****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В настоящее время приоритетной задачей развития физкультурно-спортивного движения в нашей стране является максимальное вовлечение детей, подростков и молодежи в активные занятия физической культурой и спортом. Особой популярностью пользуются занятия массовыми видами спорта такими, как: баскетбол, волейбол, легкая атлетика и др. В частности интерес к баскетболу с каждым годом возрастет, так как по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Такое всестороннее и комплексное воздействие на занимающихся дает право считать баскетбол не только увлекательным видом спорта, но и одним из наиболее действенных средств физического и нравственного воспитания.

Упражнения с различными мячами крайне динамичны и эмоциональны. Они способствуют всестороннему развитию ребенка, и, прежде всего, развитию таких его качеств как ловкость, сила, скорость, выносливость, координационные способности. Программа «Веселый мяч» апробирована на протяжении ряда лет и позволила добиться системности в работе, привлечения учащихся к дополнительным занятиям, сформировать у них положительный интерес к физической культуре. Предлагаемая программа содержит основные положения теоретической подготовки, физической подготовки, технической подготовки, тактической подготовки.

**Направленность**. Образовательная программа по баскетболу «Веселый мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа общекультурная, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

**Актуальность программы.** Занятия баскетболом приобщают детей к здоровому образу жизни; способствуют профилактике асоциального поведения; создают условия для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укрепляют психическое и физическое здоровье детей. Программа «Веселый мяч» учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков учащийся имел возможность снять эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

**Отличительные особенности.** Применение данной программы по баскетболу в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

– доступностью игры для любого возраста;

– возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;

- высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

**Адресат программы.**

Программа рассчитана для учащихся не зависимо от пола в возрасте 10-15 лет. Программу могут осваивать ученики без предварительной физической и технической подготовки.

**Целью программы** является создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

В рамках реализации этой цели программа по баскетболу будет способствовать решению следующих задач:

**Обучающие:**

* 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;
* укреплять опорно-двигательный аппарат детей.

**Развивающие:**

* способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
* целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
* расширять спортивный кругозор детей.

**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.

**Условия реализации программы.**

* Программа рассчитана на подростков от 10 до 15 лет.
* Принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом, не имеющие медицинских противопоказаний. Допускается дополнительный набор в 2-й год обучения, по результатам собеседования и выполнению практических заданий.
* Количество часов в год:
* 1 год обучения - 144 часа;
* 2 год обучения – 144 часа.
* Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.
* Наполняемость учебной группы по годам обучения:
* 1 год обучения – не менее 15 человек
* 2 год обучения – не менее 12 человек
* Формы организации детей на занятии: групповая и индивидуальная.
* Занятия по программеведёт педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, владеющий профильными компетенциями, т.е. готовностью осуществлять педагогическую деятельность в сфере физической культуры, спорта и здорового образа жизни среди школьников.
* Формы проведения занятий: тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

**Материально-техническое оснащение**

**Спортивный инвентарь и оборудование:**

* набивные мячи;
* баскетбольные мячи;
* гимнастические скамейки;
* секундомер;
* скакалки;
* гимнастические маты;
* гантели;
* футбольные, волейбольные мячи;
* комплект для занятий по общей физической подготовке;
* тренажеры и устройства для воспитания и развития физических качеств;
* комплект оборудования для занятий спортивными и подвижными играми;
* вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря и оборудования.

**Планируемые результаты освоения курса**

***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:***

* определение наиболее эффективные способы достижения результата;
* умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
* умение организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
* организация и проведение соревнований 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:***

* знание об особенностях зарождения, истории баскетбола;
* знание о физических качествах и правилах их тестирования;
* выполнение упражнений по физической подготовке в соответствии с возрастом;
* владение тактико-техническими приемами баскетбола;
* знание основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
* владение основами судейства игры в баскетбол.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Учебный план 1 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название тем** | **Практика** | **Теория** | **Всего** | **Формы**  **контроля** |
| 1 | Вводное занятие. ПП и ТБ Правила игры | 1 | 1 | 2 | Входные тесты |
| 2 | Общие основы баскетбола | 6 |  | 6 | Сдача нормативов |
| 3 | Общефизическая подготовка | 6 | 11 | 17 | Контрольные задания |
| 4 | Специальная подготовка | 6 | 16 | 22 | Контрольные задания |
| 5 | Техническая подготовка | 6 | 16 | 21 | Контрольные задания |
| 6 | Тактическая подготовка | 5 | 21 | 26 | Соревнования |
| 7 | Игровая подготовка | 5 | 25 | 30 | Игры |
| 8 | Контрольные и  календарные игры | 2 | 14 | 17 | Соревнования |
| 9 | Итоговое занятие | 2 | 2 | 4 | Контрольные игры |
|  | Общее количество  часов в год | 38 | 102 | **144** |  |

**Учебный план 2 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | **Название тем** |  | | | **Формы контроля** |
| **теория** | **практика** | **всего** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 | 2 | Входные тесты |
| 2 | Общие основы баскетбола  ПП и ТБ Правила игры | 6 |  | 6 | Сдача нормативов |
| 3 | Общефизическая подготовка | 4 | 16 | 20 | Контрольные задания |
| 4 | Специальная подготовка | 5 | 15 | 20 | Контрольные задания |
| 5 | Техническая подготовка | 7 | 19 | 26 | Контрольные задания |
| 6 | Тактическая подготовка | 7 | 19 | 26 | Соревнования |
| 7 | Игровая подготовка | 7 | 19 | 26 | Игры |
| 8 | Контрольные и  календарные игры | 2 | 12 | 14 | Соревнования |
| 9 | Итоговое занятие | 2 | 2 | 4 | Контрольные игры |
|  | Общее количество  часов в год | 41 | 103 | **144** |  |

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Дата начала обучения  по программе | Дата окончания обучения  по программе | Всего  учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий |
| 1 год | 1.09.2017 | 25.05.18 | 36 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |