

Аннотация к дополнительной образовательной программе
спортивной подготовки «Баскетбол»

Название программы	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «Баскетбол»
Педагог	Соколова Анна Валерьевна – тренер-преподаватель, высшая квалификационная категория
Статус программы	Образовательная
Направленность	Физкультурно-спортивная
Профиль	Спортивная подготовка
Цель программы	Создать условия для развития двигательной активности обучающихся, вовлечение их в регулярные занятия физической культурой и спортом. Содействие всестороннему и гармоничному развитию личности, обучению учащихся игре баскетбол, овладение ими техникой и тактикой этого вида спорта.
Контингент обучающихся	Обучающиеся 8-18 лет На обучение по программе зачисляются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий баскетболом, а также обучающиеся, имеющие основную и подготовительную физкультурную группу, I-III группу здоровья.
Продолжительность реализации программы	3 года Реализация Программы направлена на: обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья учащихся, воспитание гармоничной, социально-активной личности по средствам обучения игре в баскетбол. Отличительная особенность программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям баскетболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.
Форма организации	Очная, по мере необходимости дистанционная
Краткое содержание	Одним из важнейших вопросов построения тренировочного процесса является распределение программного материала по годам обучения, этапам и недельным микроциклам – основным структурным блоком планирования. Данная программа рекомендует поэтапное построение подготовки. В программе представлен годовой учебный план на 36 рабочих недель, планы графики на каждый этап подготовки. Программный материал состоит из

	нескольких разделов (теоретического, практического, контрольного, восстановительных мероприятий), охватывающих все виды спортивной подготовки учащихся отделения баскетбола и обеспечивающих интегральную подготовку высококвалифицированных баскетболистов. Теоретический раздел программы предусматривает наличие тем, обеспечивающих формирование не только знаний, связанных со спортивной игрой «Баскетбол», но и мировоззренческих знаний: по истории развития этого вида спорта, о медико-биологических и гигиенических основах спортивной деятельности, о средствах и методах спортивной тренировки, а также приобретение научно-практических знаний по современным способам восстановления организма после физических нагрузок и профилактики травматизма. Практический раздел программы реализуется на методико-практических и тренировочных занятиях в учебных группах по этапам спортивной подготовки. Этот раздел предусматривает как обучение (совершенствование) занимающихся техническим и тактическим действиям, развитие (воспитание) физических качеств, так и повышение уровня психологической подготовленности необходимой для становления спортсмена. Тактическая подготовка игроков осуществляется в двух взаимосвязанных и взаимообусловленных направлениях, обеспечивающих слаженное взаимодействие игроков на площадке: тактика нападения и тактика защиты. Физическая подготовка (для всех возрастных групп) – общеподготовительные упражнения, специально-подготовительные упражнения.
Ожидаемый результат	По окончании обучения по данной программе учащиеся должны знать: -основные требования к занятиям в избранном виде спорта; -история развития игры «Баскетбол»; -гигиенические требования к занимающимся и местам проведения занятий и соревнований; -влияние физических упражнений на функциональные возможности организма; -основы техники и тактики; -способы проведения соревнований; Уметь: -усваивать программный материал; -выполнять зачетные требования по ОФП, СФП и технико-тактической подготовке; -владеть основами техники и тактики баскетбола; -владеть основными навыками восстановительных

	мероприятий; -принимать участие в соревнованиях; -использовать знания, умения, навыки на практике.
--	--

