

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА ГРОЗНОГО

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 26» г. Грозного**

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
Протокол № 10
от «26» мая 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ «СОШ № 26» г. Грозного
Султаханова Э.Р.
№10/01-43
от «26» мая 2026 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Баскетбол: Первые шаги»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 9–11 лет

Срок реализации: 10 дней (40 часов)

Автор-составитель: Заурбаев Магомед Радарович,
педагог дополнительного образования

г. Грозный, 2026 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ
«СОШ № 26» г. Грозного

Экспертное заключение (рецензия) № 1 от «27» июля 2026 г

Эксперт: Ешуркаев Ибрагим Магомедович, зам. дир. по дополнительному образованию

Содержание:

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

- 1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ.
- 1.2. Направленность программы.
- 1.3. Уровень освоения программы.
- 1.4. Актуальность программы.
- 1.5. Отличительные особенности программы.
- 1.6. Цель и задачи программы.
- 1.7. Категория учащихся.
- 1.8. Сроки реализации и объем программы.
- 1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
- 1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.

Раздел 2. Содержание программы.

- 2.1. Учебный (тематический) план.
- 2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

- 4.1. Материально-техническое обеспечение программы.
- 4.2. Кадровое обеспечение программы.
- 4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Список литературы.

Интернет-ресурсы

Приложение.

Календарный учебный график.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Нормативная правовая база

Программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р (Концепция развития дополнительного образования до 2030 года);
- Приказ Минпросвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 (СП 2.4.3648-20);
- Постановление от 28.01.2021 № 2 (СанПиН 1.2.3685-21).

1.2. Направленность программы

Физкультурно-спортивная. Программа направлена на формирование у обучающихся базовых двигательных навыков, интереса к командным видам спорта и основам игры в баскетбол.

1.3. Уровень освоения программы

Стартовый (ознакомительный).

1.4. Актуальность программы

Баскетбол — один из самых популярных и доступных командных видов спорта. Он развивает координацию, быстроту реакции, ловкость, умение работать в команде. Программа позволяет детям за короткий срок познакомиться с основами игры, получить положительный эмоциональный заряд и приобщиться к здоровому образу жизни.

1.5. Отличительные особенности

Программа адаптирована для **краткосрочного обучения (10 дней)** и построена на **игровом методе**. Основной акцент сделан на практические упражнения с мячом, эстафеты, учебные игры, что позволяет удерживать внимание детей 9–11 лет и дать им почувствовать прогресс уже после первого занятия.

1.6. Цель и задачи программы

Цель: сформировать у обучающихся первоначальные навыки игры в баскетбол и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитание чувства ответственности перед командой;
- формирование навыков честной игры и уважения к сопернику;
- развитие дисциплины и самоконтроля.

Обучающие:

- освоение основной стойки баскетболиста, перемещений без мяча и с мячом;
- обучение ловле, передаче и ведению мяча;
- знакомство с правилами игры в баскетбол (упрощённый вариант);
- развитие координационных способностей и быстроты реакции.

Развивающие:

- развитие ловкости, выносливости и скоростно-силовых качеств;
- формирование умения взаимодействовать в команде;
- развитие интереса к спортивным играм.

1.7. Категория учащихся

9–11 лет. Программа подходит для детей без специальной физической подготовки. Группа формируется из 15–20 человек по желанию и заявлению родителей.

1.8. Сроки реализации и объем программы

Объем: 40 часов

Срок освоения: 10 дней (по 4 часа в день)

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Формы проведения занятий: спортивная тренировка (подготовительная, основная и заключительная части), эстафеты, подвижные игры, соревнования, упражнения в парах.

Режим занятий: 5 дней в неделю по 4 часа (2 занятия по 2 часа с перерывом 15 минут). Допускается проведение занятий 10 дней подряд по 4 часа.

1.10. Планируемые результаты

Личностные:

- формирование интереса к систематическим занятиям спортом;
- развитие волевых качеств и умения работать в команде;
- формирование установки на здоровый образ жизни.

Метапредметные:

- развитие координации, быстроты, ловкости;
- умение взаимодействовать с партнёрами в игровых ситуациях;
- развитие самоконтроля и умения соблюдать правила.

Предметные:

- умение выполнять основную стойку баскетболиста, передвигаться приставным шагом;
 - владение элементарными приёмами ведения, передачи и броска мяча;
 - знание простейших правил игры и умение участвовать в мини-баскетболе.
-

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Введение в баскетбол. История, правила, позиции	4	1	3	устный опрос
2	Оборудование, ТБ. Стойка и передвижение	4	0,5	3,5	практическая работа
3	Ловля и передача мяча	4	0,5	3,5	практическая работа
4	Ведение мяча	4	0,5	3,5	практическое задание
5	Броски в кольцо	4	0,5	3,5	практическое задание
6	Штрафные броски и защитные действия	4	0,5	3,5	практическое задание
7	Игровая тактика 3×3	4	1	3	наблюдение
8	Учебная игра 3×3	4	0,5	3,5	участие в игре
9	Подготовка к мини-турниру	4	0,5	3,5	наблюдение
10	Мини-турнир. Подведение итогов	4	0,5	3,5	участие в игре
Итого		40	5,5	34,5	

2.2. Содержание учебного плана

Занятие 1. Введение в баскетбол. История, правила, позиции

Теория: история возникновения баскетбола, основные правила игры, размеры поля, зоны, позиции игроков.

Практика: обзорная тренировка, знакомство с мячом, простые упражнения на координацию.

Занятие 2. Оборудование, ТБ. Стойка и передвижение

Теория: требования к форме и инвентарю, принципы разминки.

Практика: комплекс разминки, упражнения на стойку и перемещение (приставные шаги, бег лицом и спиной вперёд).

Занятие 3. Ловля и передача мяча

Теория: техника ловли и передачи мяча, типичные ошибки.

Практика: ловля двумя руками на месте, передача от груди в парах, игра «Десять передач».

Занятие 4. Ведение мяча

Теория: правила ведения мяча (удар об пол, не нести мяч).

Практика: ведение на месте, шагом, бегом, с изменением направления (змейка).

Занятие 5. Броски в кольцо

Теория: техника броска одной рукой от плеча.

Практика: броски с близкой дистанции из разных точек, эстафеты.

Занятие 6. Штрафные броски и защитные действия

Теория: правила выполнения штрафных бросков, основы защиты.

Практика: штрафные броски, защитная стойка, перехват мяча.

Занятие 7. Игровая тактика 3×3

Теория: основы тактики 3×3, роли игроков.

Практика: упражнения на взаимодействие в тройках, позиционная игра.

Занятие 8. Учебная игра 3×3

Практика: полноценная учебная игра 3×3 на половине площадки с соблюдением правил.

Занятие 9. Подготовка к мини-турниру

Практика: отработка игровых комбинаций, распределение ролей в командах.

Занятие 10. Мини-турнир. Подведение итогов

Практика: мини-турнир между командами, награждение победителей и участников.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Текущий контроль:

- наблюдение за правильностью выполнения упражнений;
- устный опрос по правилам игры;
- выполнение нормативных упражнений (ведение, передача, бросок).

Итоговая аттестация:

- участие в мини-турнире;
- оценка командного взаимодействия и соблюдения правил.

Уровни освоения программы:

- **Высокий уровень** – 80–100% освоения материала
- **Средний уровень** – 50–79%
- **Низкий уровень** – менее 50%

Критерии оценки:

Параметр	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ведение мяча	Не теряет, контролирует направление	Теряет 1–2 раза	Часто теряет мяч
Передача	Точно в руки партнёра	С 1–2 ошибками	Бросает мимо
Бросок в кольцо	Попадает с близкой дистанции	Иногда попадает	Не попадает

Игровое мышление	Понимает правила, видит партнёров	Знает правила, но ошибается	Затрудняется
------------------	-----------------------------------	-----------------------------	--------------

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий

4.1. Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале (или на открытой уличной площадке) с соблюдением санитарно-гигиенических норм.

Оборудование и материалы:

- Баскетбольные мячи (№5, детские) – 15 шт.
- Стойки или конусы – 10 шт.
- Разметочные ленты для площадки.
- Секундомер, свисток.
- Форма (требования к одежде: сменная обувь, шорты/спортивные штаны, футболка).

4.2. Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования (учителем физической культуры) с опытом работы с детьми младшего школьного возраста.

4.3. Учебно-методическое обеспечение

Название темы	Форма занятий	Методический материал	Методы и приёмы
Введение в баскетбол	групповая	инструкции по ТБ, презентация	словесный, наглядный
Ведение и броски	практическая, групповая	видеоматериалы, раздаточные карточки	наглядный, практический
Игровая тактика	практическая, групповая	схема площадки, правила игры	игровой, соревновательный
Мини-турнир	соревновательная	протоколы, таблицы	соревновательный

Список литературы

Для педагога:

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. – М.: Академия, 2018.
2. Яхонтов Е.Р. Баскетбол для детей. – М.: Физкультура и спорт, 2015.
3. Примерные программы спортивной подготовки. Баскетбол. – М.: Советский спорт, 2019.

Для родителей и учащихся:

1. Бобров В. Учимся играть в баскетбол. – М.: АСТ, 2021.
2. Яковлев С.В. Баскетбол для подростков: простые правила и упражнения. – М.: Дрофа, 2020.

Интернет-ресурсы

1. russiabasket.ru – официальный сайт Российской федерации баскетбола
2. [youtube.com](https://www.youtube.com) – каналы с уроками баскетбола для детей

Приложение.

Календарный учебный график

№	Дата		Время	Форма	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
	(план)	(факт)						
1			10:00–13:45	комб.	4	Введение в баскетбол. История, правила, позиции	спортзал	устный опрос
2			10:00–13:45	комб.	4	Оборудование, ТБ. Стойка и передвижение	спортзал	практическая работа
3			10:00–13:45	комб.	4	Ловля и передача мяча	спортзал	практическая работа
4			10:00–13:45	комб.	4	Ведение мяча	спортзал	практическое задание
5			10:00–13:45	комб.	4	Броски в кольцо	спортзал	практическое задание
6			10:00–13:45	комб.	4	Штрафные броски и защитные действия	спортзал	практическое задание
7			10:00–13:45	комб.	4	Игровая тактика 3×3	спортзал	наблюдение
8			10:00–13:45	комб.	4	Учебная игра 3×3	спортзал	участие в игре
9			10:00–13:45	комб.	4	Подготовка к мини-турниру	спортзал	наблюдение
10			10:00–13:45	комб.	4	Мини-турнир. Подведение итогов	спортзал	участие в игре

