

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа Чернянского района Белгородской области»

РАССМОТРЕНА
на заседании педагогического совета
МБУ ДО «Спортивная школа»
протокол No 7
от «6» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
директором МБУ ДО «Спортивная
школа Чернянского района»
Притулина Н.Ф.
приказ № 83
от «10» июля 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВТОРОГО ГОДА
ОБУЧЕНИЯ (НП-3) ПО ВИДУ СПОРТА «БАСКЕТБОЛ»**

Срок реализации программы:
этап начальной подготовки – 3 года
Возраст обучающихся: 7-18 лет
Тренер-преподаватель: Беланов И.А

Чернянка, 2023

О Программе:

1. Программа спортивной направленности: рабочая программа по баскетболу для этапа начальной подготовки 3-го года обучения, разработанная на основе дополнительной образовательной программы по виду спорта «баскетбол», разработанной в МБУ ДО «Спортивная школа» п.Чернянка, 06.07.2023 года.

2. Срок реализации программы 1 год (52 недели с нагрузкой 6 часов в неделю). Всего 312 часов в год.

Отличительная особенность программы: в основе программы осуществление физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы, направленной на разностороннюю физическую подготовку. Овладение основами техники баскетбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления в тренировочные группы.

Цель программы: овладение основами техники баскетбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления в тренировочные группы.

Основные задачи программы на данном этапе:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «баскетбол»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «баскетбол»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

Организация образовательного процесса

Учебно-тренировочный год начинается 1 сентября, заканчивается 31 августа. Учебно-тренировочные занятия по баскетболу проводятся по учебно-тренировочной программе, учебному - тренировочному плану, рассчитанному на 52 недели учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях «ФОК №3» (с учётом календарных игр первенства Белгородской области и Всероссийских соревнований по баскетболу). Программа рассчитана на 312 часов, в том числе на контрольные нормативы. Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков по виду спорта «Баскетбол».

Основными формой работы являются:

- учебно - тренировочные занятия (групповые);
- участия в спортивных соревнованиях;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия.

Учебно-тренировочные занятия в группе НП - 3 года обучения проводятся 3 раза в неделю (нагрузка 6 часов), длительность тренировки 2 часа. Весь программный материал представлен составлен с учётом: возрастных особенностей обучающихся; традиционной периодизации подготовки юных баскетболистов; соответствия основных средств и методов подготовки задачам текущего года; психологических и эмоциональных факторов развития личности; основных принципов распределения тренировочных и соревновательных нагрузок в годичном цикле. Помимо работы над улучшением общей физической подготовки в тренировочном

процессе много внимания уделяется воспитанию у обучающихся таких качеств как смелость, решительность, уважение к товарищам по команде и к старшим товарищам.

В Программе деятельности предусмотрены (вне сетки часов): проведение родительских собраний; беседы с врачами и лучшими спортсменами года; работа с детьми ассоциативного поведения; экскурсии; просмотр матчевых встреч ведущих команд и др.

Общие задачи тренировочного этапа:

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «баскетбол»;
- повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической и теоретической подготовки;
- воспитание физических качеств с учетом возраста и уровня влияния физических качеств на результативность;
- овладение навыками самоконтроля;
- овладение общими знаниями о правилах вида спорта "баскетбол";
- овладение общими знаниями антидопинговых правил;
- укрепление здоровья юных баскетболистов.

Задачи углубленной специализации:

- укрепление здоровья, совершенствование всесторонней физической подготовки;
- освоение индивидуальных технических приемов, ознакомление с тактическими схемами ведения игры;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке;
- воспитание умения готовиться к участию в соревнованиях (регулировать эмоциональное состояние перед игрой, во время игры независимо от её исхода, проводить комплекс восстановительных мероприятий).

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ ГРАФИК

Распределения учебно-тренировочных часов ЭНП 2-го года обучения:
6 часов в неделю 312 часов в год (52 недели)

№ п/п	Название мероприятия	Всего	сен	окт	нояб	дек	январ	фев	мар	апр	май	июн	июл	авг
1.	ОФП	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
2.	СФП	50	3	3	5	5	5	3	5	3	3	5	5	5
3.	Техническая подготовка	94	7	8	8	8	8	8	8	8	7	8	8	8
4.	Тактическая подготовка	18	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2
5.	Теоретическая	19	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1

	подготовка													
6.	Учебные и тренировочные игры	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7.	Контрольные нормативы	3	2	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-
8.	Психологическая подготовка	19	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1
9.	Подготовка к сдаче и сдача контрольных тестов	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10.	Восстановительные мероприятия	6	-	-	-	2	-	-	-	-	2	-	-	2
11.	Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
12.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	6	1	1	-	1	-	1	-	1	-	-	-	1
13.	Интегральная подготовка	37	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	ИТОГО:	312	28	24	26	28	26	24	26	24	26	26	26	28

При планировании соревновательных нагрузок соблюдаются принципы постепенности .

ПРИМЕРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п.п	Тема раздела подготовки	Краткое содержание темы раздела	Кол-во часов
Теоретическая подготовка (19 часов)			
1.	Техника безопасности	Основы безопасности во время занятий в спортивном зале, на спортплощадке, в специализированных закрытых помещениях и на стадионах, в лесо-парковой местности и т.д. Правила поведения на улице во время движения к месту занятий. Правила дорожного движения. Правила пожарной безопасности. Меры личной безопасности детей в криминальной ситуации	2
2.	Физическая культура и спорт	Исторические сведения о зарождении баскетбола как вида спорта. Развитие баскетбола в России и за рубежом Советские и Российские спортсмены на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.	1
3.	Строение и функции организма человека	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль ЦНС в	2

		деятельности организма.	
4.	Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание юных спортсменов	Понятие о гигиене и санитарии. Личная гигиена. Уход за телом, полостью рта, зубами. Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Режим дня и его значение.	2
5.	Врачебный контроль и самоконтроль. Восстановительные мероприятия в спорте	Систематический врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий (объективные данные: вес, пульс, динамометрия, спирометрия; субъективные: самочувствие, аппетит, настроение, работоспособность).	1
6.	Физиологические основы спортивной тренировки	Мышечная деятельность как необходимое условие физического развития, нормального функционирования организма, поддержание здоровья и работоспособности	1
7.	Общая и специальная физическая подготовка	Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем и воспитания двигательных качеств спортсмена. Характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в тренировочных занятиях с юными баскетболистами. Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой, индивидуальные занятия.	1
8.	Техническая подготовка	Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки. Классификация и терминология технических приемов. Основные недостатки в технике баскетболиста и пути их устранения. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для юных баскетболистов.	2
9.	Тактическая подготовка	Понятие о стратегии, тактике и стиле игры в баскетбол. Характеристика и анализ тактических вариантов игры с различной расстановкой игроков. „Тактика отдельных линий и игроков команды (защитников, нападающих). Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития тактики игры.	1
10.	Психологическая подготовка. Воспитание морально-волевых качеств спортсмена	Моральные качества, необходимые для успешных занятий спортом. Понятие о психологической подготовке баскетболистов. Значение развития волевых качеств и психологической подготовки для повышения спортивного мастерства.	1
11.	Основы методики обучения и тренировки	Понятие об обучении и тренировке как едином педагогическом процессе	1
12.	Планирование спортивной тренировки	Роль и значение планирования как основы управления процессом тренировки. Перспективное и оперативное планирование.	1

		Индивидуальные планы тренировки.	
13.	Правила игры в баскетбол	Изучение правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Роль судьи как воспитателя.	1
14.	Установка перед игрой и разбор проведенной игры	Значение предстоящей игры и особенности турнирного положения команды. Сведения о сопернике: тактика игры команды и отдельных звеньев, сильные и слабые стороны игры, примерный состав, характеристика игроков.	1
15.	Места занятий, оборудование и инвентарь	Спортивная площадка для проведения тренировок и соревнований, инвентарь и требования к его состоянию. Требования к спортивной одежде, обуви, уход за ними.	1
Физическая подготовка (110)			
16.	ОФП	Бег в различных направлениях, гладкий с изменением ширины шага, с продвижением вперед, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием тренера, с предметом в руках. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы. Упражнения для туловища. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для ног: различные маховые движения, приседания, выпады. Упражнения в сопротивлениях в парах. Прыжки на двух и одной ноге на месте, продвижением вперед, в длину, с высоты 20, 30 см. Запрыгивание на гимнастический мат высотой не более 30- 4- см. Подвижные игры специальной направленности, с элементами баскетбола. Эстафеты — с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без.	60
17.	СФП	Развитие быстроты - повторный бег по дистанции 10-15м, со старта и сходу с максимальной скоростью от 10 до 30 м. Бег по наклонной плоскости вниз. Выполнение специальных упражнений с максимальной быстротой. Развитие ловкости - разнонаправленные движения руки ног, кувырки вперед, в стороны с места. Стойка на лопатках. Упражнения в равновесии. Метание мячей в неподвижную цель, метание после кувырков, перекатов. Развитие силы - упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседание на одной и двух ногах. Упражнения с набивными мячами. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом» и т.п. Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорение	50

		<p>под уклон 3-5°. Бег змейкой между расставленными в разных положениях стойками, неподвижными или медленно передвигающимися партнерами. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий на скорость. Переменный бег на дистанции 100—150 м (15-20 м с максимальной скоростью, 10-15 м медленно). То же с ведением мяча.</p> <p>Подвижные игры типа «Салки по кругу», «Бегуны», «Сумей догнать» и т.п. Упражнения для развития скорости переключения с одного действия на другое. Бег с быстрым изменением способа передвижения (с обычного - на бег спиной вперед, боком приставным шагом, прыжками и т.д.). Бег с изменением направления (до 180°). Бег с изменением скорости (резкое замедление или остановка после быстрого бега, после чего новый рывок в заданном направлении и т.п.). «Челночный» бег: 2[^]10, 4x5, 4x10, 2x15 м и т.п. «Челночный» бег с изменением способа передвижения. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, выполняющего бег с максимальной скоростью с изменением направления).</p>	
Техническая и тактическая подготовки (112)			
18.	Изучение и совершенствование техники	<p>Техническая подготовка. Техника передвижения.</p> <p>Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом. Умение точно выполнять длинные передачи, выполнять передачи из трудных положений (боком, спиной, в прыжке, с падением)</p> <p>Ведение мяча. Совершенствование бросков руками и дриблинг мяча.</p>	94
19.	Изучение и совершенствование тактической подготовки.	<p>Тактика защиты Индивидуальные действия. Совершенствование тактических способностей и умений: своевременное «закрывание», эффективное противодействие ведению, обводке, передаче, удару. Групповые действия. Совершенствование слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника, усиление обороны за счет увеличения числа обороняющих игроков. Командные действия. Умение взаимодействовать внутри линий и между линиями при организации командных действий в обороне по различным тактическим схемам.</p> <p>Совершенствование игры по принципу комбинированной обороны.</p>	18
Учебные, тренировочные и контрольные игры и соревнования			
20.	Учебные и	Учебные и тренировочные игры	

	тренировочные игры		
21.	Контрольные игры и соревнования	Контрольные игры и соревнования	
Контрольные нормативы (3)			
22.	Подготовка к сдаче и сдача контрольных нормативов	Подготовка к сдаче и сдача контрольных нормативов	3
Восстановительные мероприятия(6)			
23.	Восстановительные мероприятия	Восстановительные мероприятия по специальному плану	6
Самостоятельная работа			
24.	Самостоятельная работа	Самостоятельная работа по индивидуальному плану	

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

№ п.п	Содержание разделов подготовки	Знания	Умения
1.	Теоретическая подготовка	Основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой; правила дорожного движения; меры личной безопасности в криминальной ситуации; значение ОФП И СФП для повышения спортивного мастерства.	Соблюдать правила дорожного движения; соблюдать правила ТБ во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой; составлять комплекс ОФП для подготовительной части тренировки
2.	ОФП	Задачи ОФП; упрощенные правила баскетбола и подвижных игр для развития техники	Выполнять ОРУ на развитие координации движений, ловкости, силы мышц рук, ног, спины, брюшного пресса; Играть по упрощенным правилам в спортивные и подвижные игры для развития бега, выносливости и быстроты
3.	СФП	Цель и задачи разминки, основной и заключительной частей тренировки	Выполнять специальные беговые упражнения; выполнять упражнения на развитие быстроты, выносливости, прыгучести, силы
4.	Техническая подготовка	Элементарное понятие о технике выполнения передачи, ведения мяча	Анализировать технику выполнения элементов и определять грубые ошибки
5.	Тактическая подготовка	Тактика нападения: знать индивидуальные и групповые действия. Тактика защиты: знать индивидуальные и групповые действия.	Использование изученных технических приемов, способов и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. Выполнять простейшие групповые

			тактические действия
6.	Текущие, контрольные и переводные испытания	Методы проведения; нормативные требования для своей группы	Выполнять нормативы по ОФП и СФП
7.	Участие в соревнованиях	Календарные план соревнований	Участие в соревновательных играх
8.	Учебные игры	Правила игры	Обязательное применение в играх изученного программного материала по технической и тактической подготовке.

Следует отметить, что распределение тренировочных нагрузок по уровням и классификация используемых средств несколько условны, так как под влиянием систематических занятий и с ростом тренированности организм баскетболиста адаптируется к определенным нагрузкам.

Годовые планы конкретизируются составлением тематических планов на каждый месяц. На основании месячных планов разрабатываются конспекты отдельных занятий.

Основной формой тренировки являются тренировочные занятия. В тренировочном процессе с баскетболистами применяют как комплексные, так и тематические занятия по физической, технической и тактической подготовке. В комплексной тренировке используются упражнения по физической, технической и тактической подготовке.

Структура комплексных занятий сложнее, чем тематических. Это связано с тем, что в отличие от первых, где решается только одна основная задача, в комплексные ставятся две, три задачи.

При составлении комплексные тренировки не следует включать в занятие большое количество нового материала, так как это перегружает нервную систему.

Ниже приводится примерная схема расположения материала в трех видах комплексных занятий.

1. Комплексное занятие, решающее задачи физической, технической и тактической подготовки

Подготовительная часть

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

Основная часть

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом)
2. Упражнения на изучение технических приемов.
3. Техничко-тактические упражнения.

Заключительная часть

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

2. Дыхательные упражнения.

2. *Комплексное занятие, решающее задачи технической и физической подготовки*

Подготовительная часть

1. Общеразвивающие упражнения.

2. Упражнения на ловкость и гибкость.

Основная часть

. Изучение нового технического приема.

. Упражнения, направленные на развитие быстроты.

. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

Заключительная часть

1. Подвижная игра: / "Охотники и утки" или "мяч по кругу".

2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

3. *Комплексное занятие, решающее задачи технической и тактической*

подготовки

Подготовительная часть

1. Различные беговые упражнения.

2. Упражнения с мячом в парах и больших группах.

Основная часть

1. Изучение технических приемов.

2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.

3. Игровые упражнения, направленные на воспитание тактического взаимодействия.

4. Совершенствование технико-тактических действий в двухсторонней игре.

Заключительная часть

Медленный бег, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

ПРИМЕРНЫЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЦИКЛ ЗАНЯТИЙ ОБЩЕПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Дни недели	№ занятия	Преимущественная направленность	Дозировка мин.	Нагрузка
Понедельник	1	Совершенствование технического мастерства в круговой тренировке	120	средняя
Вторник	Выходной			
Среда	2	Теоретическое занятие –	120	средняя

		согласно тематическому плану программы. Развитие ловкости		
Четверг	Выходной			
Пятница	Выходной			
Суббота	3	Техника и тактика в игровых упражнениях, контрольных и товарищеских играх	120	средняя
Воскресенье	Выходной			

СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ЭТАП

Дни недели	№ занятия	Преимущественная направленность	Дозировка мин.	Нагрузка
Понедельник	1	Скоростно-силовая подготовка. Челночный бег, прыжковые упражнения, ускорения, рывки, упражнения с гантелями, с отягощениями	120	средняя
Вторник	Выходной			
Среда	2	Кросс 30 мин. Гимнастика. Подвижная игра.	120	средняя
Четверг	Выходной			
Пятница	Выходной			
Суббота	3	Технико-тактическая подготовка в игровых упражнениях, контрольных и товарищеских играх.	120	средняя
Воскресенье	Выходной			

СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Дни недели	№ занятия	Преимущественная направленность	Дозировка мин.	Нагрузка
Понедельник	1	Теоретическая подготовка – разбор игры. Технико-тактическая подготовка.	120	средняя
Вторник	Выходной			
Среда	2	Разминка. Игра.	180	Большая
Четверг	Выходной			
Пятница	Выходной			
Суббота	3	Индивидуальная технико-активная подготовка	60	Малая
Воскресенье	Выходной			

Особенности проведения тренировочных занятий.

На этапе начальной подготовки физическая подготовка складывается из обучения и тренировки, как единого педагогического процесса. Двигательные навыки у юных баскетболистов должны формироваться параллельно с развитием физических качеств, необходимых для достижения успеха. С самого начала занятия необходимо овладевать основами техники целостного

упражнения, а не отдельных его частей. Обучение основам техники целесообразно проводить в облегченных условиях. Одной из задач занятий НП — 3 года обучения является овладение основами техники избранного вида спорта. Эффективность обучения упражнениям находится в прямой зависимости от уровня развития физических качеств детей и подростков. Применение на начальном этапе занятий спортом в значительном объеме упражнений скоростно-силового характера, направленных на развитие быстроты и силы, способствует более успешному формированию и закреплению двигательных навыков.

Компоненты нагрузки	Направленность нагрузки			
	Развитие общей выносливости	Развитие специальной выносливости	Развитие скоростной выносливости	Развитие скорости
Интенсивности упражнений	70-75% от максимальной	75-80% от максимальной	80-90% от максимальной	90-100% от максимальной
Продолжительности упражнений	Длительная работа при ЧСС 120-140 до 150-170 уд.мин	От 20 сек до 1-1,5 мин	Бег 20-40 до 5-6 сек	Бег на 15-60 м от 3,5 до 9 сек
Интервалы отдыха между повторениями	От 1,5 до 3-4 мин	Сокращаются от 4-6 до 2 мин	До 2 мин	До полного восстановления
Характер отдыха	Малоинтенсивная ходьба			
Число повторений	Не должно приводить к накоплению пульсового долга	3-4 повторения в серии	4-5 повторений в серии	Интенсивная работа 8-10 повторений
Интервалы отдыха		От 15 до 20 мин	До 10 мин	До 10 мин

АТТЕСТАЦИЯ

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «баскетбол»

№ п.п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	Мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Челночный бег 3x10	с	Не более 10,3	Не более 10,6	Не более 9,6	Не более 9,9
1.2.	Прыжок в длину с места толком двумя ногами	См	Не менее 110	Не менее 105	Не менее 130	Не менее 120
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Прыжок вверх с	см	Не менее		Не менее	

	места со взмахом рук		20	16	22	18
2.2.	Бег на 14 м	с	Не более		Не более	
			3,5	4,0	3,4	3,9

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п.п.	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Барьер легкоатлетический	штук	20
2.	Гантели массивные от 1 до 5 кг	Комплект	3
3.	Доска тактическая	штук	4
4.	Конструкция баскетбольного щита в сборе	комплект	2
5.	Корзина для мячей	штук	2
6.	Мяч баскетбольный	штук	30
7.	Мяч волейбольный	штук	2
8.	Мяч набивной	штук	15
9.	Мяч теннисный	штук	10
10.	Мяч футбольный	штук	2
11.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	4
12.	Свисток	штук	4
13.	Секундомер	штук	4
14.	Скакалка	штук	24
15.	Скамейка гимнастическая	штук	4
16.	Стойка для обводки	штук	20
17.	Утяжелитель для ног	комплект	15
18.	Утяжелитель для рук	комплект	15
19.	Фишки	штук	30
20.	Эпандер резиновый ленточный	штук	24

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баскетбол: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2004 г.
2. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб.пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений/ Д.И. Нестеровский. – 2-е изд., испр.- М.: Издательский центр «Академия», 2006 г.
3. Костикова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта – М., ФиС, 2001 г.
4. Баскетбол. Поурочная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва/Под редакцией Ю.Д. Железняка – М., 1984 г.
5. Баскетбол. Учебник для вузов физической культуры / Под редакцией Ю.М. Портнова. - М., 1997 г.
6. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 1 / Под редакцией Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - М.: Изд. Центр Академия, 2002 г.
7. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 2 / Под редакцией Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - М.: Изд. Центр Академия, 2004 г.

Сведения о качестве реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки «Баскетбол» в наглядных формах представления анализа результативности

Тренер-преподаватель МБУ ДО «Спортивная школа Чернянского района Белгородской области» - И.А. Беланов

Основным результатом реализации дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта по виду спорта «Баскетбол» является формирование понимания значимости здорового образа жизни, систематические занятия физкультурой и спортом, укрепление здоровья, профилактика асоциального поведения детей, а также на получение образовательных знаний, навыков и умений по баскетболу.

Главным критерием оценки обучающегося является не столько его способность показывать высокий результат на соревнованиях, сколько его способность трудиться, добиваться достижения нужного результата ежедневно, ведь овладеть всеми методами сохранения и укрепления здоровья может каждый желающий ребенок.

Рабочая программа по баскетболу, разработанная Игорем Алексеевичем не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и всестороннее развитие, привлечение подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом, укреплению здоровья и обеспечивает организацию содержательного досуга.

Важным показателем качества реализации образовательной программы спортивной подготовки является сохранность контингента и увеличение количества занимающихся детей. В спортивной секции по баскетболу отмечается стабильность посещения занятий обучающимися, что свидетельствует об устойчивой мотивации детей к обучению баскетболом, интересу к выбранному виду спорта.

Основным критерием оценки эффективности реализации образовательных программ по видам спорта является показатель усвоения обучающимися программного материала и сохранность контингента обучающихся. Этот показатель отслеживается в течении всего учебного года в соответствии информационным стандартом «Результативность образовательного процесса, сохранность контингента воспитанников». Результаты мониторинга показали положительную динамику сохранности контингента воспитанников.

№ п/п	Тренер-преподаватель	Учебный год	Группа	Сохранность контингента	
				Начало учебного года	Конец учебного года
	Беланов Игорь Алексеевич	2022-2023	НП2-1	15	15
			НП2-2	15	15
			НП2-3	15	15

	2023-2024	НПЗ-1	15	15
		НПЗ-2	15	15
		НПЗ-3	15	15

Наблюдается стабильность сохранности контингента обучающихся на протяжении 2 лет. К концу года наблюдается рост численности. Дети приходят в объединение по совету друзей, которые уже посещают занятия.

По результатам анкетирования родителей в рамках независимой оценки качества предоставляемых услуг в МБУ ДО «Спортивная школа» п. Чернянка Белгородской области сформирован вывод об удовлетворенности родителей результатами обучения в спортивной секции «Баскетбол». Следует также отметить, что обоснованных жалоб со стороны родителей и обучающихся не поступало.

На протяжении последних лет обучающиеся спортивной секции «Баскетбол» активно участвуют в спортивных мероприятиях внутри учреждения, муниципалитета и на областном уровне. Тренер-преподаватель заинтересован в развитии и популяризации баскетбола в Чернянском районе, привлечении детского и взрослого населения к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой.

В своей работе тренер-преподаватель использует нетрадиционные формы педагогического контроля обучающимися освоения образовательной программы по виду спорта «Баскетбол» и осуществляет педагогический контроль не только в процессе тренировочных занятий, но и рамках специально разработанных тренером спортивно-массовых мероприятиях по виду спорта баскетбол.

Аттестация

нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «Баскетбол»

№ п.п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	Мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1.	Челночный бег 3x10	с	Не более 10,3	Не более 10,6	Не более 9,6	Не более 9,9
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	См	Не менее 110	Не менее 105	Не менее 130	Не менее 120
2. Нормативы специальной физической подготовки						
2.1.	Прыжок вверх с места со взмахом рук	см	Не менее		Не менее	
			20	16	22	18
2.2.	Бег на 14 м	с	Не более		Не более	
			3,5	4,0	3,4	3,9

По мере реализации программы, проводится контроль полученных обучающимися знаний, умений и навыков. Контроль позволяет определить эффективность обучения, проанализировать результаты, увидеть результаты общего труда, внести коррективы в учебный процесс, как детям, так и педагогу.

Журнал предназначен для ведения текущего учета. Основные разделы журнала:

- 1) списочный состав и личные данные о занимающихся (год рождения, рост, национальность, образование, место работы или учебы, спортивный разряд, домашний адрес);
- 2) учет посещаемости;
- 3) учет пройденного материала;
- 4) учет успеваемости (результаты выполнения контрольных упражнений, нормативов);
- 5) учет результатов участия в соревнованиях.

Ведение Учетной карточки спортсмена способствует более сознательному отношению к процессу тренировки и участию в соревнованиях.

Учетная карточка спортсмена содержит следующие разделы:

- 1) личные данные спортсмена;
- 2) спортивное сообщество/коллектив физкультуры;
- 3) контакты спортсмена (место жительства, место учебы);
- 4) данные тренера (квалификация);
- 5) присвоение спортивных разрядов;
- 6) спортивные результаты и результаты участия в соревнованиях;
- 7) этапных планов подготовки.

Ведение Учетной карточки спортсмена способствует более сознательному отношению к процессу тренировки и участию в соревнованиях.

Учетная карточка спортсмена содержит следующие разделы:

- 1) личные данные спортсмена;
- 2) спортивное сообщество/коллектив физкультуры;
- 3) контакты спортсмена (место жительства, место учебы);
- 4) данные тренера (квалификация);
- 5) присвоение спортивных разрядов;
- 6) спортивные результаты и результаты участия в соревнованиях;
- 7) этапных планов подготовки.

Воспитательная работа Игорем Алексеевичем проводится по следующим направлениям: воспитание в процессе тренировочных занятий; создание благоприятной обстановки, положительно влияющей на воспитательный процесс (место проведения занятий, спортивный инвентарь, одежда, личные качества и поведение тренера и т.п.); сочетание воспитательного воздействия в процессе тренировки с планом воспитательных мероприятий, проводимых в группе и с занимающимися в спортивной школе.

Воспитательными средствами являются:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества, дружный коллектив.

Анализ учебно-спортивной работы и результатов обучающихся позволяет сделать вывод, что тренер-преподаватель И.А. Беланов добивается высоких результатов за счёт ответственного отношения к своим обязанностям, использованию современных методов работы, созданию условий для сохранения постоянного контингента обучающихся.

Методист МБУ ДО «Спортивная школа»



Скуратова Г.В.