

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево  
городского округа Похвистнево Самарской области  
Структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

**«РАССМОТРЕНО»**  
Протокол заседания тренерского  
Совета СП ДЮСШ  
ГБОУ СОШ №1  
города Похвистнево  
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

**«СОГЛАСОВАНО»**  
Руководитель СП ДЮСШ  
ГБОУ СОШ №1  
города Похвистнево  
\_\_\_\_\_ Калмыкова И.А.

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор ГБОУ СОШ №1  
города Похвистнево  
\_\_\_\_\_ Гайнанова В.Р.  
Приказ № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_20\_\_ г.

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

Возраст обучающихся: 10 – 14 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Никифоров А.М.,  
тренер - преподаватель

Программу реализуют:  
Никифоров А.М.,  
тренер - преподаватель  
Абрамов С.А.,  
тренер – преподаватель  
Михайлов С.Э.,  
тренер – преподаватель

г. Похвистнево, 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

АННОТАЦИЯ	2
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.	6
Учебный план.	
Модуль «Основы баскетбола»	6
Модуль «Техника игры в баскетбол»	10
Модуль «Баскетбол – командная игра»	14
КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ С ДЕТЬМИ С ОВЗ	18
РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	23
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА	25
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	28
ГЛОССАРИЙ	29

## АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» (далее – Программа) включает в себя 3 тематических модуля и нацелена на укрепление здоровья детей и их всестороннего физического развития. Программа позволит обучающимся овладеть базовыми знаниями по профилю «Баскетбол».

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность** дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» - 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.

Данная программа также ориентирована на повышение качества физической подготовки, достижения высоких спортивных результатов и повышении доступности для населения услуг в области физической культуры и спорта, определенных Стратегией социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года от 12.07.2017.

**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.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** 10 – 14 лет.

Высокая способность детей в этот возрастной период быстро овладевать теми или иными видами деятельности определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития. В этом возрасте дети наиболее активны, подвижны, двигательные навыки детей развиваются, позволяя успешно овладевать разнообразными сложными видами физической деятельности и совершенствовать свои двигательные навыки.

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

**Формы обучения:**

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- индивидуальная работа с учащимся;
- участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах;
- инструкторская и судейская практика учащихся.

**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.

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

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: определение понятия «Контроль физического состояния», факторы при контроле физического состояния, определение «уровня физического состояния», выполнение отдельных практических заданий, тестирование, выполнение контрольных прикидок, участие в конкурсах.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание уровня физического состояния посредством выполнения тестирования, выполнения контрольных прикидок по отдельным силовым движениям в пауэрлифтинге.

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, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания с помощью страхующего; удовлетворительно владеет техникой выполнения упражнений, есть изъяны и слабые стороны отдельных мышечных групп.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает в техническом выполнении классических и отдельных силовых упражнениях самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества (растяжка задней

поверхности бедра перед становой тягой), свободно владеет техникой выполнения классических упражнений по соревновательным правилам, умеет пользоваться экипировкой контрольных прикидок.

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.

#### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- контроль уровня подготовленности. Оценка физической и технической подготовленности;
- контроль соревновательной деятельности (оценка соревновательных нагрузок и соревновательной деятельности);
- контроль тренировочной деятельности (оценка тренировочных нагрузок и эффективной тренировочной деятельности);
- сдача норм ГТО.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа состоит из трёх модулей: «Основы баскетбола», «Техника игры в баскетбол», «Баскетбол – командная игра».

### Учебный план

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы баскетбола	46	15	31
2.	Техника игры в баскетбол	46	15	31
3.	Баскетбол – командная игра	48	13	35
<b>ИТОГО</b>		140	43	97

### Модуль «Основы баскетбола»

**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:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

### Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос
2.	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	1	1	2	Беседа, опрос

3.	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	1	1	2	Беседа, опрос
4.	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	1	1	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	1	-	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	-	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	1	1	2	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	1	1	2	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.	1	2	3	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
15.	Контрольная игра.	-	1	1	Наблюдение, беседа
16.	ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	-	1	1	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа



19	Контрольная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
20	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0,5	2,5	3	Наблюдение, беседа
21	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22	ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23	Соревнования по стритболу.	-	2	2	Наблюдение, беседа
24	Контрольное тестирование.	-	1	1	Наблюдение, беседа
25	Игровая подготовка	-	2	2	Наблюдение, беседа
	Всего:	15	31	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. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.

**Тема 3.** ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.

**Тема 4.** ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.

Теория: Беседа о личной гигиене занимающихся.

Практика: ОФП, опрос, ведения мяча на месте и в движении.

**Тема 5.** ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.

Теория: Беседа о нравственные и волевые качества спортсмена

Практика: ОФП, опрос, броски мяча с точек.

**Тема 6.** ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Теория: Беседа о влияние физических упражнений на организм спортсмена

Практика: ОФП, опрос, отработка ведения мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

**Тема 7.** ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, бросков мяча с точек, передачи мяча двумя руками в прыжке.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 8.** ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, обводки соперника с поворотом и переводом мяча, бросков мяча в корзину параллельно щиту.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 9.** ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: ОФП, повторение правил игры в баскетбол. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 10.** ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 11.** ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча. Броски мяча в движении. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 12.** ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, передачи мяча одной рукой. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 13.** ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 14.** Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 15.** ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой сбоку. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 16.** ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой снизу. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 17.** ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча двумя руками во встречных колоннах. Броски с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

**Тема 18.** Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 19.** Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 20.** ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

**Тема 21.** ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча дальние. Учебная игра.

**Тема 22.** ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.

**Тема 23.** Соревнования по стритболу.

Практика: соревнования по стритболу.

**Тема 24.** Контрольное тестирование.

Практика: тестирование.

**Тема 25.** Игровая подготовка

Практика: участие в соревнованиях.

### Модуль «Техника игры в баскетбол»

**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 свои товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

- технические 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

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа

3.	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
4.	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	1	2	3	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
11.	СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
12.	Контрольная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
13.	Участие в соревнованиях.	-	2	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	-	3	3	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.	-	1	1	Наблюдение, беседа
16.	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
17.	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
18.	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	1	2	3	Наблюдение, беседа
20.	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).	1	1	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в	1	1	2	Наблюдение, беседа

	баскетбол.				
22.	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	1	1	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	-	1	1	Наблюдение, беседа
24.	Игры в баскетбол, пионербол.	-	1	1	Наблюдение, беседа
25.	Контрольная игра в баскетбол.	-	1	1	
	Всего:	15	31	46	

### Содержание модуля

- Тема 1.** ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Практика: ОФП, опрос, тестирование.
- Тема 2.** СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: Рассказ о гигиенических требованиях к занимающимся.  
Практика: СФП, опрос, броски с точек.
- Тема 3.** ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.  
Теория: Рассказ о профилактике травматизма.  
Практика: ОФП, опрос, совершенствование бросков.
- Тема 4.** СФП. Броски дальние. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: СФП, отработка дальних бросков, двухсторонняя игр.
- Тема 5.** ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: Беседа о гигиене.  
Практика: ОФП, отработка бросков мяча с точек.
- Тема 6.** СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: СФП, отработка ведения мяча в движении. Броски мяча дальние.
- Тема 7.** ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: ОФП, Изучение обводки соперника с переводом под ногой. Отработка бросков с точек. Учебная игра.
- Тема 8.** ОФП. СФП. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: ОФП. Броски мяча с точек. Учебная игра.
- Тема 9.** Контрольная игра.  
Практика: Участие в соревнованиях.
- Тема 10.** ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: ОФП, изучение обводки за спиной. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.
- Тема 11.** СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.  
Практика: СФП, совершенствование бросков мяча в прыжке. Двухсторонняя игра в баскетбол.
- Тема 12.** Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

**Тема 13.** Участие в соревнованиях..

Практика: Участие в соревнованиях.

**Тема 14.** ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Отработка обводки соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

**Тема 15.** СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Отработка ведения мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

**Тема 16.** СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

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

**Тема 17.** СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

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

**Тема 18.** СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

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

**Тема 19.** СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 20.** 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).

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: выполнение спец.упражнений.

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

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: отработка ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

**Тема 22.** ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

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

**Тема 23.** Контрольное тестирование.

Практика: сдача контрольных нормативов по технической подготовке.

**Тема 24.** Игры в баскетбол, пионербол.

Практика: Игра в баскетбол.

**Тема 25.** Контрольная игра.

Практика: участие в соревнованиях.

## Модуль «Баскетбол – командная игра»

**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 свои 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 «Баскетбол – командная игра»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	-	2	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
7.	Контрольные игры.	-	2	2	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
9.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
10.	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке.	-	2	2	Наблюдение, беседа

	Наведение. Учебная игра.				
12.	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерка. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
16.	Контрольные игры с игровыми заданиями.	-	2	2	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.	-	2	2	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
22.	СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	1	1	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	-	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	-	2	2	Наблюдение, беседа
	Всего:	13	35	48	

### Содержание модуля

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

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма в спорте.

Практика: ОФП, опрос, ведение мяча, личная защита.

**Тема 3.** СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Теория: Рассказ о физических способностях.

Практика: СФП, броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

**Тема 4.** ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка ведения мяча, личная защита.

**Тема 5.** ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП, отработка дальних бросков. Заслон.

**Тема 6.** СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Отработка дальних бросков. Подстраховка. Переключение.

Проскальзывание. Учебная игра.

**Тема 7.** Контрольные игры.



Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 8.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

**Тема 9.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

**Тема 10.** СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Игра в баскетбол.

**Тема 11.** ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Практика: ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

**Тема 12.** СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Отработка передач мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

**Тема 13.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.

**Тема 14.** ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра..

**Тема 15.** СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерка. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: выполнение спец.упражнений.

**Тема 16.** Контрольные игры с игровыми заданиями.

Практика: Контрольные игры с игровыми заданиями.

**Тема 17.** ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра..

**Тема 18.** ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра..

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Отработка ведения мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.

**Тема 19.** Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра..

**Тема 20.** Система быстрого прорыва.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.

**Тема 21.** Система нападения через центрального. Броски средние.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.

**Тема 22.** Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения спец.упражнений.

Практика: СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

**Тема 23.** Контрольное тестирование.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями..

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

Практика: Игра в баскетбол

## **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 ровесниками развивают у них самостоятельность и конкурентоспособность.

#### Направления коррекционно-педагогической работы:

1. Воздействие на тактильный анализатор, используя при этом сохранившее 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.

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);
- Разнообразие 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, регулируемую.

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. Рекомендуются 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).
- *Равномерный метод* – метод, способствующий одновременному укреплению всех мышц, исключая их перенапряжение.
- *Переменный метод* – попеременное усиление и ослабление нагрузки на мышцы.
- *Интервальный метод* – метод, применяющийся наиболее часто перед соревнованиями, характеризуется разными интервалами работы и отдыха
- *Повторный метод* – метод, основанный на передвижении со скоростью почти равной соревновательной.
- *Соревновательно-игровой метод* – метод, активизирующий внимание, улучшающий 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

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и физической подготовленности проводится посредством опроса, беседы и выполнения тестирования.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и физической подготовленности 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 3-х модулей.

### Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- участие в соревнованиях в течение года.

### Формы подведения итогов

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

**Текущий** - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

**Промежуточный** - выполнение упражнений

**Итоговый** - сдача нормативов.

### Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

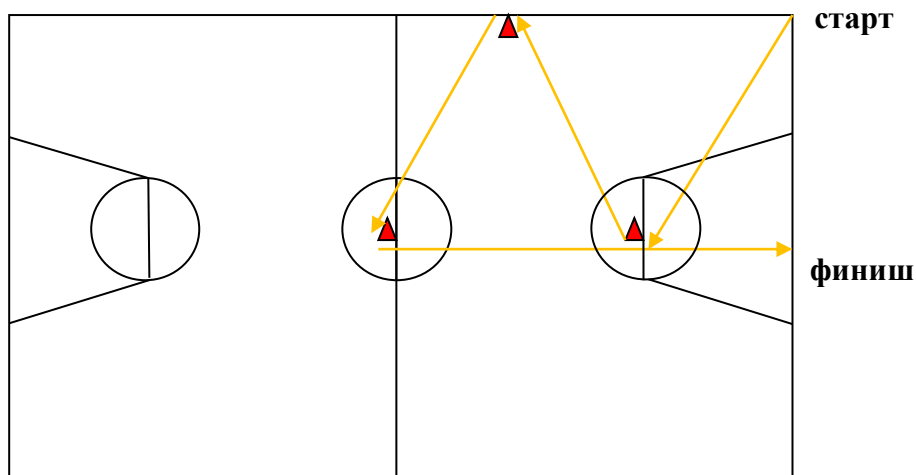
Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать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

10-14 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 вися на высокой перекладине (кол-во раз)	3	
	Или подтягивание из вися 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

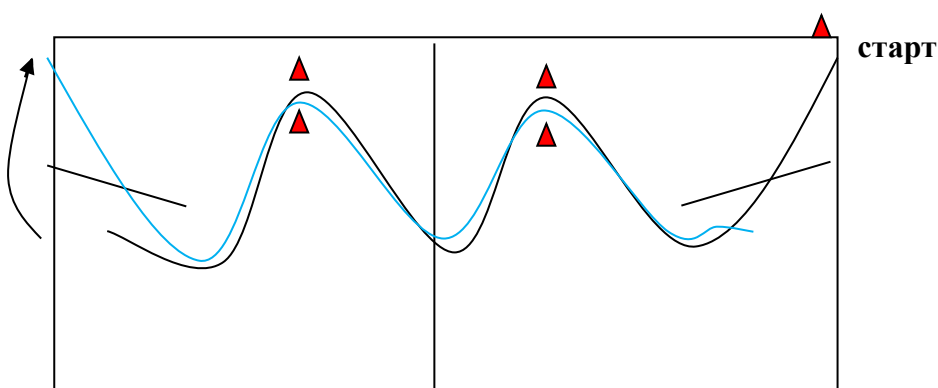
### Указания к выполнению контрольных упражнений

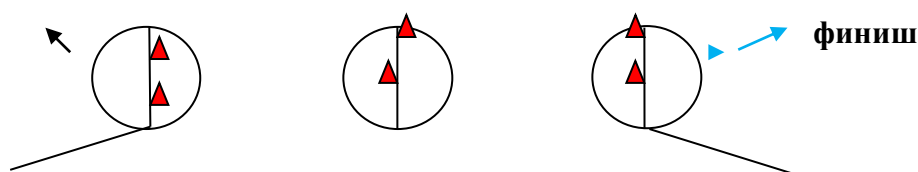
**Передвижение в защитной стойке.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу испытываемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок лицом вперед к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время (в секундах).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

Инвентарь: 4 стойки

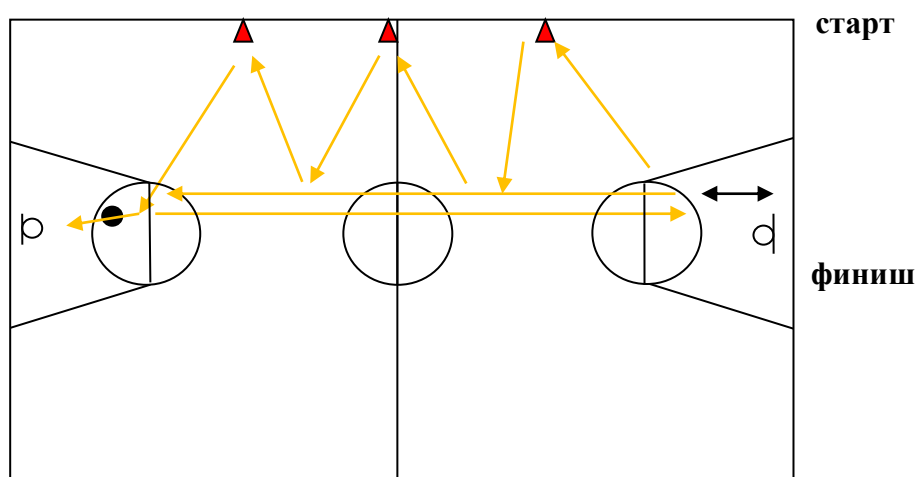


**Скоростное ведение.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча. 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.

10-14 лет			
№	Наименование Испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,3	5,6
	Бег на 60 м (с)	9,6	10,6
2	Или бег на 2 км (мин,с)	10,00	12,10
	Или бег на 3 км	15,20	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	6	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	13	10
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	20	8
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см)	+4	+5

Нормативы считаются выполненными 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. Адейеми Д.П., Сулейманова О.Н. <https://docplayer.ru/34792425-Basketbol-osnovy-obucheniya-tehnicheskim-priemam-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.