

**МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«ВСЕЛЫЙ БАСКЕТБОЛ»  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
(стартовый уровень)**

Разработчик:  
Никифоров А.М.,  
тренер - преподаватель

Программу реализует:  
Никифоров А.М.,  
тренер – преподаватель

## ОГЛАВЛЕНИЕ

АННОТАЦИЯ	2
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.	5
Учебный план.	
Модуль «Подвижные игры с элементами баскетбола»	5
Модуль «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного	8
Модуль «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»	12
КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ С ДЕТЬМИ С ОВЗ	16
РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	21
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА	23
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	26
ГЛОССАРИЙ	27

## АННОТАЦИЯ

Модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Веселый баскетбол» (стартовый уровень) включает в себя 3 тематических модуля и нацелена на укрепление здоровья детей и их всестороннего физического развития. Предлагается знакомство с основными представлениями, знаниями, умениями и навыками в избранном виде спорта. Предполагается использование минимальной сложности предлагаемого для освоения содержания программы, развитие мотивации к овладению данным видом спорта.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность** Модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселый баскетбол» (стартовый уровень) - физкультурно-спортивная.

Данная Программа нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., направленных на физическое воспитание и формирование культуры здоровья, формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни.

**Актуальность** программы заключается в том, что система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

**Новизна** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Веселый баскетбол» заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

**Педагогическая целесообразность** образовательной программы «Веселый баскетбол» определена тем, что 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, самоопределения и профориентации.

Программа обладает следующими **отличительными особенностями**:

- позволяет в условиях организации дополнительного образования спортивной направленности расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- программа дополнительного образования имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной реализации задач.

**Цель программы** - содействие всестороннему развитию личности ребёнка, его самоопределения посредством физической культуры, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям спортом, приобщение к здоровому образу жизни и гармоничному физическому развитию.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- Ознакомить детей с историей развития физической культуры и спорта, терминологией упражнений и простейшими правилами соревнований;

- Сформировать представления об основных видах спорта, снарядах, инвентаре и соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- Ознакомить с физическими возможностями организма, режимом дня, правилами личной гигиены, правильным питанием;

**Развивающие:**

- Формировать правильную осанку, развивать различные мышцы тела, развивать основные функциональные системы организма;
- Способствовать развитию физических качеств у обучающихся (гибкости, ловкости, координационных возможностей, скоростных способностей).

**Воспитательные:**

- Воспитывать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Прививать дружеские взаимоотношения со сверстниками, доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим;
- Воспитывать решительность, смелость, уверенность, способность к волевому усилию, настойчивость.

**Коррекционные задачи:**

*Обучающие:*

- формирование комплекса специальных знаний, жизненно необходимых двигательных умений и навыков;

*Развивающие:*

- развивать основные физические и психические качества, повышаются функциональные возможности различных органов и систем.

*Воспитывающие:*

-формировании у занимающихся осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок;

-формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** дети 7 – 13 лет. Программа также актуальна для развития и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 1 год, объем – 140 часов (3 модуля).

**Форма обучения:** очно-заочная

**Формы организации деятельности:** групповая.

**Режим занятий:** 3,5 часа в неделю. Одно занятие длится 45 минут, перерыв между занятиями – 10 минут.

**Наполняемость групп:** минимальная наполняемость групп составляет 10 обучающихся, максимальная – 20, оптимальная – 15 обучающихся.

Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

**Планируемые результаты:**

*Личностные:*

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык.

Метапредметные:

*Познавательные:*

- анализировать информацию;
- преобразовывать познавательную задачу в практическую;
- выделять главное, осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения;
- прогнозировать результат.

*Регулятивные:*

- планировать, контролировать и оценивать предлагаемые действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации в процессе познания;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- конструктивно действовать даже в ситуациях не успеха;
- самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом материале;
- вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, товарищей и родителей.

*Коммуникативные:*

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать свою позицию;
- приходить к общему решению в совместной работе;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях;
- не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа состоит из трёх модулей: «Подвижные игры с элементами баскетбола», «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста», «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста».

### Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	46	-	46
2.	Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста	46	-	46
3.	Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста	48	-	48
<b>ИТОГО</b>		140	-	140

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать укреплению здоровья.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- формирование знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- подвижных игр с учащимися своей группы.

### Учебно-тематический план модуля «Подвижные игры»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос

2.	ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	1	1	2	Беседа, опрос
3.	ОРУ. Личная гигиена занимающихся. П/и «Гонка ячей по кругу»	1	1	1	Беседа, опрос
4.	ОРУ. Ведение мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	-	2	2	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Ведение мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	-	2	2	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Пять бросков»	-	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину»	-	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОРУ. Броски мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	-	2	2	Наблюдение, беседа
9.	ОРУ. Броски мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».	-	2	2	Наблюдение, беседа
10.	ОРУ. Передачи мяча на месте. П/и «Мяч водящему».	-	2	2	Наблюдение, беседа
11.	ОРУ. Передачи мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	-	3	3	Наблюдение, беседа
12.	ОРУ. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков»	-	2	2	Наблюдение, беседа
13.	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	-	2	2	Наблюдение, беседа
14.	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Гонка мячей по кругу».	-	2	2	Наблюдение, беседа
15.	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».	-	1	1	Наблюдение, беседа
16.	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	-	1	1	Наблюдение, беседа
17.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
18.	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
19.	ОРУ. Эстафеты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
20.	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол	-	3	3	Наблюдение, беседа

	по упрощенным правилам.				
21	ОРУ. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
22	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
23	ОРУ. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	-	2	2	Наблюдение, беседа
24	ОРУ. Эстафеты. П/и «Пять бросков».	-	1	1	Наблюдение, беседа
25	Контрольное тестирование.	-	2	2	Наблюдение, беседа
	Всего:	3	43	46	

### Содержание модуля

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 3.** ОРУ. Личная гигиена занимающихся.

Теория: Изучение личной гигиены занимающихся.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование. П/и «Гонка ячей по кругу».

**Тема 4.** ОРУ. Ведение мяча на месте.

Практика: ОРУ, отработка техники ведения мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 5.** ОРУ. Ведение мяча в движении.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 6.** ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Пять бросков».

**Тема 7.** ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину».

**Тема 8.** ОРУ. Броски мяча с места.

Практика: отработка техники броска мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 9.** ОРУ. Броски мяча в движении.

Практика: отработка техники броска мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».

**Тема 10.** ОРУ. Передачи мяча на месте.

Практика: отработка передачи мяча на месте. П/и «Мяч водящему».

**Тема 11.** ОРУ. Передачи мяча в движении.

Практика: отработка передачи мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 12.** ОРУ. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.

Практика: отработка передачи мяча в движении. П/и «Пять бросков».

**Тема 13.** ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».

**Тема 14.** ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Гонка мячей по кругу».

**Тема 15.** ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».

Практика:

**Тема 16.** ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».

**Тема 17.** ОРУ. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 18.** Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: эстафета с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 19.** ОРУ. Эстафеты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: эстафета, игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 20.** ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: отработка техники бросков мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 21.** ОРУ. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: отработка техники ведения мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 22.** ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: отработка техники бросков мячей в движении. Игра в баскетбол.

**Тема 23.** ОРУ. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: отработка техники бросков мячей в движении, подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

**Тема 24.** ОРУ. Эстафеты. П/и «Пять бросков».

Практика: Эстафеты. П/и «Пять бросков».

**Тема 25.** Контрольное тестирование.

Практика: сдача нормативов.

### **Модуль «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»**

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию основных физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость).

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- формирование знаний об развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;

- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;

- формирование уважения к своим товарищам.

***Предметные ожидаемые результаты***

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;
- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технически правильно выполнять общеразвивающие и специальных упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

**Учебно-тематический план модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	2	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
4.	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	-	2	2	Наблюдение, беседа
7.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	-	2	2	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
9.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.	-	3	3	Наблюдение, беседа
10.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
11.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
12.	Упражнения для развития скоростно-силовых	-	2	2	Наблюдение, беседа

	качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.				
13.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	-	2	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».	-	3	3	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
16.	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
17.	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
18.	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	-	1	1	Наблюдение, беседа
19.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).	-	3	3	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
22.	Контрольное тестирование.	-	2	2	Наблюдение, беседа
23.	Игры в баскетбол, пионербол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	1	45	46	

### Содержание модуля

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

**Тема 3.** ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.

**Тема 4.** Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.

Практика: Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.

**Тема 5.** ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 6.** ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Практика: выполнение акробатических упражнений.

**Тема 7.** Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Практика: ОРУ. Эстафеты.

**Тема 8.** СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.

Практика: Игра в баскетбол.

**Тема 9.** Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.

Практика: Выполнение ОРУ.

**Тема 10.** Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 11.** Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 12.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 13.** Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Практика: ОРУ, эстафеты.

**Тема 14.** ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».

**Тема 15.** СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 16.** СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 17.** СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 18.** СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Практика: ОРУ, эстафеты.

**Тема 19.** Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Практика: ОРУ со спортивным инвентарём.

**Тема 20.** ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Практика: Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

**Тема 21.** ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

**Тема 22.** Контрольное тестирование.

Практика: сдача нормативов.

**Тема 23.** Игры в баскетбол, пионербол.

Практика: игра в баскетбол, пионербол.

## Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: контрольная игра в баскетбол.

### Модуль «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию технической подготовленности и тактического мышления.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

### Учебно-тематический план модуля «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие	-	2	2	Наблюдение, беседа

	получению мяча. Игра в баскетбол.				
8.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
10.	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
13.	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
15.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
16.	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
19.	Контрольная игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
21.	СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	-	2	2	Наблюдение, беседа
22.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	-	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
	Всего:	1	48	48	

### Содержание модуля

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 3.** СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 4.** ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 5.** ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 6.** СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Практика: в СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

**Тема 7.** ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

**Тема 8.** Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Практика: Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 9.** ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 10.** СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

**Тема 11.** ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

**Тема 12.** ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 13.** СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

**Тема 14.** СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

**Тема 15.** Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Практика: Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 16.** СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Практика: СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

**Тема 17.** ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

**Тема 18.** ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

**Тема 19.** Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Контрольная игра в баскетбол.

**Тема 20.** ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 21.** СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.

Практика: О СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.

**Тема 22.** ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 23.** Контрольное тестирование.

Практика: Контрольное тестирование.

**Тема 24.** Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Контрольная игра в баскетбол.

Практика: эстафеты.

В программе заложены следующие принципы:

- принцип комплектности, предполагает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (все виды подготовки, воспитательной работы, восстановительных мероприятий и комплексного контроля) в оптимальном соотношении.

- принцип преемственности, определяет системность прохождения программного материала. При обеспечении преемственности задач, методов и средств подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, роста показателей уровня подготовленности.
- принцип вариативности, предусматривает вариативность программного материала в зависимости от этапа подготовки, возрастных индивидуальных особенностей обучающихся.

Для успешной реализации модульной программы необходимо обеспечить следующие психолого-педагогические условия:

- формирование и поддержание положительной самооценки обучающихся, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям

### **Возрастные особенности детей от 7 до 12 лет**

Подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо - вот, пожалуй, и все характерные черты. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.

#### *Физические особенности:*

Дети этого возраста очень подвижны, энергичны. Ребенок растет очень быстро, но его рост неравномерен. Так как сердце не растет в пропорции с его телом, он не может вынести длительные периоды напряженной деятельности. Ребенок может сосредоточить свое внимание на 15 минут. Но его произвольное внимание не прочно: если появляется что-то интересное, то внимание переключается. Активно реагирует на все новое, яркое. Любит слушать речь взрослого, но необходимо учитывать, что порог слышимости и острота слуха еще не достигли своих наибольших величин (это произойдет в подростковом возрасте).

#### *Интеллектуальные особенности:*

Ребенок живет, в основном, настоящим. У него ограниченное понимание времени, пространства и чисел. Наши слова ребенок может понимать буквально. Затруднено понимание абстрактных слов и понятий. Любит задавать вопросы: «Почему?», «А правда ли это?» Ребенок хорошо запоминает факты, сведения, стихи. Прекрасный возраст для заучивания наизусть. Более легко запоминает слова, чем мысли. Особенно хорошо запоминает то, что чем-то мотивировано, значимо.

#### *Эмоциональные особенности:*

Начинает развиваться система оценок, но эмоции часто заслоняют объективность оценки. Авторитет взрослого еще так велик, что нередко собственную оценку заслоняет оценка взрослого. Достаточно хорошо может оценить и предвидеть предполагаемую реакцию взрослого. Прекрасно знает, когда и с кем что можно позволить. Ребенок нуждается в любви и опеке. Старается помочь маме по дому и учителям.

#### *Социальные особенности:*

Дети этого возраста дружелюбны. Им нравится быть вместе и участвовать в групповой деятельности и в играх. Это дает каждому ребенку чувство уверенности в себе, так как его личные неудачи и недостатки навыков не так заметны на общем фоне. Нравится заниматься изготовлением поделок, но чаще ребенок трудится лучше в начале, чем при завершении этого труда.

## **КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

### Общие направления коррекционно-педагогической работы тренера-преподавателя с детьми с ОВЗ:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- Адаптирование сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время занятий физ. инструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала);
- Релаксация во время занятия;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

### **Дети с нарушением зрения**

#### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Дети незрячие, в том числе слепорожденные и ослепшие до 3-х лет, слабовидящие и поздноослепшие, с косоглазием и амблиопией.

Слепые дети воспринимают окружающий мир исключительно слухом и осязанием, имеют повышенную вибрационную чувствительность. Сохранившие остаточное зрение через смутные и искаженные образы. Такой способ познания обедняет мыслительные процессы, мешает их целостности. Дети с трудом определяют расстояние, местоположение не только объектов, но и собственное. В итоге не имеют четких уверенных суждений.

Обучение данной категории основано на создании у них полисенсорного опыта: отсутствующий анализатор заменяется активизацией других. В первую очередь, с помощью речи. Но нужно учитывать, что слабовидящие дети приобретают речевые навыки позже своих здоровых сверстников, их лексика бедна и произносимые слова не всегда совпадают с реальными образами. Любое вербальное описание для них требует осязательного исследования.

Учеба развивает их неустойчивое внимание, не имеющее целевой направленности. Повышается его объем, концентрированность и произвольность. То же и с памятью, в первую очередь, словесно-логической.

Слепые и слабовидящие дети бывают конфликтны, несдержанны, не имеют целей. Но общение, совместные учебные и трудовые дела с видящими ровесникам развивают у них самостоятельность и конкурентоспособность.

#### Направления коррекционно -педагогической работы:

1. Воздействие на тактильный анализатор, используя при этом сохранные остаточное зрение, осязание, слух, обоняние, но важную роль играет речь, выполняющая установочную, направляющую и регулирующую функцию.

2. Использование наглядного материала:

- Рельефное изображение поз, осанки, положений отдельных звеньев тела в пространстве, магнитные наглядные пособия; мелкий и крупный инвентарь с разной фактурой: мячи — гладкие, шершавые, мячи - ежики, пластмассовые, металлические, резиновые, разные по объему, весу, цвету, запаху, рассчитанные на дифференцировку кинестетических, кожных, обонятельных, осязательных, температурных ощущений;

- Звуковые сигналы, заменяющие зрительное восприятие: аппаратура звукозаписи, звуковые сигнализаторы, звучащие мячи, мишени, колокольчики и т. п., задающие темп, ритм, скорость, направление ориентировки в пространстве;

3. Дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения.

### **Дети с нарушением слуха**

### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Дети с глубоким стойким двусторонним нарушением слуха: рано потерявшие слух, родившиеся со слуховыми нарушениями или потерявшие слух до периода развития речи. Они не воспринимают речь и не могут самостоятельно ею овладеть. Чтобы разговаривать, им необходимо специальное обучение. Такие дети воспринимают мир зрением и осязанием. Их мыслительные процессы основаны не на речи, а на образах и действиях. Поэтому им трудно определять причины и следствия, свойства и отношения. Их внимание и память характеризуются неустойчивостью и низким объемом из-за утомляемости.

В обучении речи главную роль играет специальная акустическая и сурдоаппаратура. И хотя речь остается неразвитой, преобладают слова, обозначающие предметы и очень мало слов, описывающих качества и движение, они все же могут говорить. Пусть и допуская ошибки в звуках, заменяя слова похожими по звучанию.

Между собой дети общаются жестами и пытаются перенести такое общение в мир слышащих, имитируя жестикуляцией и мимикой разные объекты и их признаки. Иногда это воспринимается как агрессия, и идет такой же агрессивный ответ. Это одна из причин, почему дети с глухотой обладают низкой самооценкой.

Дети с частичной потерей слуха, тугоухостью и различной степенью недоразвития речи. Дети, сохранившие остаточный слух и самостоятельную речь. Они продолжают накапливать словарный запас.

Развитие их психических и познавательных процессов зависит от того, насколько рано они потеряли слух. Сохраненный низкий уровень слухового восприятия создает иллюзию, что на него можно опереться, но полученная информация очень искажается.

Главная задача при их обучении — развивать зрительное восприятие и учить концентрироваться на губах говорящего, параллельно обучая чтению. Как следствие, повысится устойчивость внимания и начнет развиваться наглядная память.

В отличие от глухих детей, слабослышащие имеют высокую и даже завышенную самооценку, поскольку любое малейшее их достижение воспринимается окружающими взрослыми как невероятный успех.

### Направления коррекционно-педагогической работы:

1. *Использование невербальной (неречевой) передачи информации* в виде мимики, пластики, артикуляции, жестов, дактильной речи (пальцевой азбуки) для лиц со слуховой депривацией.

2. *Использование наглядных методов*, основанных на комплексном включении всех сохранных видов ощущений при ведущей роли словесной речи.

- плакаты с изображением тела человека с названием частей, суставов и др. - для формирования знаний, наглядно-образных представлений о строении человека;
- показ движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;
- показ движений с одновременной словесной инструкцией (описанием, объяснением) и уточняющей мимикой, жестами, речью для считывания с лица;
- плоскостные и объемные предметы, спортивный инвентарь и не стандартное оборудование, разные по цвету, форме, величине, весу для формирования пространственных представлений;
- световые, знаковые, вибрационные сигналы для концентрации внимания, информации о начале или прекращении движений;
- звуковые сигналы музыкальных инструментов для дифференциации и использование остаточного слухового восприятия при выполнении ритмических движений.

### **Дети с задержкой психического развития (ЗПР)**

#### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Дети с ЗПР традиционно определяются как полиморфная группа, характеризующаяся замедленным и неравномерным созреванием высших психических функций, недостаточностью

познавательной деятельности, снижением уровня работоспособности, недоразвитием эмоционально-личностной сферы.

Общими проблемами являются недостаточная сформированность произвольного внимания, замедленное, непоследовательное восприятие, отставание словесно-логического мышления. Им сложно анализировать и обобщать. В результате страдает речь, лишенная ясности и логики. Для детей с ЗПР характерно непроизвольное импульсивное поведение и инфантилизм в сочетании с низким уровнем познавательных процессов, включая память и внимание.

#### Направления коррекционно-педагогической работы:

- Частое переключение, смена вида деятельности;
- Подражание движениям и звукам животных, насекомых и т. п., (при этом развиваются не только двигательные возможности, но и воображение, представление, фантазия);
- Разнообразии вербальных и невербальных методов и методических приемов, словесных и наглядных способов воздействия, музыки, внушения, активизирующих все органы чувств, концентрирующих психические процессы и эмоции на обучении и совершенствовании двигательных умений, занимающихся;
- Применение индивидуального подхода к каждому ребёнку;
- Использование игровых методов и приемов для эмоциональной насыщенности занятия;
- Многократное повторение заданий, выделяя самые главные места голосом и жестом, сопровождая показом или совместными действиями;
- Ограничивать до минимума отвлекающие факторы во время занятия;
- Использовать игры на развитие волевой регуляции и внимания;
- Дозировать выполнение упражнений для предупреждения переутомления и перевозбуждения детей на физкультурном занятии.

### **Дети с отклонениями интеллектуального развития (УО)**

#### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Стойкое нарушение познавательной деятельности выражается в отсутствии потребности в знаниях, вялости мыслительной деятельности, неумении анализировать и обобщать, из совокупности выделять главное, проводить сравнение, находить сходство, оценивать себя и свою работу. Отмечается недостаточность всех уровней мыслительной деятельности: наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического.

Восприятие характеризуется замедленным темпом и объемом, поэтому формирование знаний, освоение двигательных действий требует больше времени. Трудности восприятия пространства и времени мешают ориентироваться в окружающем, улавливать внутренние взаимосвязи.

Речевая деятельность развита недостаточно, страдают все ее стороны фонетическая, лексическая, грамматическая. Характерна задержка становления речи, понимания обращенной речи. Нарушение речи носит системный характер и распространяется на все функции речи — коммуникативную, познавательную, регулирующую.

Память характеризуется слабым развитием и низким уровнем запоминания, сохранения, воспроизведения. Особенно затруднено осмысленное запоминание. То, что удерживается механической памятью, тоже быстро забывается. Это касается как словесного материала, так и движения. Поэтому каждое физическое упражнение, речитатив, указание требуют многократного повторения, причем лучше запоминаются яркие, эмоциональные переживания, вызвавшие интерес.

Внимание характеризуется малой устойчивостью, трудностью его распределения, замедленностью переключения. Дети не могут долго сосредотачиваться на одном объекте, быстро отвлекаются.

Существенно страдают волевые процессы. Дети крайне безынициативны, не умеют самостоятельно руководить своей деятельностью. Им свойственны непосредственные импульсивные реакции на внешние впечатления, неумение противостоять воле другого человека.

Отмечается недоразвитие, неустойчивость эмоций, отсутствие оттенков переживаний, слабость собственных намерений, стереотипность реакций.

Физическое развитие: неточность движений в пространстве и времени; грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий; отсутствие ловкости и плавности движений; излишняя скованность и напряженность; ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях.

#### Направления коррекционно-педагогической работы:

1. *Одновременное поступление информации с рецепторов зрительного, слухового и двигательного анализаторов.* Двигательный образ становится ярче и быстрее запоминается занимающимся.

- одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения и выполнения;

- рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его;

- выполнение упражнения только по словесной инструкции, только по показу.

2. *Требования к непосредственному показу упражнений.*

- многократное повторение упражнений с ярким эмоциональным переживанием, вызывающее интерес.

- упражнения, выполняемые во фронтальной плоскости, необходимо показывать, встав лицом к учащимся;

- упражнения, выполняемые в сагиттальной плоскости, необходимо демонстрировать, стоя боком;

- упражнения, выполняемые и во фронтальной, и в сагиттальной плоскости, целесообразно показывать дважды, стоя лицом, боком или полубоком;

- зеркальный показ необходим в тех случаях, когда упражнение содержит асимметричные движения;

- упражнения, выполняемые сидя или лежа, лучше показывать на возвышении, максимально концентрируя на себе внимание.

### **Дети с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА)**

#### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Двигательные нарушения у детей имеют различную степень выраженности:

- при *тяжелой степени* двигательных нарушений дети не владеют навыками ходьбы и манипулятивной деятельностью, они не могут самостоятельно обслуживать себя;

- при *средней (умеренно выраженной) степени* двигательных нарушений дети владеют ходьбой, но ходят неуверенно, часто с помощью специальных приспособлений (костылей, канадских палочек и т.д.), т.е. самостоятельное передвижение детей затруднено. Навыки самообслуживания у них развиты не полностью из-за нарушений манипулятивных функций рук;

- при *легкой степени* двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно. Они полностью себя обслуживают, достаточно развита манипуляторная деятельность. Однако у них могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила, имеются недостатки мелкой моторики.

Дети с ДЦП, врожденными и приобретенными деформациями ОПА, вялыми параличами верхних и нижних конечностей, парезами нижних и верхних конечностей. Недостаточность движений мешает им воспринимать действительность зрением и кинестетикой. У них более

развито вербальное мышление по сравнению с наглядно-действенным. Отстает система формирования понятий и абстракций.

Часто бывают проблемы со слухом, ведущие к снижению слуховой памяти и слухового внимания. Встречается алалия и дизартрия.

Таким детям полезно совмещать обучение с посильной трудовой деятельностью. Она учит переключать внимание, снижает вялость, дает чувство значимости.

#### Направления коррекционно-педагогической работы:

1. Реализация методов наглядности через комплексное восприятие всех органов чувств с доминирующей направленностью на *кинестетические и проприоцептивные ощущения*.

2. Применение наглядных материалов:

- метод тандотерапии — для освоения двигательных действий путем тренировки с принудительным выполнением движений и феноменом прочувствования. Механическая связь здорового и обучаемого человека вынуждают последнего совместно выполнять любые движения, в которых участвуют все органы чувств. Рекомендуется для восстановления движений после полиомиелита, ДЦП, двигательных травм и др.

- видеофильмы-руководства для формирования образа «здоровых» движений, ориентировочной основы действий, повышения интереса к занятиям.

### **Дети с тяжёлой речевой патологией (ТНР)**

#### Психолого-педагогическая характеристика детей:

Дети немые, с фонетико-фонематическим недоразвитием речи и нарушением произношения отдельных звуков: алалия, афазия, дизартрия, ринолалия. При алалии сохраняется нормальный слух и интеллект, но из-за органических поражений речевых областей головного мозга нарушается развитие речи. Появляются аграмматизмы, трудности при чтении и письме, снижается словарный запас.

Афазия характеризуется разрушением уже сформировавшейся речи, когда поражен двигательный или речевой центр головного мозга. В первом случае речь полностью отсутствует или сохраняется в виде отдельных фраз и слов с дефектами произношения. Во втором — нарушается дифференцированное восприятие звуков и слов. Ребенок перестает понимать, что ему говорят, но нормально воспринимает неречевые звуки.

Дизартрия и ринолалия — это нарушение произношения. При дизартрии — из-за недостаточного развития речевого аппарата, при ринолалии — из-за анатомических дефектов строения органов артикуляции. В результате страдают все психические процессы, за исключением логической, смысловой и зрительной памяти.

Обучение проходит через развитие моторики с помощью гимнастики, ритмики, музыки. В результате восстанавливается устойчивый познавательный интерес и адекватная самооценка.

#### Направления коррекционно-педагогической работы:

- развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия;
- координации движений;
- общей и мелкой моторики;
- закрепление поставленных звуков в свободной речи;
- речевого и физиологического дыхания;
- формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи;

работа над мимикой лица.

В работе тренера-преподавателя очень тщательно подбирается комплекс речевого материала для развития движений.

## РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Принципы реализации программы:

- *Принцип систематичности* – чередовании нагрузки и отдыха.
- *Принцип индивидуальности* – предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка; расчет физических нагрузок согласно возрасту и уровню физического развития и здоровья детей.
- *Принцип развивающей направленности* – при обучении движениям учитывается «зона ближайшего развития».
- *Принцип воспитывающей направленности* – воспитание настойчивости, смелости, выдержки, нравственно-волевых качеств.
- *Принцип сознательности* – понимание детьми сути производимого ими того или иного движения.
- *Принцип наглядности* - созданию у ребенка при помощи различных органов чувств представления о физическом упражнении.
- *Принцип доступности* – обучение с учетом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физической подготовленности, а также преемственность и постепенность усложнения физических упражнений.

### Методы реализации программы:

- *Словесные методы* – методы, направленные на обращение к сознанию детей, помогают осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и другое).
- *Наглядные методы* – методы, направленные на создание зрительных представлений о движении (наглядно-зрительные приемы, показ физических упражнений, использование наглядных пособий и другое).
- *Практические методы* – методы, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и другое).
- *Метод упражнений* – метод, характеризующийся многократным выполнением движения в целом и по частям с учетом величины физической нагрузки.
- *Метод разучивания по частям* - система подводящих упражнений, последовательное изучение которых ведет в конечном итоге к освоению способа плавания в целом.
- *Метод разучивания в целом* - плавание с полной координацией движений, а также плавание с помощью движений ног и рук с различными вариантами сочетания этих движений.
- *Соревновательный метод* - применение соревновательного метода дает большую физическую и психическую нагрузку, чем обычный метод многократных повторений.
- *Игровые методы* – методы, активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние воспитанников.

### Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
7. Подведение итогов.

### Методическое обеспечение:

- Наглядные изображения;
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (<https://nsportal.ru/>; <http://fcior.edu.ru/> и др.).

### **Материально-техническое оснащение программы:**

Спортивная площадка  
Спортивный зал  
Щиты с кольцами — 6  
Жгуты и экспандеры - 1 Секундомер —1  
Гимнастические скамейки — 6  
Гимнастические маты — 10  
Скакалки — 20  
Мячи набивные различной массы — 3  
Гантели, гири различной массы – 2  
Мячи баскетбольные – 15  
Насос ручной -1  
Рулетка – 1

Баскетбольное оборудование  
Обручи гимнастические -10  
Конусы малые – 5  
Свисток-1

### **Кадровое обеспечение программы:**

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 298-н от 5 мая 2018 года.

### **Информационное обеспечение**

#### **Литература для педагога:**

1. Орлан И.В. Баскетбол: основы обучения <https://iknigi.net/avtor-irina-orlan/105229-basketbol-osnovy-obucheniya-irina-orlan/read/page-1.html>
2. Баскетбол для тренеров  
<https://russiabasket.ru/Files/Documents/%d0%91%d0%b0%d1%81%d0%ba%d0%b5%d1%82%d0%b1%d0%be%d0%bb%20%d0%b4%d0%bb%d1%8f%20%d1%82%d1%80%d0%b5%d0%bd%d0%b5%d1%80%d0%be%d0%b2.pdf>
3. Руководство по организации и обучению детей в мини-баскетбол  
[https://russiabasket.ru/Files/Documents/Mini-Basketball\\_RUS.pdf](https://russiabasket.ru/Files/Documents/Mini-Basketball_RUS.pdf)

#### **Литература для обучающихся:**

1. Тригорлов В.В. Баскетбол. Для всех и каждого: учебно-методическое пособие  
[http://lit.lib.ru/t/trigorlow\\_w\\_w/text\\_0010.shtml](http://lit.lib.ru/t/trigorlow_w_w/text_0010.shtml)
2. Книги про баскетбол <https://monster-book.com/basketball>

## КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

### Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: беседа, наблюдение, контрольные испытания (тестирование) по общей физической подготовке учащихся по учебным нормативам, учёт личностных достижений воспитанников на соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и практических навыков проводится посредством проведения «весёлых стартов», командных и индивидуальных соревнований.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, плохо переключаются с одного вида физической деятельности на другой, алгоритм упражнений забывается. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Необходимы все виды помощи: значительная - в начале изучения нового физического упражнения, элемента, задания, затее – на каждом этапе работы.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; умения и навыки сформированы, но не достаточно закреплены на практике. Двигательные упражнения выполняются, но с ошибками. Не достаточно объясняют выполняемые действия. Учащийся способен оценить движения других детей, способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Нуждаются как в активизирующей, так и в организующей помощи педагога.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; умения и навыки сформированы, знания не теряются, учащийся может применить их для выполнения аналогичных заданий и двигательных упражнений на практике. Учащиеся движениями овладевают быстро, требуется незначительная активизирующая помощь педагога. Проявляет элементы творчества в двигательной активности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

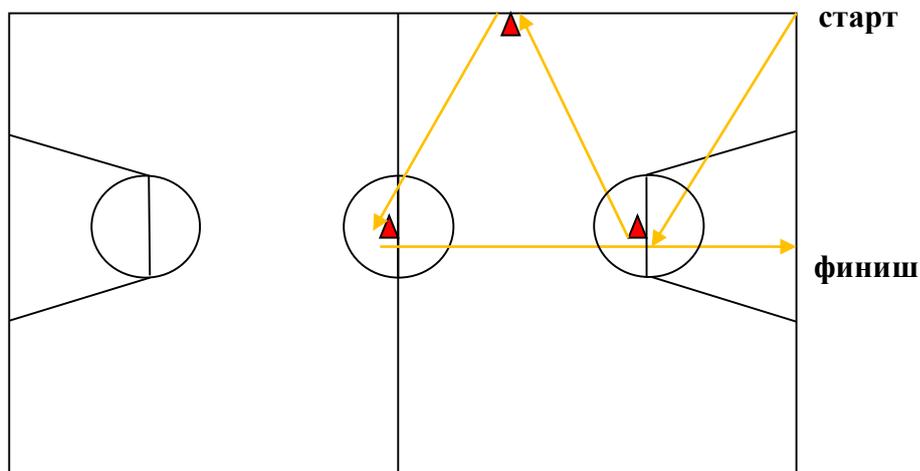
Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

№	7-8 лет		
	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	6,9	7,1
	Челночный бег 3x10 (с)	10,3	10,6
2	Смешанное передвижение (1км)	7,10	7,35
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	6	4
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	7	4
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)	+1	+3

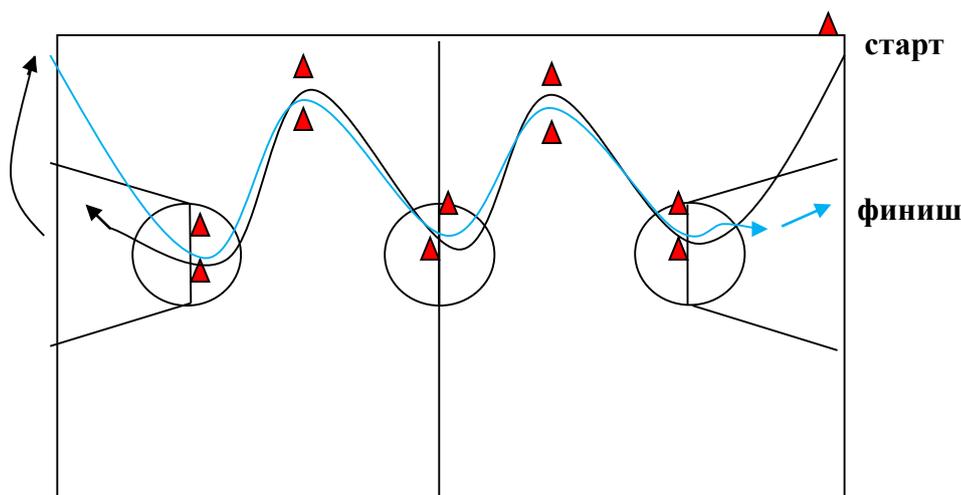
### Указания к выполнению контрольных упражнений

**Передвижение в защитной стойке.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу испытуемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок лицом вперёд к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время (в секундах). Для обучающихся всех групп одинаковое задание.

Инвентарь: 4 стойки

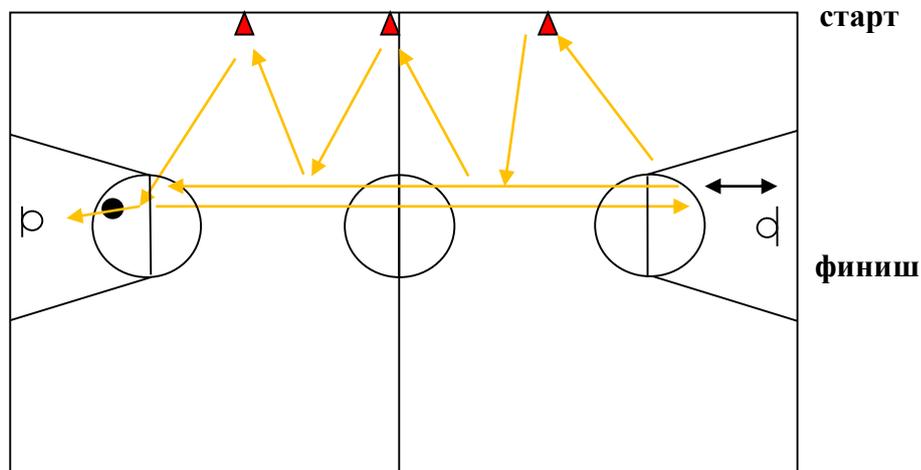


**Скоростное ведение.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча. Преодолев последние, пятые ворота, игрок выполняет ведение правой рукой и бросок в движении с 2-х шагов (правой рукой). После подбора мяча игрок начинает ведение левой рукой в направлении стойки, стоящей в углу площадки, огибает ее и продолжает движение в ворота по схеме; преодолев последние ворота, выполняет ведение левой рукой и бросок в движении с 2-х шагов левой рукой. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива. Инвентарь: 11 стоек, 1 баскетбольный мяч



**Передачи мяча.** Игрок стоит у лицевой линии. Начинает движение к противоположному кольцу, выполняет передачу помощнику № 1, получает мяч, передает его помощнику № 2 и так же помощнику № 3. После передачи от помощника № 3 игрок должен выполнить атаку в кольцо.

После подбора мяча повторяет тот же путь к противоположному кольцу. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива. Инвентарь: 1 баскетбольный мяч



**Штрафные броски.** Игрок выполняет 10 штрафных бросков (мяч после броска подает партнер). Оценивается количество попаданий.

№	9-10 лет		
	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	6,2	6,4
	Бег на 60 м (с)	11,9	12,4
2	Бег на 1 км (мин,с)	6,10	6,30
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	9	7
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	10	5
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)	+2	+3

11-12 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,7	6,0
	Бег на 60 м (с)	10,9	11,3
2	Бег на 1,5 км ( мин,с)	8,20	8,55
	Или бег на 2 км (мин,с)	11,10	13,00
	Или бег на 3 км		
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	11	9
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	13	7
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+3	+4

Нормативы считаются выполненным при улучшении показателей.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
4. Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-Р);
5. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242;
7. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 №МО-16-09-01/826-ТУ);
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
9. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) Ю.М.Портнов и др. М. Советский спорт, 2004. 100 с.
10. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 2 / Под редакцией Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. [https://www.studmed.ru/zheleznyak-yud-sportivnye-igry-tehnika-taktika-metodika-obucheniya\\_799a0b423e5.html](https://www.studmed.ru/zheleznyak-yud-sportivnye-igry-tehnika-taktika-metodika-obucheniya_799a0b423e5.html)
11. Основы обучения техническим приемам игры в нападении. Учебно-методическое пособие. Адейми Д.П., Сулейманова О.Н. <https://docplayer.ru/34792425-Basketbol-osnovy-obucheniya-tehnicheskimi-priemami-igry-v-napadenii-uchebno-metodicheskoe-posobie.html>
12. Баскетбол. Подвижные и учебные игры. В.А. Лепешкин. [https://mirlib.ru/knigi/samooborona\\_i\\_sport/353564-basketbol-podvizhnye-i-uchebnye-igry.html](https://mirlib.ru/knigi/samooborona_i_sport/353564-basketbol-podvizhnye-i-uchebnye-igry.html)
13. Индивидуальные упражнения баскетболиста Яхонтов Е.Р., Кит Л.С. <https://clado.net/5/2/22/individualnye-uprazhneniya-basketbolista-yaxontov-e-kit-l-1981-uchebnoe-posobie-fb2-ocr-bez-oshibok.html>

## ГЛОССАРИЙ

**АДАПТАЦИЯ** (социальная) — приспособление человека к условиям новой социальной среды; один из социально-психологических механизмов социализации личности.

**АМБЛИОПИЯ** – ослабление зрения функционального и вторичного характера (при отсутствии структурных изменений зрительного анализатора), не поддающееся коррекции с помощью очков или контактных линз.

**ДАКТИЛЬНАЯ РЕЧЬ** – своеобразная форма речи (общения), воспроизводящая посредством пальцев рук орфографическую форму слова **речи**, используя дактильную азбуку.

**ДЕТИ** с ограниченными возможностями здоровья – группа детей с сенсорными, интеллектуальными, эмоционально-волевыми, физическими и другими отклонениями в психофизическом развитии. Эволюция понятия: «аномальные», «с отклонениями в развитии», «с особыми образовательными потребностями», «с ограниченными возможностями здоровья».

**ЗАДЕРЖКА ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ** — временное отставание развития психики или её отдельных функций.

**ЗАДЕРЖКА РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ** – группа различных видов отклонений в развитии речи, имеющая различную этиологию, патогенез, степень выраженности. При ЗРР нарушается ход речевого развития, проявляются несоответствия нормальному онтогенезу, отставание в темпе.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАНИИ** - способ обеспечения каждым обучающимся и воспитуемым эффективного усвоения общих требований и задач. Методики и технологии индивидуального подхода позволяют достигать определенных успехов в усвоении образовательных стандартов учащимися, различающимися по уровню своего подготовленности к участию в образовательном процессе.

**ИНТЕЛЛЕКТ** – совокупность врожденных или приобретенных при жизни общих умственных способностей, от которых зависит успешность освоения человеком различных видов деятельности.

**КОРРЕКЦИЯ** - совокупность педагогических и лечебных мер, направленных на исправление недостатков в развитии и поведении ребенка.

**ЛИЧНОСТЬ** - характеристика человека в его уникальных свойствах, отличающих его от других представителей своих социальных групп.

**МЕТОД** – способ упорядоченной взаимосвязанной деятельности преподавателя и обучаемых, направленной на решение задач образования.

**РАЗВИТИЕ** - процесс количественных (рост, эволюция) и качественных изменений (скачков) в природе, обществе, человеке.

**СУРДОАППАРАТУРА** – технические средства для коррекции и компенсации дефектов слуха и обусловленных этими дефектами нарушений речи.