

Аннотация к дополнительной образовательной программе «Баскетбол» Возраст обучающихся: 14-17 лет Срок реализации программы: 1 год Направленность: спортивно-оздоровительная Режим занятий: количество часов в неделю- 1 часа в неделю Дополнительная предпрофессиональная программа по баскетболу разработана на основании ФЗ № 273 « Об образовании в РФ», «Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта» На основании основополагающих принципов (системности, преемственности и вариативности) построения спортивной тренировки и анализа ранее изданных программ по баскетболу определены следующие разделы «Программы»: пояснительная записка; система контроля и зачетные требования; программный материал для практических и теоретических занятий; воспитательная работа; психологическая подготовка; восстановительные мероприятия; педагогический и врачебный контроль; инструкторская и судейская практика; учебный план; перечень информационного обеспечения. Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Родиной баскетбола является Америка. В 1891 году эту игру изобрел преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы в штате Массачусетс Джеймс Нейсмит. С 1936 года баскетбол включен в программу олимпийских игр. Сборная мужская команда нашей страны стала олимпийским чемпионом в 1972г., а женская сборная дважды – в 1976 и 1980 гг. завоевывала олимпийские медали. Интерес к баскетболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок баскетбола в школе рассматривается нами как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам. Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, учебной группы, команды, взаимопомощь, чувство долга. Польза от занятий баскетболом огромна – вовлечение учащихся в регулярные занятия баскетболом должно всемерно поощряться, это не погоня за медалями и рекордами, - это здоровье миллионов, это готовность к труду, это подготовка к военной службе. Основными задачами программы «Баскетбол» являются: • укрепление здоровья обучающихся; • содействие правильному физическому развитию организма; • приобретение обучающимися необходимых теоретических знаний; • овладение молодыми баскетболистами основными приемами техники и тактики игры; • воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, навыков культурного поведения, чувства дружбы; • привитие обучающимся организаторских навыков. Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера. Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются: • словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д. • наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях; • практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у

обучающихся образовались некоторые навыки игры. Планируемые образовательные результаты программы: Предметные • Обучить теоретическим основам баскетбола. • Обучить основам техники перемещений и стоек, подачи мяча, приема и передачи мяча, ведению мяча, броскам в корзину. • Обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям. • Сформировать систему навыков соревновательной деятельности по баскетболу. Метапредметные • Развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма. • Развитие и укрепление опорно-двигательного и суставно-связочного аппарата. • Развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств) для успешного овладения навыками игры в баскетбол. Личностные • Привлечение обучающихся к систематическим занятиям спортом (баскетболом). • Формирование здорового образа жизни. • Воспитание умения действовать в команде. • Формирование стойкого интереса к занятиям, трудолюбия. Ожидаемые результаты: К концу первого года дети должны: Знать – технику безопасности при занятиях спортивными играми; - историю Российского баскетбола; - лучших игроков края и России; - знать простейшие правила игры; - правила личной гигиены; - следить за выступлением команд в Российском чемпионате; - знать азбуку баскетбола (основные технические приемы). Уметь - выполнять перемещения в стойке; - остановку в два шага и прыжком; - выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи; - бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места; - владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости. - передвигаться в защитной стойке; - выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге; - ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления; - выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках; - владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении; - играть по упрощенным правилам мини-баскетбола. Контроль за результатами освоения программы На всех этапах подготовки проверка усвоения ими пройденного материала производится на основании выполнения нормативных показателей общей специальной физической подготовки и игровой практики.