Министерство образования Свердловской области
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Артёмовский колледж точного приборостроения»

РАССМОТРЕНО:
На Совете колледжа
Протокол № 4
«30» декабря 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГАПОУ СО «АКТП»
_____ К. С. Ежов
«31» декабря 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности «Баскетбол»

Возраст обучающихся: 15-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Константинова Л.Л.
методист

г. Артемовский

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "АРТЕМОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТОЧНОГО ПРИБОРОСТРОЕНИЯ"

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ "АРТЕМОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТОЧНОГО ПРИБОРОСТРОЕНИЯ"
Дата: 2025.12.30 11:36:18 +05'00'

Пояснительная записка

Основные характеристики программы:

- наименование: дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»;
- уровень сложности содержания - стартовый уровень (общедоступная сложность содержания программы);
- направленность - физкультурно-спортивная;
- форма обучения – очная;
- возраст учащихся – 8-17 лет;
- форма реализации программы – сетевая;
- срок реализации – 1 год;
- объем учебной нагрузки – 144 часа;
- наименование объединения – секция;
- нормативная наполняемость объединения – 12 учащихся;
- состав объединения – одновозрастная группа учащихся;
- форма организации образовательного процесса – групповое занятие;
- периодичность и продолжительность занятий – 2 занятия в неделю продолжительностью 2 часа.
- при поступлении на обучение отбор детей по способностям и вступительные испытания – не осуществляются;
- для зачисления ребенка на обучение – требуется медицинский допуск к занятиям в объединении физкультурно-спортивной направленности;
- предметные области, изучаемые по программе – физическая культура, баскетбол.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с дополнениями и изменениями).
- Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказом Министерства Просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 апреля 2023 г. №302 «О внесении изменений в целевую модель развития региональной системы дополнительного образования детей, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467
- Распоряжением Правительства №678-р от 31 марта 2022 года Концепция дополнительного образования до 2030 года.
- Профессиональным стандартом «Педагога дополнительного образования детей и взрослых», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный № 66403), действующим до 1 сентября 2028 года.

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 года.
- Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.20218 г. №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035г ода»
- Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г.№ 785-Д «Об утверждении требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»
- Методическими рекомендациями Министерства образования Свердловской области ГАНОУ СО «Дворец Молодежи» «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях»

Локальной нормативно-правовой базой:

- Уставом «ГАПОУ СО АКТП»;
- Лицензией на ведение образовательной деятельности;
- Свидетельством о государственной аккредитации.

Предлагаемая программа по баскетболу имеет физкультурно-спортивную направленность, предназначена для работы с обучающимися 15-18 лет, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, для углубленного изучения игры в Баскетбол.

Актуальность программы. Баскетбол - один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся образовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внеурочной работе- это занятия в спортивной секции по баскетболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в образовательном учреждении, на уровне района, матчевые встречи).

Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия баскетболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в баскетбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками.

Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению баскетбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, баскетбольные щиты, мяч.

Новизна программы. Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим курсом, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Отличительная особенность программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

На занятиях представлены доступные для студентов упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей. Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Адресат программы

Участниками программы дополнительного образования по баскетболу являются студенты 15-18 лет «ГАПОУ СО АКТП». Набор обучающихся свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 90 минут. Программа дополнительного образования по баскетболу рассчитана на 1год обучения. Включает в себя 144 часа учебного времени.

Форма обучения включает в себя: теоретические занятия, практические занятия, групповые занятия, соревнования.

Форма подведения итогов: участие в соревнованиях по баскетболу на колледжном, районном или областном уровне.

Цель: формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение регулярным тренировкам.

Задачи:

Образовательные:

- формировать знания и умения в области физической культуры и спорта.
- обучить технике и тактике двигательных действий.

воспитательные

- воспитывать нравственные и волевые качества личности обучающихся.
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

развивающие
- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- совершенствовать навыки и умения игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма;

оздоровительные
- укрепить физическое и психологическое здоровье.
- содействовать физическому развитию.
- повысить устойчивость организма к различным заболеваниям.

Календарный учебный график

п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
	Количество учебных недель	36
	Количество учебных дней	72
	Количество часов в неделю	4
	Количество часов	144
	Недель в первом полугодии	15
	Недель во втором полугодии	19
	Начало занятий	Первая неделя сентября
	Каникулы	31.12 – 09.01
	Выходные дни	31.12 – 09.01.
0	Окончание учебного года	Последняя неделя мая

Планируемые результаты

В результате освоения программы дополнительного образования, обучающиеся будут знать:

1. Историю возникновения и развития игры баскетбол в стране и в мире.
1. Олимпийские игры современности.
2. Правила техники безопасности.
3. Оказание помощи при травмах и ушибах.
4. Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.
5. Типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.
6. Упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно- силовых, координационных, выносливости, гибкости).

7. Контрольные упражнения(двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.
8. Основное содержание правил по баскетболу.
9. Жесты судьи по баскетболу.
10. Игровые упражнения, подвижные игры, эстафеты.

Уметь:

1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;
2. выполнять технические приемы и тактические действия;
3. контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
4. играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
5. демонстрировать жесты судьи;
6. проводить судейство по баскетболу.

Демонстрировать:

1. Ведение мяча с изменением высоты отскока мяча скорости, направления движения,

в ловле и передаче мяча двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола, на разные расстояния и точность;

2. броски мяча в корзину с разных дистанций, с места, в прыжке, в движении с двух шагов.

Универсальными компетенциями обучающихся являются:

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

– знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;

– знать о физических качествах и правилах их тестирования;

– выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

– владеть тактико-техническими приемами баскетбола;

– знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;

– владеть основами судейства игры в баскетбол.

Качества личности учащихся

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий баскетболом:

- сила воли - способность преодолевать значительные затруднения.

- трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

- выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

- решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

- мужество и смелость – это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

- самостоятельность и инициативность – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

- воля к победе - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

Формы контроля

Входной контроль–проверка отдельных знаний, навыков и умений учащегося, необходимых для успешного обучения. Проводится в начале обучения по программе и необходим для корректировки учебного плана.

Контроль приобретенных знаний, умений и навыков–проверка отдельных знаний, навыков и умений учащегося, полученных в ходе обучения. Проводится постоянно.

Текущий контроль проводится в следующих формах:

- устный опрос;
- наблюдение;
- проверка выполнения заданий.

Промежуточная аттестация

Проводится по итогам полугодия, в соответствии с календарным учебным графиком. Цель – определение уровня знаний и умений учащихся за полугодие и корректировка учебной деятельности учащихся.

Промежуточная аттестация проводится в следующих формах:

- устный опрос;
- наблюдение;
- проверка выполнения заданий;
- практическое выполнение приёмов;
- сдача контрольных нормативов.
- Итоги промежуточной аттестации оформляются в ведомости, с учетом достижений учащегося по каждой теме.

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года в форме итогового занятия.

Оценочные материалы

№	Тесты	результат					
		высокий		средний		низкий	
		М	Д	М	Д	Д	
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	10	11	10,5	11,5	11	12
		8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3х10м с ведением мяча (сек).	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5	5	4	4	3	3
		5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		6	6	5	5	4	4

4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5	5	4	4	3	3
		6	6	5	5	4	4
		7	7	6	6	5	5

Учебный план

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний	2	0,5	1,5	Опрос
2	Техника передвижения	10	2	8	Практический тест, контрольные упражнения.
3	Ведение мяча, дриблинг	20	4	16	Тесты и контрольные упражнения.
4	Различные виды передач	20	4	16	Контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи.
5	Броски мяча в кольцо	34	4	30	Тесты и контрольные упражнения.
6	Перехват мяча	10	1	9	Контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи.
7	Финты, обманные движения	10	2	8	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.

8	Комбинации элементов техники	8	2	6	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
9	Тактика игры	28	4	24	Учебная игра
10	Судейская практика	2	0,5	1,5	Соревнования, обсуждение результатов соревнований.
	Итого	144	24	120	

Содержание учебного плана

Краткая характеристика вида спорта. Требования к технике безопасности	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)
Освоение ловли и передач мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и с сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.
Освоение техники ведения мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без и сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.
Овладение техникой бросков мяча	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием.
Освоение индивидуальной техники защиты	Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча
Техника владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок
Техника перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Освоение тактики игры	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без и с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0) (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».
Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игра по упрощённым правилам, игра по правилам мини- б/б. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
Формы контроля	Практические тесты.

Материально- техническое обеспечение

Для реализации данной программы используются спортивные залы (в холодное время года) и уличные спортивные площадки (в теплое время года).

Требования к спортивным залам:

- не менее 200 кв. м., иные требования к площади зала – не предъявляются;
- высота потолка – не ниже 5 метров;
- защита оконных стекол от попадания мяча;
- деревянное окрашенное половое покрытие или синтетическое полужесткое половое покрытие для спортивных залов.

Стационарное и съемное оборудование спортивных залов:баскетбольные кольца – 2шт. Требования к уличным спортивным площадкам:

- поле для игры в баскетбол с ровным покрытием;

Иные помещения и оборудование:

- помещения для переодевания учащихся в спортивную форму – для девочек и мальчиков раздельные;
- туалетные комнаты;
- комнаты для умывания (1 умывальник на 2 учащихся).

Спортивное оборудование:

- мячи баскетбольные;
- манишки;
- фишки тренировочные;
- аптечка;
- насос ручной для мячей;
- свисток;
- секундомер.

Формы аттестации

- Опрос обучающихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за обучающимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.

- Привлечение обучающихся к судейству соревнований.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований

Методическое обеспечение программы.

№ п/п	Тема программы	Формы занятий	Педагогические технологии	Приёмы и методы организации образовательно го процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
1.	Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Здоровьесберега ющие, ИКТ технологии, технология уровневой дифференциации и.	Рассказ, изучение знаний по физической культуре. Просмотр аудио и видео материала. Наблюдение за соревнованиями .	Учебники по физической культуре, баскетболу. Методические пособия по баскетболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному	Опрос обучающихся . Анкетирование.	Ноутбук, проектор, плакаты.

					образованию.		
2.	Техническая подготовка.	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видеоматериала, посещение соревнований.	Здоровьесберегающие, игровые, ИКТ технологии, технология уровневой дифференциации , технология личностно-ориентированного обучения	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы.	Плакаты, мультимедийные презентации, видео и фотоматериалы, спортивный инвентарь.	Контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи.	Компьютер, наглядные пособия, оборудование спортзала
3.	Тактическая подготовка.	Лекция, беседа, видеоматериалы, участие в соревнованиях.	Здоровьесберегающие, игровые, метод проектов, ИКТ технологии, технология уровневой дифференциации, технология личностно-ориентированного обучения	Групповой, повторный, игровой, соревновательный методы.	Плакаты, мультимедийные презентации, видео и фотоматериалы, спортивный инвентарь.	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.	Компьютер, наглядные пособия, оборудование спортзала и стадиона.

4.	Физическая подготовка.	Объяснение, показ, практическое занятие.	Здоровьесберегающие, игровые, метод проектов, ИКТ технологии, технология уровневой дифференциации и, технология личностно-ориентированного обучения	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, фронтальный, круговой, повторный, попеременный, игровой методы.	Плакаты, мультимедийные презентации, видео и фотоматериалы, спортивный инвентарь	Тесты и контрольные упражнения. Диагностика уровня ОФП, сдача нормативов, контрольные упражнения	Компьютер, наглядные пособия, оборудование спортзала и стадиона.
5.	Контроль умений и навыков	Соревнования (колледжные, районные) товарищеские встречи, судейство и организация соревнований.	Здоровьесберегающие, ИКТ технологии, технология уровневой дифференциации и, технология личностно-ориентированного обучения	Дифференцированный. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах.	Оценочные и диагностические материалы, листы достижений обучающихся.	Обсуждение результатов соревнований. Диагностика уровня ОФП, сдача нормативов, контрольные упражнения.	Компьютер, спортивное оборудование.

Список рекомендованной литературы

- «Внеурочная деятельность учащихся Баскетбол» авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. «Просвещение» 2013г.
- Журналы «Физкультура в школе».
- «Игры в тренировке баскетболистов» Санкт-Петербург 2009 г.
- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы. В.И. Лях А. А. Зданевич М. Просвещение, 2010г.
- Примерная рабочая программа по физической культуре В. И. Лях М. Просвещение, 2011г.
- Программы «Организация работы спортивных секций в школе» А. Н. Каинов 2014г.
- «300 соревновательно – игровых заданий по физическому воспитанию» И.А. Гуревич, Минск 2004 год.
- Витман Д. Ю., Ковыршина Е. Ю., Купченко А. В.
- Теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные игры (баскетбол) — краткосрочный курс занятий для детей. Учебное пособие для СПО. 2022. 88 с.

Интернет ресурсы:

1. http://reftrend.ru/835574.html
2. http://www.do-oc.ru/index.php?id=679&Itemid=99999999&option=com_content&task=view
3. http://www.slamdunk.ru/others/literature/basketlessons?Id=2146
4. http://avangardsport.at.ua/blog/komandnye_dejstvija_v_napadenii/2012-05-31-14#.VMpdFWua6U
5. http://леснаяшкола.рф/documents/Uroki/Basketbol.pdf