

Аннотация
к программе дополнительного образования
секции «Баскетбол»

Образовательная программа для отделения баскетбола разработана на основе нормативных документов, регламентирующих работу спортивных школ, в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей, Типовым планом-проспектом учебной программы для ДЮСШ и СДЮШОР, другими нормативными документами Федерального агентства по физической культуре и спорту.

Программа направлена на укрепление здоровья обучающихся, она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Программа дает возможность заниматься баскетболом под руководством специалиста всем желающим, а также в рамках реализации программы большое внимание уделяется вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Основная идея программы - реализация тренировочного процесса на этапе спортивно-оздоровительной подготовки, конечной целью которой является оздоровление учащихся школы и увеличение количества занимающихся баскетболом.

Задачи программы

1. Привлечение детей к систематическим занятиям.
2. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
3. Овладение основами баскетбола.
4. Отбор способных к занятиям баскетболом детей.
5. Формирование стойкого интереса к занятию баскетболом.
6. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
7. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
8. Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Выполнение задач, поставленных перед отделением баскетбола, предусматривает: систематическое проведение практических и теоретических занятий; обязательное выполнение учебно-тренировочного плана, регулярное участие в соревнованиях и организации проведения контрольных игр.

УСЛОВИЯ КОМПЛЕКТОВАНИЯ УЧЕБНЫХ ГРУПП

Занимающиеся распределяются на учебные группы по возрасту и полу. Занятия проводятся на базе МБОУ СОШ № 10 г. Воткинска

этап обучения	возраст (лет)	кол-во уч-ся в группе	кол-во учебных часов в неделю	кол-во учебных часов в год
1	8-10	15 - 25	4	148
2	11-13	15 - 25	4	148
3	13 – 15	15 - 25	4	148
4	15 - 18	15 - 25	4	148

При формировании групп производится набор учащихся школы, желающих заниматься спортом и имеющих разрешение врача. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта.

Перевод спортсменов в группу следующего этапа подготовки производится на основании выполнения нормативных показателей технической, общей и специальной физической подготовки.

Рабочая программа рассчитана на реализацию с 3 по 11 класс, программа включает 4 модуля.

Задачи 1 модуля

1. Привлечение детей к систематическим занятиям и ЗОЖ.
2. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
3. Овладение основами баскетбола.
4. Отбор способных к занятиям баскетболом детей.
5. Формирование стойкого интереса к занятиям.
6. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
7. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.

Планируемые результаты:

воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к баскетболу; начальное обучение технике и тактике, правилам игры; развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики игры баскетбола, воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и коллективно (подвижные игры)

Задачи 2 модуля

1. Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию.
2. Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.
3. Укрепление здоровья, повышение работоспособности.
4. Профилактика асоциального поведения.
5. Коррекция психофизического развития.
6. Организация условий для полезного проведения свободного времени.
7. Воспитание силы воли, мужества, стойкости, патриотизма.

Планируемые результаты, учащиеся должны обладать следующими навыками:

Знать

- оказание первой доврачебной помощи;
- официальные правила ФИБА.

Уметь

- выполнять челночный бег с ведением мяча;
- ловить и передавать мяч при передвижении в двойках и тройках;
- владеть технико-тактическими действиями в защите и нападении;
- выполнять бросок в прыжке после ведения и ловли мяча в движении;
- выполнять судейство;
- играть в баскетбол по правилам.

Задачи 3 модуля

1. Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию.
2. Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.
3. Укрепление здоровья, повышение работоспособности.

4. Профилактика асоциального поведения.
5. Коррекция психофизического развития.
6. Организация условий для полезного проведения свободного времени.
7. Воспитание силы воли, мужества, стойкости, патриотизма.

Планируемые результаты

Знать:

- характеристику современных форм построения занятий по баскетболу;
- использование ОРУ в решении задач физического развития здоровья;
- возрастные особенности ведущих психических процессов (внимания, памяти, мышления); • возрастные особенности развития основных физических качеств.

Уметь:

- быстро и ловко передвигаться по площадке (в нападении - уметь правильно “открываться”, в защите - уметь правильно “закрывать” защитника);
- свободно ловить и передавать мяч различными способами и на различные расстояния; мяч правой и левой рукой;
- вести мяч правой и левой рукой;
- выполнять броски мяча с различных расстояний
- осуществить контроль функционального состояния организма при выполнении физических упражнений;
- определить уровень достижений оздоровительного эффекта и физического совершенства.

Задачи 4 модуля

1. Воспитание физических качеств: силы, быстроты, специальной тренировочной и соревновательной выносливости.
2. Обучение приемам игры, совершенствование их и ранее изученных в условиях, близких к соревновательным.
3. Обучение индивидуальным и групповым действиям, совершенствование их и ранее изученных в различных комбинациях и системах нападения и защиты.
4. Специализация по амплуа. Совершенствование приемов игры и тактических действий с учетом индивидуальных особенностей и игрового амплуа юных баскетболистов.
5. Воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях (настраиваться на игру, регулировать эмоциональное состояние перед игрой, во время игры, независимо от ее исхода, проводить комплекс восстановительных мероприятий).

Планируемые результаты:

Уметь:

Демонстрировать и применять в процессе выполнения специально созданного комплексного упражнения основные тактико-технические действия в баскетболе.

Сознательно тренироваться и стремиться к лучшему результату на соревнованиях.

Согласовывать свое поведение с интересами коллектива, при выполнении упражнений критически оценивать собственные достижения, поощрять товарищей.

Знать:

Историю развития баскетбола в России и за рубежом.

Основные правила соревнований по баскетболу.

Способы развития специальных физических качеств баскетболиста.

Особенности физической подготовки игроков в баскетболе.