);
- анкетирование, социальный опрос.

Календарный план воспитательной работы

№п/п	Ориентировочная дата проведения	Мероприятие (форма, наименование)
сентябрь		
1	сентябрь	День окончания Второй мировой войны, День солидарности борьбы с терроризмом.
2	сентябрь	Международный день распространения грамотности.
октябрь		
3	октябрь	День учителя
ноябрь		
5	ноябрь	День народного единства
6	ноябрь	День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России
декабрь		
7	декабрь	День добровольца (волонтера) России
8	декабрь	Познавательное мероприятие «Никто не забыт, ничто не забыто», посвященное Дню неизвестного солдата.
январь		
9	январь	Урок добра «Добру всегда есть место в жизни»
10	январь	Минута памяти «День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста» (27 января)
февраль		
11	февраль	Познавательное мероприятие «День Защитника Отечества - история праздника» (23 февраля)
12	февраль	День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (ситуативно)
март		
13	март	День воссоединения Крыма с Россией
14	март	Беседа на тему: «Быть здоровым здорово!»
апрель		

15	апрель	Познавательное мероприятие «Первый в космосе» (12 апреля)
16	апрель	Экологическая акция «Все в наших руках!», посвященная всемирному дню земли (22 апреля)
май		
17	май	День детских общественных организаций России
18	май	Минутка знаний «Сохраняя традиции», посвященная Дню детских общественных организаций России (19 мая)