

Управления образования Ростовского муниципального района
муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа №2 Ростовского МР

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом
Протокол №1 от 01.09.2023

УТВЕРЖДАЮ:
Директор_____ О.Н. Гарина

Дополнительная общеразвивающая программа
по виду спорта «Баскетбол»
(для обучающихся 7-17 лет)

Срок реализации программы – 7 лет

Составители: Ефимова Виктория Владимировна,
инструктор-методист
Исхаков Олег Салохитдинович,
старший тренер-преподаватель

д. Судино, 2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы.....	4
Учебные планы.....	5
Содержание программы.....	10
Материально-техническое обеспечение.....	31
Список использованной литературы.....	32

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеская спортивная школа №2 Ростовского МР разработана в соответствии с нормативными правовыми актами и государственными программными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Сан Пин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41;

5. Уставом МОУ ДО ДЮСШ №2 Ростовского МР, а также нормативными документами учреждения.

Программа рассчитана для работы в спортивно-оздоровительных группах (СОГ).

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Срок освоения программы – 7 года.

Актуальность программы

В настоящее время наиболее актуальной становится проблема здоровья. Зачастую в современных школах, при увеличении учебной нагрузки, двигательная активность детей ограничена, а физической культуры в школе недостаточно для снятия утомления и эмоционального напряжения. С развитием компьютерных технологий, дети всё больше проводят времени в интернете и с гаджетами, что неблагоприятно влияет на их здоровье. Чтобы сберечь здоровье детей необходимо привлечь их к занятиям физическими упражнениями. В любом возрасте дети любят играть. Наиболее интересными, веселыми и эмоциональными всегда были подвижные и спортивные игры.

Спортивные игры развивают все необходимые качества для здорового образа жизни ребенка: скорость, ловкость, сила, координация, выносливость, а также личностные качества: целеустремленность, сила воли, коммуникабельность.

Отличительные особенности программы «Баскетбол»

Главной отличительной особенностью программы «Баскетбол» является приобщение детей к занятиям спортом, помощь в реализации своих способностей и адаптации себя в коллективе сверстников.

Программа дает возможность развивать эти качества, принять активный здоровый образ жизни, начиная с младшего школьного возраста. В дальнейшем реализовать себя в данном виде спорта.

Данная программа рассчитана на детей школьного возраста (7-17 лет). Набор детей осуществляется при соблюдении организационно-методических и медицинских требований. Количество обучающихся с расчетом на одну группу составляет 12-14 человек. Специального отбора не производится. Допускается формирование разновозрастных и разнополых групп.

В этом случае необходимо:

- наличие письменного заявления одного из родителей ребенка (законного представителя);
- наличие письменного разрешения врача-педиатра;
- наличие у тренера-преподавателя, привлеченного к работе с детьми, профессиональной подготовки по физкультурно-спортивной направленности.

6 учебных часов в неделю, 216 учебных часов в год (36 недель)

- Для организации работы по программе необходимо создание следующих условий:
- спортивный зал или открытая спортивная площадка,
 - наличие спортивного инвентаря и оборудования
 - спортивная форма и обувь,
 - разработка и составление планов и конспектов учебно-тренировочных занятий.

Обучение в процессе освоения этой программы подразумевает: принятие здорового образа жизни, укрепление здоровья, развитие специальных физических навыков, основных физических качеств специализированных знаний, а также приобретение новых знаний и формирование межличностных отношений.

Срок реализации - 7 лет. Программа рассчитана на срок обучения в течение 36 недель в год (216 часов).

Максимальное количество учебных часов в неделю	Число занятий в неделю	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)
6	3 раза по 2 час.	7	12-14

Условия реализации программы: кабинет для тренировочных занятий, спортивный зал.

Формы обучения: очная, групповая.

Виды занятий: тренировочные, беседы, соревнования

Формы проведения результатов: мониторинг динамики развития физических качеств обучающихся; текущая, промежуточная (итоговая) аттестации, открытые занятия, соревнований.

Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель общеразвивающей программы: содействие гармоничному, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья детей; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с историей развития баскетбола, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства;
- расширить и дополнять знания, умения и навыки;

Развивающие:

- специализированная подготовка в соответствии с игровыми функциями обучающихся;
- укрепить опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию обучающихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширить спортивный кругозор;

Воспитательные:

- сформировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- воспитание нравственных качеств личности;
- привить любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников;
- способствовать формированию чувства патриотизма и гордости за спортивные достижения спортсменов России.