

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
“Златоустовский индустриальный колледж им. П. П. Аносова“

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа

«Баскетбол»

г. Златоуст  
2025

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа разработана на  
основании Положения «Об организации и осуществлении образовательной деятельности  
по дополнительным общеобразовательным программам в ГБПОУ  
«Златоустовский индустриальный колледж им. П.П. Аносова»»  
для студентов всех специальностей/профессий

Автор-составитель:  
**Собка Елена Николаевна**  
преподаватель физического воспитания  
ГБПОУ «ЗлатИК им. П.П. Аносова»

Утверждено  
зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ /И.Г.Яцковская

### **Структура программы**

<b>№ п/п</b>		<b>Страницы</b>
	Пояснительная записка	4-6
1	Паспорт программы	7-8
2	Контроль и оценка результатов освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы	8
3	Условия реализации программы	9

## **Пояснительная записка**

Дополнительное образование направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых; удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени.

Нормативно-правовой основой формирования дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы являются следующие нормативно - правовые документы:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. 273 - ФЗ;
- Конституция Российской Федерации;
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовывающих программ (включая разноуровневые программы);
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в ГБПОУ «Златоустовский индустриальный колледж им. П.П. Аносова»;
- Постановлением Правительства РФ от 22 января 2013 г. № 23 «О Правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ № 499 от 01 июля 2013г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09 января 2014г. № 2 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 22 января 2015г.№ДЛ-1/05вн «Методические рекомендации по разработке основных профессиональных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2015г.№ ВК - 1032/06 «О направлении методических рекомендаций (Методические рекомендации – разъяснения по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов)»;
- Стратегией развития воспитания в РФ (2015–2025) (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196» (Зарегистрировано в Минюсте России 19.10.2020 № 60458);
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденного Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Стратегией развития воспитания в РФ (2015–2025) (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р);
- Приказом Минтруда России от 29 апреля 2013 г. № 170н «Об утверждении методических рекомендаций по разработке профессионального стандарта»;
- Приказом Минобрнауки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими 5 образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2015 г. № ВК-1032/06 «О направлении Методических рекомендаций»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в ГБПОУ «Златоустовский индустриальный колледж им. П.П. Аносова».

**Принципы** реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы по курсу «Баскетбол»:

- свобода выбора обучающимся видов и сфер деятельности;
- ориентация на личностные интересы, потребности, способности обучающегося;
- возможность свободного самоопределения и самореализации обучающегося;
- единство обучения, воспитания, развития;
- практико-деятельностная основа образовательного процесса.

### **Цели программы:**

- всестороннее физическое развитие, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.
- формирование социокультурной среды;
- создание условий, необходимых для всестороннего развития и социализации личности, сохранения здоровья обучающихся, развития воспитательного компонента образовательного процесса, включая развитие студенческого самоуправления, участие обучающихся в работе общественных организаций, спортивных и творческих объединений.

В процессе реализации программы решаются следующие **задачи**:

#### Обучающие:

- освоить технику игры в баскетбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

#### Развивающие:

- содействовать всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повысить уровень физической подготовленности;
- совершенствовать технико-тактическое мастерство;
- развить мотивацию обучающихся к познанию и творчеству.

**Воспитательные:**

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

## **1. Паспорт программы**

### **1.1 Сроки реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы по курсу «Баскетбол»**

Программа рассчитана на детей от 15-18 лет (1-3 курс):

Периодичность проведения занятий – 18 часов в неделю.

Форма организации образовательной деятельности – секция.

Программа ориентирована на студентов и рассчитана на 2 года.

### **1.2 Этапы реализации программы:**

1 этап – 1 курс

2 этап – 2 курс

Раздел	Темы	Формы, методы	Количество часов		
			всего	теория	практика
1	Инструктаж по ТБ. Комплексные упражнения	Показ,рассказ, обучение Практический	2	1	1
2	Повторение техники перемещений, стойки баскетболиста.	Показ,рассказ, обучение Практический	2		2
3	Обучение технике ловли и передачи мяча на месте.	Показ,рассказ, обучение Практический	2		2
4	Повторение техники ловли и передачи мяча на месте. Обучение передачи двумя руками от груди и в движении.	Показ,рассказ, обучение Практический	12		12
5	Совершенствование техники ловли и передачи мяча в движении и на месте.	Показ,рассказ, обучение Практический	12		12
6	Обучение техники ведения мяча на месте.	Показ,рассказ, обучение Практический	2		2
7	Повторение ведения мяча в движении и на месте. ОРУ с баскетбольным мячом.	Показ,рассказ, обучение Практический	6		6
8	Обучение технике броска мяча. Совершенствование ведения	Показ,рассказ, обучение Практический	6		6
9	Обучение технике броска мяча одной рукой от плеча.	Показ,рассказ, обучение Практический	2		2
10	Повторение техники броска мяча. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Показ,рассказ, обучение Практический	12		12
11	Совершенствование ведения мяча.	Показ,рассказ,	12		12

	Повторение комбинации	обучение Практический			
12	Совершенствование комбинации из основных баскетбольных элементов: ведение, остановка, передача, бросок.	Показ,рассказ, обучение Практический	2		2
13	Игры в баскетбол. Правила. Судейство	Показ,рассказ, обучение Практический			
<b>ИТОГО:</b>			72	1	71

### **Ожидаемый результат.**

- уметь играть по правилам;
- освоить технику ловли, подачи мяча;
- освоить технику нападающего удара;
- овладеть навыками судейства;
- уметь управлять своими эмоциями;
- знать методы тестирования при занятиях баскетболом;
- знать основные понятия и термины в теории и методике баскетбола;
- научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- овладеть техникой ведения и перемещения;
- овладеть техникой обучения индивидуальным тактическим действиям в защите и нападении.

## **2. Контроль и оценка результатов освоения дополнительной общебразовательной (общеразвивающей) программы**

### **Оценка результатов.**

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической и физической подготовки. При обучении элементам результат оценивается по схеме "сделал - не сделал" ("получилось - не получилось"). Эффективность обучения может определяться и количественно - "сделал столько-то раз". Оценка результатов может проводиться на контролльном или соревновательном занятии. Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

### **Контрольные испытания.**

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Посещение соревнований по волейболу и другим видам спорта.

### **3. Условия реализации программы**

#### **3.1. Материально – техническое обеспечение**

Для функционирования секции оборудованы следующие кабинеты и залы:

<b>№ п/п</b>	<b>Направленность</b>	<b>Название объединения</b>	<b>Оснащение</b>
1.	Физкультурно-спортивное	Секция баскетбола	<b>Спортивный зал</b> с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными щитками. <b>Спортивный инвентарь:</b> баскетбольные мячи -16 штук; набивные мячи – 5штук; перекладины для подтягивания в висе – 2 штук; гимнастические скакалки для прыжков – 10 штук; гимнастические маты – 6 штук; баскетбольные мячи – 15штук; теннисные мячи – 20штук. <b>Спортивные снаряды:</b> гимнастические скамейки – 5 штук; гимнастическая стенка – 3 пролетов.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

##### **Основные источники:**

1. Боярская, Л. А. Методика и организация физкультурно-оздоровительной работы : учебное пособие для СПО / Л. А. Боярская ; под редакцией В. Н. Люберцева. — 3-е изд. — Саратов : Профобразование, 2024. — 113 с.

Момент, А. В. Современные физкультурно-оздоровительные технологии (высокоинтенсивные интервальные тренировки) : учебное пособие / А. В. Момент. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 99 с.

Жарский, Р. В. Физическая культура. Советы начинающим физкультурникам и будущим обладателям значка ГТО : учебно-методическое пособие / Р. В. Жарский. — Москва : Издательский Дом МИСиС, 2022. — 48 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. В.И. Лях. Физическая культура. 10-11кл. – М.: Просвещение 2008 г. 114 с.
2. Сальников А. Физическая культура. Конспект лекций. – М.: Приор, 2009. 119 с.
3. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование. – М.: Академия, 2008. 336 с.

##### **Интернет-ресурсы:**

<http://sportaim.ru/index.php/trening/>

<http://www.arenashop.ru/article/38>

<http://sportwiki.to>

<http://dailyfit.ru/programmy-trenirovok/>

<http://www.pt12.ru/programma-trenirovok-po-plavaniju/>