

Областное государственное казенное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Костромской областной Дворец творчества детей и молодежи»



Принято
Педагогическим советом
Протокол №1
«05» сентября 2012 г.
Председатель ПК
А.А.Коровкина



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Баскетбол»

педагога дополнительного образования
отдела спортивно-массовой и
военно-патриотической работы

Иноземцева Дмитрия Олеговича

Пояснительная записка.

Образовательная программа "Баскетбол" имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа - углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Новизна и оригинальность программы «Баскетбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми дает возможность и баскетбол. Именно эта игра способствует развитию всех необходимых для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15-20 человек.

Актуальность программы в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Педагогическая целесообразность 2-летней программы баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного многолетнего перехода от простого к сложному.

2-летний период программы позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Задачи:

1. Образовательные:
 - Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта БАСКЕТБОЛОМ, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
 - Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;
2. Развивающие:
 - Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
 - Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
 - Расширение спортивного кругозора детей.
3. Воспитательные:
 - Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
 - Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
 - Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Сроки реализации программы - 2 года.

Программа рассчитана на детей и подростков от 12 до 16 лет.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа.

Количество часов в год 216 ч.

Наполняемость учебной группы по годам обучения

Минимальное количество обучающихся в группе 12-15 чел.

Формы организации обучения:

- командная, малыми группами, индивидуальная.

Формы проведения занятий:

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Ожидаемые результаты:

К моменту завершения программы обучающиеся должны :

Знать

Основы знаний о здоровом образе жизни.

- Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, городе, стране.
- Правила игры в баскетбол.

Тактические приемы в баскетболе.

Уметь

Овладеть основными техническими приемами баскетболиста.

Проводить судейство матча.

Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Развить качества личности

Воспитать стремление к здоровому образу жизни.

Повысить общую и специальную выносливость обучающихся.

Развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.

Развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.