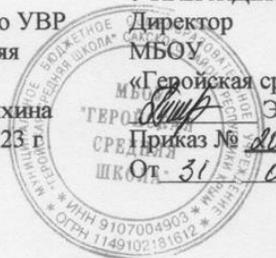


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Геройская средняя школа» Сакского района Республики Крым**

РАССМОТРЕНО На заседании пед.совета Протокол № <u>11</u> от <u>31 08</u> 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ "Геройская средняя школа» <u>Велл</u> С.А.Коняхина <u>31 08</u> 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «Геройская средняя школа» Э.Л.Тохтарова Приказ № <u>206-0</u> От <u>31 08</u> 2023 г.
---	--	--



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная.

Сроки реализации: 1 год (72 часа).

Вид программы: модифицированная.

Возраст обучающихся: 12-16 лет.

Уровень: стартовый.

Составитель: Меметов Маммед

Сейярович

педагог дополнительного образования

**с.Геройское
2023г.**

Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол. Команда» (далее – Программа) разработана в соответствии со следующей **нормативно-правовой базой**:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 29 декабря 2022 г.);
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
5. Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

- дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
13. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
 14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
 15. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 года № 3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации»;
 16. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);
 17. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
 18. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
 19. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
 20. Распоряжение Правительства Республики Крым «Программа развития детско-юношеского спорта в Республике Крым до 2030 года» от 15 апреля 2022 г. № 467-р;
 21. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015г. № 09-3242;
 22. Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
 23. Методическими рекомендациями для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Симферополь, ГБОУ ДПО РК КРИПО, 2021.
 24. Устав МБОУ «Геройская средняя школа» Сакского района
 25. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок

организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана для желающих заниматься этим видом спортивных игр. Дает возможность продолжить обучение баскетболу детям и подросткам разного возраста и пола в одной группе.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» стартового уровня подготовки **физкультурно-спортивная** Физкультурная составляющая программы обеспечивает развитие физических качеств обучающихся, а спортивная - предполагает участие в соревновательной деятельности в своей возрастной группе.

Программа направлена на развитие физических и психических качеств обучающихся и формирование здорового образа жизни. Дает возможность продолжить обучение баскетболу детям и подросткам разного возраста и пола в одной группе. Обучение по программе, предполагает участие в турнирах городского и республиканского уровня.

Актуальность Программы обусловлена потребностью современного общества в формировании у подрастающего поколения навыков здорового образа жизни, способности активно включаться в разнообразные формы физкультурно-спортивной, учебной, социальной деятельности, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. Сегодня дети много времени проводят за гаджетами и компьютерами, заменяют двигательную активность усилением активности в компьютерных играх. Привлечь детей и подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом можно через организацию занятий по доступным и увлекательным спортивным играм, в том числе по баскетболу.

Программа обусловлена образовательным заказом государства в области Государственной программы «Развитие детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года» и «Программы развития детско-юношеского спорта в Республике Крым до 2030 года».

Новизна Программы заключается в специфике прохождения процесса обучения баскетболу. Обучение по программе направлено на формирование команды, «командного духа» и дальнейшего совместного обучения занимающихся и выступления одной командой на турнирах и соревнованиях в любительской лиге. Содержание программы подразумевает объединение индивидуальностей учеников в одно целое, в команду единомышленников, любящих баскетбол и пропагандирующих эту игру среди сверстников.

Программа предлагает занятия обучающимся, желающим продолжить занятия баскетболом, имеющим допуск от врача, прошедших базовый этап первого года технической подготовки по программе «Баскетбол». Этот уровень направлен на улучшение физической подготовки, повышения технических навыков игры в баскетбол и овладение тактическими навыками и участием в соревновательных турнирах.

К отличительным особенностям Программы относятся:

обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста и формирование на основе этого умения взаимодействовать в команде;

обращение внимания на психологическую подготовку занимающихся: воспитание целеустремленности, укреплению веры в свои силы, умение решать задачи в команде, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности;

формирование активной жизненной позиции и пропаганды здорового образа жизни и моральных ценностей.

По результатам физической и тактической подготовки, обучающиеся переходят на следующий уровень обучения, осуществляя при этом индивидуальный подход и выбор.

Группы 12-14 лет и 14-16 лет подбираются по возрасту с разницей в 2 года, старшие группы, после 14 лет, группа может быть разновозрастной. Под разновозрастным обучением мы понимаем совместную деятельность детей разного возраста, направленную на решение как общих для всех, так и частных, в зависимости от возраста, образовательных и воспитательных задач.

Педагогическая целесообразность основана на том, что обучение игре в баскетбол является хорошей основой для приобщения к физической культуре и проводится с целью укрепления здоровья и достижения всестороннего физического развития занимающихся, овладения элементами игры баскетбол и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке; приобретения инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой. Воспитания у занимающихся морально-волевых принципов, умения работать в команде, продвигать эти принципы в среду своих ровесников. Привлечь подростков к регулярным занятиям физической культурой и спортом можно через организацию занятий по доступным и увлекательным спортивным играм, в том числе по баскетболу. Педагогическая целесообразность программы основана на характеристике подросткового возраста как важнейшего этапа в гармоничном физическом развитии обучающихся.

Подростковый возраст характеризуется переходом к взрослому, ответственному отношению к своим поступкам. Программа направлена на помощь в этом переходе, формирование сознательной личности.

Адресат Программы: Программа ориентирована на юношей и девушек в возрасте от 12 до 16 лет, не имеющих противопоказаний по здоровью, относящихся к 1 и 2 основной и подготовительной группе здоровья.

Возраст 12-16 лет считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности. Социальная ситуация развития - это особое положение ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. В подростковом возрасте она представляет собой переход от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости.

Уровень подготовки по программе «Баскетбол» предполагает занятия для учеников общеобразовательных школ, желающих продолжить обучение баскетболу и имеющих разрешение врача. На этом этапе осуществляется спортивно-оздоровительная работа, направленная на укрепление здоровья, разностороннюю физическую подготовку и совершенствование техники баскетбола.

Объем и срок освоения программы - Объем программы- 72 часов в год. Программа рассчитана на 1 год, 36 недель.

Таблица 1.

Объем и срок освоения программы «Баскетбол»

Уровень обучения	Год обучения	Кол-во учащихся в группе	Кол-во часов в неделю	Объем программы	Возраст учащихся
Базовый, Группа БУ-2	2 год обучения	15 человек	2 академ. часа	72 часов	12-16 лет

Уровень содержания программы – базовый, второго года обучения.

Формы обучения учащихся ориентированы на их индивидуальные и возрастные особенности. По очной форме обучения, прохождение некоторых тем возможно в дистанционном формате, с использованием дистанционных образовательных технологий и заданий педагога ДО.

Особенности организации образовательного процесса: группы формируются в количестве 15 человек. Возраст обучающихся для зачисления на программу «Баскетбол» с 12 до 16 лет. Подгруппы обучающихся формируются на основе развития физических качеств и подготовки, по результатам входящего тестирования. Разница в возрасте в подгруппах не превышает 2 лет. В одной подгруппе могут заниматься девочки и мальчики. Если девочек более 8 человек, они занимаются в своей подгруппе.

Организационные формы обучения на групповых занятиях: учебное занятие, спортивные соревнования, занятия физическими упражнениями дома. групповая, индивидуальная, игровая, соревновательная. А также, занятия учебно-тренировочные, теоретические, соревновательные, методические.

Режим занятий по Программе предполагает по два занятия в неделю по 2 академических часа на занятия, перерыв по 10-15 минут между часами. Занятия проводятся во второй половине дня.

1.2. Цель и задачи программы

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: воспитание высоконравственной, разносторонне развитой личности, способной к активной социальной адаптации в обществе и самостоятельному жизненному выбору, к началу трудовой деятельности, к самообразованию и самосовершенствованию.

Содержание программы направлено на реализацию следующих **задач**:

Образовательные:

обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам в процессе занятий баскетболом;

развивать основные физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту), необходимые для совершенствования игровых умений и навыков, обучение и совершенствование основ техники и тактики игры в баскетбол;

обучать правильному выполнению физических упражнений.

Личностные):

прививать любовь к регулярным занятиям физической культурой и спортом, навыки здорового образа жизни;

воспитывать чувство ответственности и патриотизма;

воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность, целеустремленность;

формировать умение эффективного взаимодействия обучающихся как в команде, так и с обучающимися разного возраста и уровня подготовки.

Развивающие:

способствовать укреплению здоровья;

содействовать гармоничному физическому развитию;

развивать двигательные способности детей;

создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных формах профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности;

обучать навыкам применения полученных знаний о влиянии физической культуры и спорта на организм в повседневной жизни;

способствовать популяризации баскетбола среди ровесников, одноклассников и друзей;

ознакомить с методами оказания первой помощи и поведением в

экстренных ситуациях.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Цель воспитательной работы: воспитание патриотической, ответственной, нравственной личности, доброжелательной и коммуникативной в командной работе.

Задачи:

- прививать обучающимся чувство гордости за свою страну;
- формировать ответственность за свои поступки;
- способствовать развитию нравственности обучающихся;
- способствовать формированию команды единомышленников.

Для решения воспитательных задач на занятиях поддерживается дух патриотизма, взаимопомощи и доброжелательности, формируется дисциплина, самоорганизация, целеустремленность. Вырабатываются приемы по укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости. Большое внимание уделяется ознакомлению с мерами безопасности и самоконтролю по технике безопасности.

Большое внимание уделяется патриотическому воспитанию. Обучающиеся принимают участие в ежегодных соревнованиях, посвященных Дню освобождения города-героя Керчь от фашистских захватчиков, Дню Победы, Дню воссоединения Крыма с Россией.

В результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к тренировочным занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в турнирах и соревнованиях), привлечение родителей к активному участию в работе группы.

1.4. Содержание дополнительной общеразвивающей программы

Программа «Баскетбол» – курс оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. В нем объединяются спортивные и подвижные игры, ОФП, развитие физических качеств. Занятия проводятся по следующим разделам учебного плана, представленным в Таблице 2. Теоретические часы в разделах 2,3,4,5,6,7 включаются в занятие.

Учебный план

Таблица 2.

№ п/п	Разделы обучения	Баскетбол Лига		Форма контроля
	Темы занятия	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний		Количество часов по разделу: 5		
1.	- общие сведения о строении и функциях организма;	5		Опрос; беседа.

	<ul style="list-style-type: none"> - влияние физической культуры и спорта на организм человека; - правила техники безопасности на занятиях; - история развития баскетбола в России, - подвиги спортсменов во время Великой Отечественной войны; - правила проведения соревнований; - методика организации самостоятельной тренировки; - самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием. 			
Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом		Количество часов по разделу: 10		
	<ul style="list-style-type: none"> - Стойки игрока. - Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - Остановка двумя шагами и прыжком. - Повороты без мяча и с мячом. - Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) 	2	8	Педагогическое наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек, Тестирование. Игры.
Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча		Количество часов по разделу: 10		
	- Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, двумя от головы на месте и в движении без и сопротивлением защитника, (в парах, тройках, квадрате, круге) на разные расстояния.	2	8	Оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча, Тестирование, Контрольная игра.
Раздел 4. Техника ведение мяча		Количество часов по разделу: 10		
	<ul style="list-style-type: none"> - Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте - в движении по прямой, - с изменением направления движения и скорости; - ведение без и сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой. 	2	8	Педагогическое наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча
Раздел 5. Техника бросков мяча		Количество часов по разделу: 10		
	<ul style="list-style-type: none"> - из-под кольца с отскоком от щита; - из-под кольца без отскока от щита; - из-под кольца с двух шагов, - с отклонением; 	2	8	Педагогическое наблюдение. Оценка техники выполнения отдельных элементов

	- со средней дистанции; - с дальней дистанции.			бросков в кольцо
	Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении	Количество часов по разделу: 14		
	- при личной опеке; - при зонной защите (3–2; 2-1-2; 2–3); - при зонном прессинге в нападении; - использование личного технического «арсенала» в игре; - разучивание тактических схем командного нападения.	2	12	Педагогическое наблюдение.
	Раздел 7. Общая физическая подготовка	Количество часов по разделу: 10		
	- развитие общей выносливости; - развитие координационных способностей; - развитие скоростной выносливости - развитие силовых способностей; - развитие гибкости	2	8	Тестирование.
	Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования	Количество часов по разделу: 6		
	- муниципальные, районные соревнования; - товарищеские игры.		6	Тестирование и соревнования
ИТОГО:		14	58	
		72		

Содержание учебного плана

Раздел 1. Теоретическая подготовка, основы знаний – 5 часов. Краткие исторические сведения о возникновении игры. История и пути развития современного баскетбола. Первые правила игры в баскетбол. Развитие баскетбола в СССР и России. Развитие баскетбола среди школьников. Подвиги спортсменов, воевавших во время Великой Отечественной войны. Предупреждение травм при занятиях баскетболом. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Профилактика травм, оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль и самоконтроль. Правила игры в баскетбол. Состав команды, замена игроков, экипировка игрока. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по баскетболу среди школьников. Методика организации самостоятельной тренировки по баскетболу. Самоконтроль за состоянием здоровья и физическим состоянием во время занятий по баскетболу. Костно-мышечная система человека и ее развитие. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на систему дыхания.

Форма контроля: опрос учащихся по правилам поведения во время занятий и технике безопасности. Теоретическая подготовка проводится в течение всего периода обучения, во время занятия.

Раздел 2. Техника передвижения, остановок, поворотов и стоек без мяча и с мячом – 10 часов. *Теория:* техника передвижения, техника стоки. *Практика:* Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) *Форма контроля:* Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов передвижения, остановок, поворотов и стоек.

Раздел 3. Техника ловли и передачи мяча –10 часов. *Теория:* техника выполнения передачи и ловли мяча. Анализ общих ошибок, методика обучения передачи и ловле мяча.

Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при передаче мяча. На месте. Передачи мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками с отскоком от пола, двумя руками сверху, одной рукой снизу, двумя руками из-за головы. В движении. Передачи мяча двумя руками, одной рукой сверху и снизу, после ведения, с отскоком от пола. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) при выполнении передач. Передача мяча. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие, средние и дальние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передачи мяча: скрытые передачи (назад, вправо, влево), передачи в прыжке двумя руками от головы и одной от плеча. Подвижные игры с передачами мяча. «Передал - садись», «Быстрые передачи», «Кто быстрее», «Бросай - беги», «Салки в тройках», «Не давай мяч водящему», «Десять передач».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ловли и передачи мяча

Раздел 4. Техника ведение мяча – 10 часов. *Теория:* техника ведения мяча, ошибки в технике, методика обучения и подбора упражнений. *Практика:* Упражнения для развития качеств, необходимых при ведении мяча. На месте. Ведение мяча вокруг корпуса, вокруг и между ногами. Разновысокое ведение, очень частое низкое ведение попеременно левой и правой рукой. Ведение двух мячей. В движении. Бег на носках, на пятках с ведением мяча. Бег в полуприседе с ведением мяча. Спортивная ходьба с ведением мяча. Бег с поворотами и ведением мяча, с переводами мяча с руки на руку перед собой, за спиной и между ногами. Бег приставными шагами с ведением мяча, скрестным шагом, спиной вперед с ведением мяча. Стойка баскетболиста. Стойка при ведении мяча. Ведение мяча. Ведение на месте, в движении, с изменением скорости, направления. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Подвижные игры с ведением мяча. «Ведение с десятью

отскоками от пола и передачей мяча», «Воробьи - вороны», «Пятнашки в парах», «Салки с ведением», «Командные салки», «Выбей мяч», «Кто быстрее», «Кто первый».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов ведения мяча.

Раздел 5. Техника бросков мяча – 10 часов. Теория: анализ техники выполнения броска; анализ общих ошибок в исполнении броска; методика обучения броскам мяча в кольцо из различных положений. Практика: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении броска мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, и круговые движения кистей, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх, на месте и в сочетании с различными предметами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Многократные броски набивного мяча в стену. Многократные передачи баскетбольного мяча в стену, постепенно увеличивая, расстояние от нее. Многократные передачи баскетбольного мяча на дальность. Перемещения и стойки: стойка баскетболиста (исходные положения) в сочетании с перемещениями; ходьба скрестным шагом вправо, влево, бег спиной вперед; перемещения приставными шагами спиной вперед: двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком; прыжки; сочетание способов перемещений. Броски мяча: Броски мяча из-под щита, со средней дистанции, штрафной бросок. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски. Броски мяча одной от плеча со средних и дальних дистанций. Броски в прыжке. Броски с двух шагов. Подвижные игры с броском мяча. «Снайперы», «Шесть передач», «Трехочковый бросок», «Эстафета с передачами мяча и броском в кольцо».

Форма контроля: Наблюдение и оценка техники выполнения отдельных элементов бросков мяча в кольцо.

Раздел 6. Техничко-тактические действия в защите и нападении – 14 часов. Теория: Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Виды технико-тактических действий. Анализ ошибок, Методика обучения технико-тактическим действиям. Практика: Техничко-тактические действия в нападении. Индивидуальные действия: финты с мячом «на ведение», «на передачу», «на бросок» с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия в нападении и защите: взаимодействие двух игроков; взаимодействия двух нападающих против одного защитника, двух защитников; взаимодействие игроков в нападении через заслон; взаимодействие трех нападающих против двух защитников Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче. Техничко-тактические действия в защите. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах, ведении противника, при отборе мяча. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Расположение игроков при зонной защите. Действия игроков при личной опеке.

Форма контроля: наблюдение и соревнование.

Раздел 7. Общая и специальная физическая подготовка – 10 часов.
Теория: Основные физические качества и методика их развития. Методика составления комплексов упражнений. *Практика:* Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития гибкости (подвижности в суставах). Упражнения для развития прыгучести. Специальная физическая подготовка включена в общефизическую подготовку и является частью физической подготовки занимающегося.

Форма контроля: тестирование

Раздел 8. Контрольные испытания и соревнования – 6 часов (в процессе тренировочных занятий и согласно календарю соревнований). *Теория:* правила проведения соревнований, Судейство соревнований. *Практика:* Принять участие в соревнованиях на первенство школы, города, района. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Практические занятия. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Соревнования по баскетболу. Выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки. *Форма контроля:* Тестирование и соревнования.

1.5. Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы «Баскетбол»

В результате освоения программы обучающиеся должны **знать:**

- теоретические и методические основы системы физического воспитания;
- анатомо-физиологические особенности развития своего организма и влияние различных упражнений на его развитие;
- технику отдельных элементов и тактику игры в баскетбол;
- правила соревнований по баскетболу, методику организации и проведения соревнований различного уровня;
- методы врачебного контроля в процессе тренировочных занятий и соревнований по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **уметь:**

- выполнять элементы игры в баскетбол;
- выполнять командные тактические действия в защите и нападении;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу.

В результате освоения программы обучающиеся должны **владеть:**

- техникой элементов нападения и защиты игры в баскетбол;
- индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями защиты и нападения во время игры;
- навыками судейства.

Результаты освоения программы представлены личностными, развивающими и обучающими результатами. Результаты отражаются в

индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол. Команда».

Обучающие результаты. Обучающиеся будут:

- понимать роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- владеть системой знаний об истории игры в баскетбол, правилах игры, организации и проведении соревнований по баскетболу;
- уметь подбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий по баскетболу с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- знать опыт организации самостоятельных систематических занятий по баскетболу с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширят опыт организации и мониторинга своего физического развития и физической подготовленности;
- владеть основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры баскетбол, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные результаты:

- будет сформировано ответственное отношение к обучению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- будет развито чувство патриотизма и морального сознания в решении проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- будет сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;
- будет развита потребность в здоровом и безопасном образе жизни;
- будут усвоены правила безопасного поведения во время занятий и соревнований.

Развивающие результаты:

- будут самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;
- будут самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;

- смогут соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- будут оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- будут осуществлять самоконтроль, самооценку, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- будут знать как организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

25.1. Календарный учебный план программы «Баскетбол»

Начало учебного года с 1 сентября, конец учебного года 31 мая.

Период обучения рассчитан на 36 недель, 1 раза в неделю, продолжительность занятия 2 академических часа, всего 72 часов в год.

Начало учебных занятий не ранее 9.00, окончание – не позднее 20.00

Каникулы планируются с 01 по 8 января.

Календарный учебный график представлен в Таблице 3.

Календарно-тематический план представлен в Приложении 3.3

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Таблица 3.

**Календарный план
Отделение "Баскетбол." (стартовый уровень)**

I полугодие																	II полугодие																																																			
17 недель																	19 недель																																																			
Месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь					январь				февраль				март				апрель				май																																		
Количество учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36														
Количество часов в неделю	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2																			
Количество часов в месяц	8				8				10				8					8				8				8				8				6																																		
Аттестация Формы контроля	Входящий контроль				Входящий контроль				Контроль теоретической подготовки				Контроль физической подготовки				Контроль физический элементов				Контроль теоретической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Каникулы с 01 января по 08 января																																							
	Контроль теоретической подготовки				Контроль физической подготовки				Контроль физический элементов				Контроль теоретической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Контроль теоретической подготовки				Первенство ДЮСШ				Контроль тактической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Контроль вып. технических элементов				Контроль теоретической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Контроль тактической подготовки				Контроль спец. физ. подготовки				Контроль вып. технических элементов				Открытое первенство ДЮСШ				Контроль теоретической подготовки			

Объем нагрузки на учебный год на группу 72 часа

25.2. Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо методическое, материально-техническое; информационное и кадровое обеспечение.

Материально-техническое обеспечение образовательной программы

Спортивный инвентарь:

баскетбольные мячи на каждого обучающегося;
баскетбольные кольца и сетки;
набивные мячи - на каждого обучающегося;
перекладины для подтягивания в висе – 5–7 штук
гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося;
гимнастических матов;
гантелей;
футбольных, баскетбольных и теннисных мячей.

Спортивные снаряды:

гимнастические скамейки – 5–7 штук
гимнастическая стенка
баскетбольные стойки.

Информационное обеспечение программы:

Электронные библиотеки, словари, энциклопедии:

URL: <https://bibliogid.ru> - Библиогид. Списки лучших детских книг, новинки и рецензии, писатели и иллюстраторы.

URL: <http://www.library.ru> - LiBRARY.RU - информационно-справочный портал. Материалы для библиотекарей и читателей, каталог библиотечных сайтов, виртуальная справка, читальный зал, новости библиотечной жизни, форум.

Кадровое обеспечение. Разработка и реализация общеобразовательной программы осуществляется педагогами дополнительного образования, что закреплено профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» от 22.09.2021 г. Приказ № 652н. Педагоги, привлеченные к работе по Программе имеют высшее специализированное образование, регулярно повышают свой уровень мастерства участвуя в мастер-классах, турнирах, обучаясь на курсах повышения квалификации.

Методическое обеспечение. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

Методические пособия по проведению занятий позволяют структурировать работу группы, скорректировать задачи обучения.

Видео- и фотоматериалы позволяют со стороны оценить процесс освоения двигательных действий, сравнить с выполнением технических элементов баскетбола ведущих игроков мира и страны. Разобрать тактические действия на примерах игры лучших команд.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов и уважительного отношения друг к другу.

При обучении используются **основные методы** организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые, принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Основные методы, используемые при организации проведения занятия: фронтальный, поточный, посменный, групповой, индивидуальный. Обучение технике проводится с использованием методов **специфических**, характерных для процесса тренировки и физического воспитания. К ним относятся метод строго регламентируемого упражнения (метод расчлененного упражнения, метод целостного упражнения, игровой метод, соревновательный метод).

Для **развития основных двигательных качеств** применяются методы: равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный, круговой.

Так же применяются и **общепедагогические** методы: словесные методы (беседа, объяснение, команда, инструктирование, разбор), методы обеспечения наглядного воздействия (метод непосредственной наглядности, метод опосредованной наглядности, метод направленного прочувствования двигательного действия).

Воспитательные методы, применяемый на занятиях, включают в себя многие из перечисленных выше, а так же методы убеждения, поощрения, мотивации и стимулирования.

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- учебно-тренировочные и спортивно-оздоровительные сборы;
- выполнение индивидуальных домашних заданий;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование.

Формы обучения и проведения занятий:

Теоретические занятия могут проводиться самостоятельно и в комплексе с практическими занятиями (например, в виде беседы, рассказа в течение 5-10 минут в начале практического урока или во время отдыха). При проведении теоретических занятий целесообразно отдельные положения теории подкреплять примерами из практики, иллюстрировать их рисунками и видеоматериалами. На теоретических занятиях баскетболист овладевает историческим опытом, теоретическими компонентами тактики игры, осваивает методические основы (планирование, методы обучения, тактику), овладевает способами наблюдения, регистрации и обобщения тренировочных и соревновательных данных. Теоретические и самостоятельные занятия могут проводиться и в дистанционном формате. **Практические занятия** подразделяются на учебные, учебно-тренировочные и контрольные и соревновательные.

Учебные занятия направлены на изучение безопасности на занятиях, обучение технико-тактическим действиям обучающихся, формирования у них умения выполнять технические элементы баскетбола, ознакомление с тактическими действиями и правилами игры.

В процессе **учебно-тренировочных** занятий не только разучивают новый материал и закрепляют пройденный ранее, но большое внимание уделяют повышению общей и специальной работоспособности.

Тренировочные занятия целиком посвящаются повышению эффективности выполнения ранее изученных движений, улучшению работоспособности, развития морально-волевых качеств, освоению технико-тактических действий учеников.

Контрольные и соревновательные занятия проводятся в форме соревнований с целью проверки уровня готовности юных баскетболистов. На таких занятиях принимаются зачёты по технике и физической подготовке, проводятся контрольные тесты и квалификационные соревнования. Контрольные занятия позволяют оценить качество проведенной учебно-тренировочной работы, успехи и недостатки отдельных ребят в плане психической, физической и технико-тактической подготовленности. Контрольные занятия обычно завершают изучение определенного раздела учебной программы, а также применяются для коррекции состава учебных групп или проверки качества работы педагога.

Во время организации и проведении всех занятий следует особое внимание обратить на соблюдение мер по предупреждению и профилактике травматизма, а также санитарно-гигиенических требований к местам занятий, оборудованию и спортивному инвентарю.

Все занимающиеся обязаны проходить врачебный и медицинский осмотр не реже 1 раза в 6 месяцев, а также перед участием в каждом соревновании.

Педагогические технологии, помогающие организовать процесс обучения, используются следующие: *технология группового обучения, технология индивидуального обучения, технология коллективного*

взаимообучения, технология проектной деятельности, технология развивающего обучения, коммуникативная технология.

Здоровьесберегающие образовательные технологии: являются самыми значимыми из всех технологий, по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации. Одним из главных направлений здоровьесбережения считаем создание здорового психологического климата на занятиях баскетболом. Так, ситуация успеха способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников тренировочного процесса.

Игровая технология: практика показывает, что применение игровых технологий с учетом возрастных особенностей не теряет актуальности. Каждому возрасту соответствует свой набор игр, хотя бывают и исключения. Игровая технология является уникальной формой обучения, которая позволяет сделать обычный урок интересным и увлекательным. Игровая деятельность на занятиях занимает важное место в образовательном процессе. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игровая деятельность дает возможность повысить у обучающихся интерес к тренировочным занятиям. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях.

Технология уровневой дифференциации. С помощью применения технологии уровневой дифференциации в обучении на занятиях по дзюдо можно укрепить здоровье и развивать двигательную активность обучающихся. Основные результаты занятий – профилактика заболеваемости у детей, а также повышение интереса к занятиям физическими упражнениями, возможность каждому реализоваться, добиваться успеха. Данный вид технологии может быть применен по следующим направлениям: - задание с учетом уровня подготовки, развития, особенности мышления и познавательного интереса к предмету; - учет не только достигнутого результата, но и динамики изменений физической подготовленности обучающегося; оценке работы на занятии; - привлечение обучающихся на дополнительные спортивные занятия и соревнования; - участие одаренных детей в турнирах различных уровней. Дифференциация обучения (дифференцированный подход в обучении) – это создание разнообразных условий обучения для различных групп с целью учета особенностей их контингента с помощью применения комплекса методических, психолого-педагогических и организационно-управленческих мероприятий, обеспечивающих обучение в гомогенных группах.

Технология личностно-ориентированного обучения. Технология

личностно-ориентированного обучения предполагает развитие личностных (социально-значимых) качеств учащихся посредством учебных предметов. В начале занятий в секции выявить уровень физической подготовленности с помощью тестов и состояние здоровья обучающихся (по данным медицинских карт). Личностно-ориентированный и дифференцированный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин потери интереса к занятиям, а учащимся с высоким уровнем не интересно.

***Алгоритм учебного занятия по программе «Баскетбол»
(продолжительность занятия 2 академических часа)***

Учебное занятие по баскетболу проводится по следующему алгоритму:

1. Подготовительная часть занятия 35 минут.

- Построение обучающихся по росту, расчет по номерам, переключка.
- Объявление темы занятия и задач на занятие.

1.1. Теоретическая часть занятия 10 минут. Теоретические занятия проводятся в форме бесед и лекций с демонстрацией наглядных пособий в зависимости от задач занятия, в начале, в середине, после разминки (если запланировано обучение новым элементам), в конце занятия для подведения итогов по обучению или демонстрации видеоматериалов с анализом техники выполнения элементов. Для обучающихся теоретический материал следует преподносить в популярной и доступной форме в виде 5-10 минутных групповых и индивидуальных бесед, широко применять наглядные пособия, по возможности учебные фильмы. Следует давать задания по самостоятельному чтению популярной и специальной литературы по единоборствам. Проводить анализ ошибок в исполнении технических элементов дзюдо

- Объяснение, рассказ, опрос по задачам занятия.
- Повторение правил техники безопасности на занятии.

1.2. Разминка общеразвивающая 10 минут: ходьба и бег с заданием, комплексы упражнений для разминки шеи, рук, корпуса, ног. В разминку можно включать игры, эстафеты, упражнения из смежных видов спорта: легкой атлетики, гимнастики, акробатики, футбола, баскетбола. Упражнения должны быть направлены на разминку основных систем организма.

1.3. Разминка специальная 15 минут: специальные упражнения для разминки, подобранные для решения задач основной части занятия. В специальную разминку подбираются упражнения для разминки тех систем организма, которые будут принимать участие в упражнениях основной части занятия, направленные на разогрев, растяжку, опорно-двигательного аппарата и мышц.

2. Основная часть занятия 50 минут: решает задачи, поставленные на занятие. Она может быть направлена на развитие специальных двигательных качеств баскетболиста, обучение, выработку навыков и совершенствование технико-тактических элементов игры. Проведение аттестации: входящей и

текущей (для анализа эффективности процесса обучения) и итоговой (для оценки результатов обучения).

2.1. Развитие быстроты, координации движений и гибкости.

2.2. Обучение основам техники, скоростно-силовая подготовка.

2.3. Обучение основам техники, развитие общей выносливости.

2.4. Обучение основам тактики и взаимодействия в команде.

3. *Заключительная часть занятия 5 минут:* проводится для подведения итогов занятия, восстановительных мероприятий, теоретических занятий, объявления оценок или результатов занятия.

3.1. Заминка: комплекс упражнений на внимание или расслабление, выполняемых для перехода от нагрузки основной части к завершению занятия.

3.2. Объявление итогов занятия и задания для самостоятельной работы.

В арсенале используемых упражнений у начинающих спортсменов значительное место должны занимать естественные движения, а также упражнения на укрепление и развитие подвижности связочно-суставного и мышечного аппарата, выполняемые широкой амплитудой без излишнего напряжения.

Несмотря на специализированную направленность в избранном виде спорта, следует в тренировочном процессе сохранить достаточное разнообразие применяемых средств.

Психологическая подготовка. На ознакомительном уровне основной упор на занятиях групп делается на формирование интереса к спорту, правильной спортивной мотивации, общих нравственных и специальных морально-психологических чертах характера (особенно трудолюбия в тренировке и дисциплинированности при соблюдении режима, чувстве ответственности за выполнение плана подготовки и результаты выступления, уважении к тренеру, требовательности к самому себе). Важно также обратить внимание на установление положительных межличностных отношений в коллективе, развитие простейших сенсомоторных реакций, внимания, навыков самоконтроля. В процессе занятий формировать чувство ответственности, дисциплине, честности и доброжелательности.

Дидактический материал состоит из требований педагога по оформлению домашних заданий и презентаций по избранной обучающимся теме. Описания последовательности выполнения приемов, необходимых для прохождения итогового контроля.

2.3. Формы аттестации и контроля

Цель аттестации – выявление соответствия уровня полученных обучающимися знаний, умений и навыков прогнозируемым результатам образовательной программы.

Задачи аттестации:

определение уровня теоретической и физической подготовки учащихся в

конкретной образовательной области;

выявление степени форсированности практических умений и навыков в выбранном обучающимися виде спортивной деятельности;

анализ полноты освоения образовательной программы (или ее раздела) объединения;

соотнесение прогнозируемых результатов образовательной программы и реальных результатов учебного процесса.

Формы контроля:

Входящий контроль определяет уровень подготовки обучающегося на момент начала занятий по программе.

Текущий контроль ведется регулярно (в рамках расписания) осуществляется тренером, ведущим занятие.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения. Основными методами промежуточной аттестации по программе являются: - метод педагогического наблюдения; - участие в соревнованиях различного уровня; - сдача контрольных нормативов. В основе текущего и промежуточного контроля лежит тестирование физической подготовленности согласно таблице норм ВФСК ГТО, а также соревновательная и игровая деятельность. Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Итоговая аттестация- определяет достижения обучающихся по завершению программы, реализация задач обучения по программе.

В качестве критерия нравственного уровня ребенка используется метод педагогических наблюдений, при помощи которого можно определить, насколько претерпели изменения личностные качества детей в процессе обучения.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального физического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: скорость, скоростную выносливость, выносливость, скоростно-силовую работу, силу, овладение техническими и тактическими действиями в спортивных играх. При переходе с одного этапа на другой, дети проходят *итоговую аттестацию*. Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень общефизической подготовки детей.

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому параметру, которая и определяет

уровень результативности освоения программы в соответствии с этапом обучения. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год на основе данных Диагностической карты оценки ЗУН, проводит анализ спортивных достижений обучающихся за период обучения. Лучшие спортсмены поощряются грамотами. Подтверждением успешной реализации программы являются медали, дипломы, протоколы соревнований.

По итогам проводимых занятий, а также на основании результатов тестирования педагог выдает занимающимся индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий. Это особенно необходимо сделать для физически ослабленных обучающихся с целью их дополнительной самоподготовки, в частности, в каникулярное время, когда отсутствует организованная двигательная активность.

Оценочные материалы представлены в Приложении 3.1. к данной программе.

2.4. Список используемой литературы

Литература для педагогов:

1. Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: методические разработки/С.Н. Анискина.-М.: ГЦОЛИФК, 1991.-38с.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 1997, 224с.
3. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 2002. -352с.
4. Железняк, Ю. Д. Теория и методика спортивных игр: учебник - М.: Академия, 2014.- 464 с.
5. Кузнецов В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: учебное пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: Просвещение, 2013. - 112 с.
6. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б. Х. Ланда. – М.: Сов. спорт, 2008. – 208 с.
7. Лях, В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5–9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2014. - 208 с.
8. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008.
9. Лях, В. И. Физическая культура. 10–11 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях, А.А. Зданевич – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2009.
10. Матвеев, А. П. Физическая культура. 8–9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2011.
11. Матвеев, А. П. Физическая культура. 6–7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Российская академия наук, Российская академия образования – 2-е изд. - М.: Просвещение, 2009.
12. Портнов Ю. М., Баскетбол. Примерная программа для ДЮСШ и СДЮШОР/ М.: Советский спорт, 2007, -100с.
13. Правила игры баскетбол (редакция 2015 года).
14. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения: учебник для вузов. / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов. – 6-е изд. – М.: Академия, 2010. – 520 с.

Литература для обучающихся:

1. 100 лет российского баскетбола: история, события, люди (Текст) : справочник / Автор-составитель В.Б. Квасков. – М.: Советский спорт. 2006. – 274 с.: ил.
2. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/ А.Я. Гомельский.-М.: Гранд, 2002. -352с.
3. Правила игры баскетбол (редакция 2022 года).

Литература для родителей:

1. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-наД., 2004.
2. Костикова Л. В. Азбука баскетбола. - М.: Физическая культура и спорт, 2001.

Интернет-ресурсы:

1. URL: www.fiba.com - Вэб-сайт Международной федерации баскетбола
2. URL: www.fibaeurope.com - Вэб-сайт Европейской международной федерации баскетбола
3. URL: www.basket.ru - Вэб-сайт Российской федерации баскетбола
4. URL: www.pro100basket.ru - Вэб-сайт Ассоциации студенческого баскетбола России
5. URL: www.mbl.su - Вэб-сайт Московской баскетбольной лиги
6. URL: www.cskabasket.com - Вэб-сайт ПБК "ЦСКА" Москва
7. URL: www.vtb-league.com Вэб-сайт лиги ВТБ
8. URL: <https://bibliogid.ru> - Bibliogid. Списки лучших детских книг, новинки и рецензии, писатели и иллюстраторы.
9. URL: <http://www.library.ru> - LiBRARY.RU - информационно-справочный портал. Материалы для библиотекарей и читателей, каталог библиотечных сайтов, виртуальная справка, читальный зал, новости библиотечной жизни, форум.

3. Приложение

3.1. Оценочные материалы (Приложение 1): критерии оценки освоения Программы, тесты, определяющие физическую, техническую и теоретическую подготовку.

3.2. Методические материалы (Приложение 2): методы, используемые на занятиях, методика Капустина по определению уровня воспитанности. Требования по безопасности занятий.

3.3. Календарно-тематическое планирование (Приложение 3)

3.4. Лист корректировки (Приложение 4)

3.5. План воспитательной работы по программе (Приложение 5)

3.1. Оценочные материалы. (Приложение 1)

Таблица 4.

Критерии оценки и диагностическая карта по планируемым результатам обучения по программе «Баскетбол. Команда»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
1. Теоретическая подготовка максимум 20 баллов			
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы): - знание истории вида спорта и спортсменов-героев ВОВ; - знание техники безопасности, оказания первой помощи и самоконтроля; - знание методики развития основных физических качеств; - знание основ методики тренировки; - знание основ строения и функций организма; - знание основ здорового образа жизни;	соответствие теоретических знаний программным требованиям	Минимальный уровень (менее S объема знаний)	1б
		Средний уровень (более S объема знаний)	5б
		Максимальный уровень (практически весь объем знаний)	10б
1.2.-владение специальной терминологией - знание правил проведения и судейства соревнований.	-осмысленность и правильность использования терминов	Минимальный уровень (избегает употреблять специальные термины)	2 б
		Средний уровень (сочетает терминологию с бытовой)	5 б
		Максимальный уровень (употребляет осознанно)	10 б
Вывод	Уровень теоретической подготовки	Низкий Средний высокий	2-6 7-14 15-20
2. Практическая подготовка максимум 20 баллов			
2.1. Практические умения: - умение ставить цели и задачи подготовки на занятие; - умение анализировать выполнение технико-тактических элементов;	-соответствие практических умений и навыков требованиям программы; -владение знаниями и	Минимальный уровень (не может повторить цели и задачи занятия; не может объяснить последовательность выполнения)	2 б

<p>-умение составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия;</p> <p>-умение подобрать упражнения из разных видов спорта для упражнений общей физической подготовки;</p> <p>-умение оказать первую помощь при несчастном случае;</p> <p>-умение провести разминку с обучающимися младшего возраста.</p>	<p>умение применить;</p>	<p>их упражнения; не может показать упражнения для разминки; не может объяснить правила техники безопасности и оказать первую помощь)</p>	<p>5 б</p>
		<p>Средний уровень (не может сформулировать цели и задачи после объяснения педагога темы занятия; путается в анализе ошибок в технике выполнения упражнения; показывает упражнения без объяснения и голосового сопровождения; знает правила техники безопасности, но не может оказать первую помощь)</p>	
<p>2.2. Творческие умения:</p> <p>- умение поставить задачи занятия после объяснения педагога темы;</p>	<p>2.2. Креативность выполнения практических заданий</p>	<p>Максимальный уровень (может определить где цель занятия и какие задачи на занятие ставит педагог; объясняет ошибки в выполнении техники упражнений; может составить комплекс упражнений для разминки; может провести разминку самостоятельно с младшими обучающимися; знает правила техники безопасности и может оказать первую помощь)</p>	<p>10 б</p>
		<p>Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок</p>	<p>1 б 2 б</p>

-умение проанализировать технику выполнения упражнения и выявить ошибку; -умение подобрать упражнения для специальной физической подготовки для развития определенного физического качества; -умение провести игры и эстафеты для разминки перед\после занятием.		в состоянии выполнять простейшие практические задания)	5 б
		Репродуктивный (выполняет задание на основе образца)	10 б
		Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	
Вывод	Уровень практической подготовки	Низкий Средний высокий	2-6 7-14 15-20

Таблица 5.

МОНИТОРИНГ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы
Организационно-волевые максимум 20 баллов			
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее чем на S занятия	1 б
		Терпения хватает более чем на S занятия	5 б
		Терпения хватает на всё занятие	10 б
1.2. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля из вне	1 б
		Периодически контролирует сам себя	5 б
		Постоянно контролирует сам себя	10 б
Вывод	Уровень сформированности организационно-волевых качеств	Низкий Средний Высокий	До 2 До 10 До 20

Таблица 6.

Диагностическая карта по планируемым результатам освоения программы «Баскетбол. Команда»

Раздел подготовки	Показатели (оцениваемые параметры)	ФИО 1	ФИО 2	ФИО 3	ФИО 4	ФИО 5	ФИО 6	ФИО 7	ФИО 8	ФИО 9	ФИО 10	ФИО 11	ФИО 12	ФИО 13	ФИО 14	ФИО 15
1. Теоретическая подготовка: максимум 20 баллов																
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы): 10 баллов	знание истории вида спорта и спортсменов-героев Великой Отечественной войны															
	знание техники безопасности, оказания первой помощи и самоконтроля															
	знание методики развития основных физических качеств;															
	знание основ методики тренировки															
	знание основ строения и функций организма															
	знание основ здорового образа жизни															

1.2. Владение специальной терминологией. 10 баллов	знание правил проведения и судейства соревнований.																		
Уровень теоретической подготовки в баллах. ВСЕГО:																			
Низкий	от 2 до 6 баллов																		
Средний	от 7 до 14 баллов																		
Высокий	от 15 до 20 баллов																		
2. Практическая подготовка: максимум 20 баллов																			
2.1. Практические умения: 10 баллов	умение ставить цели и задачи подготовки на занятие;																		
	умение анализировать выполнение технико-тактических элементов;																		
	умение составить комплекс упражнений для самостоятельного занятия																		
	умение подобрать упражнения из разных видов спорта для упражнений общей физической подготовки																		
	умение оказать первую помощь при несчастном случае																		

	умение провести разминку с обучающимися младшего возраста																		
2.2. Творческие умения: 10 баллов	умение поставить задачи занятия после объяснения педагога темы																		
	умение проанализировать технику выполнения упражнения и выявить ошибку																		
	умение подобрать упражнения для специальной физической подготовки для развития определенного физического качества																		
	умение провести игры и эстафеты для разминки перед\после занятием																		
Уровень практической подготовки в баллах. ВСЕГО:																			
Низкий	от 2 до 6 баллов																		
Средний	от 7 до 14 баллов																		
Высокий	от 15 до 20 баллов																		
3. Организационно-волевые максимум 20 баллов																			

1.1. Терпение 10 баллов	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности																		
1.2. Самоконтроль 10 баллов	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)																		
Уровень сформированности организационно-волевых качеств. ВСЕГО:																			
Низкий	от 2 до 6 баллов																		
Средний	от 7 до 14 баллов																		
Высокий	от 15 до 20 баллов																		

Таблица 7.

Показатели уровня воспитанности обучающихся

Критерии оценивания	Показатели	Методика диагностики показателя
Теоретическая подготовка	Уровень знаний по ТБ Основы знаний ЗОЖ Освоение элементарных знаний	Устный опрос. Викторина «ЗОЖ. Влияние вредных привычек на организм», тестирование, Устный опрос. Викторина
Физическая подготовка	Уровень физической подготовленности	Тестирование
Духовно-нравственная сфера	Уровень воспитанности Ценностные ориентации	Уровень воспитанности учащихся (методика Н. П. Капустина)*
Эмоционально-волевая сфера	Самоконтроль, саморегуляция	Наблюдение

*Описание методики в Приложении 3.2.

Таблица 8.

Тестирование физической подготовки обучающихся

Тесты	Результат					
	высокий		средний		низкий	
	М	Д	М	Д	М	Д
Ведение мяча 15 метров с обводкой стоек (через 3 метра) туда и обратно, (сек)	10	11	10,5	11,5	11	12
	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10,1
	8,4	9,4	8,7	9,6	9,1	10,0
Челночный бег 3x10м с ведением мяча, (сек)	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,3
	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,1
	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
Штрафной бросок (из 10 бросков)	5	5	4	4	3	3
	5	5	4	4	3	3
	6	6	5	5	4	4
	6	6	5	5	4	4
Бросок в кольцо после ведения мяча (10 попыток)	5	5	4	4	3	3
	6	6	5	5	4	4
	7	7	6	6	5	5
	8	8	7	7	6	6

Таблица 9.

Уровень физической подготовленности учащихся 11 – 16 лет

Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст лет	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 и выше	6,1—5,5	5,0 и ниже	6,4 и выше	6,3—5,7	5,1 и ниже
		12	6,0	5,8—5,4	4,9	6,3	6,2—5,5	5,0
		13	5,9	5,6—5,2	4,8	6,2	6,0—5,4	5,0
		14	5,8	5,5—5,1	4,7	6,1	5,9—5,4	4,9
		15	5,5	5,3—4,9	4,5	6,0	5,8—5,3	4,9
		16						
Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	11	9,7 и выше	9,3—8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7—9,3	8,9 и ниже
		12	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,6—9,1	8,8
		13	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,5—9,0	8,7
		14	9,0	8,7—8,3	8,0	9,9	9,4—9,0	8,6
		15	8,6	8,4—8,0	7,7	9,7	9,3—8,8	8,5
		16						
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	11	140 и ниже	160—180	195 и выше	130 и ниже	150—175	185 и выше
		12	145	165—180	200	135	155—175	190
		13	150	170—190	205	140	160—180	200
		14	160	180—195	210	145	160—180	200
		15	175	190—205	220	155	165—185	205
		16						
Выносливость	6-минутный бег, м	11	900 и менее	1000—1100	1300 и выше	700 и ниже	850—1000	1100 и выше
		12	950	1100—1200	1350	750	900—1000	1150
		13	1000	1200—1300	1400	800	1050—1150	1200
		14	1050	1250—1350	1450	850	950—1050	1250
		15	1100	1200—1300	1500	900	1100—1200	1300
		16						
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	2 и ниже	6—8	10 и выше	4 и ниже	8—10	15 и выше
		12	2	6—8	10	5	9—11	16
		13	2	5—7	9	6	10—12	18
		14	3	7—9	11	7	12—14	20
		15	4	8—10	12	7	12—14	20
		16						
Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса кол-во раз (мальчики)	11	1	4—5	6 и выше			
		12	1	4—6	7			
		13	1	5—6	8			
		14	2	6—7	9			
		15-16	3	7—8	10			
	на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз (девочки)	11				4 и ниже	10—14	19 и выше
		12				4	11—15	20
		13				5	12—15	19
		14				5	13—15	17
		15				5	12—13	

		16						16
--	--	----	--	--	--	--	--	----

3.2. Методические материалы (Приложение 2)

Мониторинг воспитанности учащихся (методика Н.П. Капустина)

Схема предназначена для использования педагогами и включает оценивание 6-ти качеств личности: любознательности, трудолюбия бережного отношения к природе, отношение к секции, красивое в жизни ученика, отношение к себе.

По каждому качеству выводится одна среднеарифметическая оценка. В результате каждый ученик имеет 5 оценок.

Оценка результатов:

5 – всегда

4 – часто

3 – редко

2 – никогда

1 – у меня другая позиция

Затем 5 оценок складываются и делятся на 5. Средний балл и является условным определением уровня воспитанности.

Средний балл

5 — 4,5 – высокий уровень (в)

4,4 – 4 – хороший уровень (х)

3,9 – 2,9 – средний уровень ©

2,8 – 2 – низкий уровень (н)

Сводный лист данных изучения уровня воспитанности обучающихся

№ п/п	Фамилия, имя ученика	Любознательность		Прилежание		Отношение к природе		Я и секция		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог

В секции _____ обучающихся

_____ имеют высокий уровень воспитанности

_____ имеют хороший уровень воспитанности

_____ имеют средний уровень воспитанности

_____ имеют низкий уровень воспитанности

Критерии	САМ	ПЕДАГОГ	Итог
----------	-----	---------	------

1. Любознательность: мне интересно учиться			
я люблю читать			
мне интересно находить ответы на непонятные вопросы			
я всегда выполняю домашнее задание			
достигать хорошие результаты			
2. Прилежание: я старателен в занятиях			
я внимателен			
я самостоятелен			
я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью			
мне нравится самообслуживание в секции и дома			
3. Отношение к природе: я берегу землю			
я берегу растения			
я берегу животных			
я берегу природу			
4. Я и школа: я выполняю правила для обучающихся			
я выполняю правила безопасности в зале			
я добр в отношениях с людьми			
я участвую в делах группы			
я справедлив в отношениях с людьми			
5. Прекрасное в моей жизни: я аккуратен и опрятен			
я соблюдаю культуру поведения			
я забочусь о здоровье			
я умею правильно распределять время тренировок и отдыха			
у меня нет вредных привычек			

№ п/п	Фамилия, имя ученика	Любознательность		Прилежание		Отношение к природе		Я и секция		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог
1	К.И	4,7	4,6	4	4,4	3,7	5	4	4,4	4,3	4,4	4,14	4,56	X	B
2	Д.С	4,2	4,6	3,6	3,8	4,3	4,2	3,4	4,2	4,2	4,2	3,94	4,2	C	X
3	С.В	4,4	4,2	3,6	3,6	5	4,4	3,4	3,6	3,6	4,2	4	4	X	X

ИНСТРУКЦИЯ

по безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (баскетбол.)

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с обучающимся руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной

одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надёжность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверять состояние и отсутствие посторонних предметов на пол или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго соблюдать правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновения с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения. при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1-е полугодие 17 недель

№ п/п	Дата проведения		Тема занятия	Количество часов	Форма контроля	Примечание
	По плану	По факту				
1			Первичный инструктаж по ТБ. Правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. ОФП. Стойки игрока.	1	Беседа. Опрос	
2			Правила техники безопасности во время упражнений с мячами. ОФП. Стойки игрока. Перемещения в стойке. Подвижные игры.	1	Входящее тестирование	
3			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча. Подвижные игры.	1	Входящий контроль	
4			Разминка. ОФП. Остановка двумя шагами и прыжком. Техника ведения мяча. Игры на внимание.	1	Опрос	
5			Разминка. ОФП. Повороты без мяча и с мячом. Подвижные игры с элементами перемещений.	1	Опрос	
6			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1	Контроль физической	

			(перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Техника ведения мяча. Подвижные игры.		подготовк и	
7			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Техника ведения мяча с высоким отскоком. Подвижные игры.	1	Контроль теоретической подготовк и	
8			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд с ведением мяча. Игры с мячом.	1	Беседа. Опрос	
9			Разминка. ОФП. Перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение. Подвижные игры с элементами перемещений.	1	Самоанал из техники выполнен ия упражнен ий	
10			Разминка. ОФП. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение в подвижных играх с ведением мяча.	1	Контроль выполнен ия техническ их элементов	
11			Разминка. ОФП. Техника выполнения ловли и передачи мяча. Способы передачи мяча. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	1	Самоконт роль ЧСС	
12			Разминка. ОФП. Техника ловли мяча двумя руками на месте. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	1	Контроль спец.физи ческой подготовк и	
13			Разминка. ОФП. Техника передачи двумя руками сверху. Ловля мяча на месте. Техника ведения мяча по прямой. Эстафеты с мячами.	1	Самоконт роль ЧСС	
14			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от плеча. Ведение мяча по прямой. Подвижные игры.	1		
15			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча двумя руками от груди.	1	Самоанал из техники	

					выполнен ия упражнений	
16			Разминка. ОФП. Техника передачи мяча снизу.	1	Самоконтроль ЧСС	
17			Разминка. ОФП. Передача мяча сверху с отскоком. Повторение перемещений с мячами. Игры.	1		
18			Разминка. ОФП. Передача мяча от плеча. Перемещения с мячом. Техника ведения мяча по прямой. Подвижные игры.	1		
19			Разминка. ОФП. Перемещения. Техника ведения мяча с низким отскоком. Передача мяча двумя руками от груди с отскоком. Игры.	1	Контроль теоретической подготовки	
20			Разминка. ОФП. Контроль выполнения технических элементов. Подвижные игры.	1	Контроль выполнения технических элементов	
21			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с высоким и низким отскоком в эстафетах. Передачи мяча двумя руками сверху. Игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
22			Разминка. ОФП. Передача мяча двумя руками от плеча с отскоком. Ведение мяча. Подвижные игры.	1	Беседа. Опрос	
23			Разминка. ОФП. Передача мяча от груди двумя руками с отскоком. Ведение мяча с изменением перемещения.	1	Самоконтроль ЧСС	
24			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча в низкой и высокой стойках. Передачи двумя руками. Подвижные игры.	1	Самоанализ техники выполнения упражнений	
25			Разминка. ОФП. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Передачи мяча в подвижных играх.	1	Самоконтроль ЧСС	
26			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками	1	Контроль выполнения	

			сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.		ия техническ их элементов	
27			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты.	1	Контроль выполне ния техническ их элементов	
28			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры с элементами ведения.	1	Самоконт роль ЧСС	
29			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	1		
30			Разминка. ОФП. Выполнение броска в корзину двумя руками сверху. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с ведением мяча.	1	Контроль спец.физи ческой подготовк и	
31			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с ведением мяча.	1	Самоконт роль ЧСС	
32			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры с передачами мяча.	1	Контроль физическ ой подготовк и	
33			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты с мячами.	1	Самоконт роль ЧСС	
34			Разминка. ОФП. Новогодний турнир	1	Проведен ие турнира. Судейств о	
ИТОГО:				34 часов		

2-е полугодие 19 недель

№	Дата проведения	Тема занятия	Коли	Форма	Примеча
---	-----------------	--------------	------	-------	---------

п/п	По плану	По факту		чество часов	контроля	ние
1			Вводный инструктаж по ТБ на занятиях в зале. Разминка. ОФП. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	Беседа. Опрос	
2			ТБ во время занятий с мячами. Разминка. ОФП.	1	Входящее тестирование	
3			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение мяча с изменением направления. Игры.	1	Входящий контроль	
4			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	1	Опрос	
5			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Опрос	
6			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Контроль физической подготовки	
7			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Контроль теоретической подготовки	
8			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Беседа. Опрос	
9			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Самоанализ техники выполнения упражнений	
10			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Контроль выполнения технических	

					элементов	
11			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
12			Разминка. ОФП. Контроль за выполнением технических элементов. Игры.	1	Контроль спец.физической подготовки	
13			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
14			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1		
15			Разминка. ОФП. Прием контрольных нормативов по ОФП.	1	Самоанализ техники выполнения упражнений	
16			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
17			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1		
18			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1		
19			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Контроль теоретической подготовки	
20			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками от груди. Ведение	1	Контроль выполнения	

			мяча с изменением направления. Игры.		технических элементов	
21			Разминка. ОФП. Техника броска в корзину двумя руками снизу. Ведение мяча. Эстафеты с передачами мяча.	1	Самоконтроль ЧСС	
22			Разминка. ОФП. Выполнение бросков мяча в корзину двумя руками. Ведение мяча. Передачи мяча с ведением. Игры.	1	Беседа. Опрос	
23			Разминка. ОФП. Техника противодействия получению мяча. Передачи двумя руками. Ведение мяча по дуге. Подвижные игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
24			Разминка. ОФП. Бросок мяча одной рукой с отскоком от щита. Выход для получения мяча. Противодействие получению мяча. Эстафеты с ведением.	1	Самоанализ техники выполнения упражнений	
25			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
26			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в парах. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	1	Контроль выполнения технических элементов	
27			Разминка. ОФП. Ведение мяча по прямой с изменением стойки. Ловля и передача мяча в тройках с перемещением. Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	1	Контроль выполнения технических элементов	
28			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с сопротивлением защитника. Эстафеты с передачами мяча.	1	Самоконтроль ЧСС	
29			Разминка. ОФП. Техника броска мяча в корзину двумя руками в движении. Ведение мяча с заданием. Эстафеты с	1		

			передачами мяча.			
30			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину одной рукой с места. Подвижные игры.	1	Контроль спец.физической подготовки	
31			Разминка. ОФП. Выход для отвлечения мяча. Броски мяча в корзину двумя руками с места. Подвижные игры.	1	Самоконтроль ЧСС	
32			Разминка. ОФП. Броски мяча в корзину в движении. Передачи в парах. Ведение по дуге. Эстафеты с ведением мяча.	1	Контроль физической подготовки	
33			Разминка. ОФП. Система нападения через центрального. Игра в нападении и защите. Броски в кольцо с места. Ведение мяча. Игра 5x5	1	Самоконтроль ЧСС	
34			Разминка. ОФП. Сдача контрольных нормативов.	1	Проведение турнира. Судейство	
35			Разминка. ОФП. Противодействие розыгрышу мяча. Игра в нападении и защите. Броски в кольцо. Игра 5x5	1	Беседа. Опрос	
36			Разминка. ОФП. Обводка соперника с изменением направления. Броски в кольцо одной рукой. Игра 5x5	1	Входящее тестирование	
37			Разминка. ОФП. Обводка соперника с изменением скорости. Передачи мяча в тройках. Игра 5x5	1	Входящий контроль	
38			Разминка. ОФП. Двусторонняя игра.	1	Опрос. Судейство турнира	
			ИТОГО:	38		
			Всего по программе	72		

3.4. План воспитательной работы по программе «Баскетбол»

№	Мероприятия	Календарные сроки выполнения	Ответственный
1.	Ознакомление учащихся с местом занятий, спортивной базой школы.	сентябрь	
2.	Инструктаж по охране труда и предупреждению травматизма.	в течении года	
3.	Беседа о правилах дорожного движения.	сентябрь, декабрь, май	
4.	Инструктаж по правилам пожарной безопасности во время проведения новогодних праздников	декабрь	
5.	Беседа о соблюдении санитарно- гигиенических норм.	в течении года	
6.	Беседа на тему «Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь».	октябрь,	
7.	Оборудование и инвентарь для занятий акробатикой, правила использования.	в течении года	
8.	Беседа с родителями по результатам занятий.	1раз в квартал	
9.	Проведение медицинского осмотра детей	октябрь, март	
10.	Принимать участие в физкультурно-массовых мероприятиях города.	в течении года	
11.	Принимать участие в общественно- полезных мероприятиях.	в течении года	
12.	Принимать участие в соревнованиях клуба.	по календарному плану	
13.	Беседа: «Пропаганда антитеррористической деятельности»	март	
14.	Патриотическое воспитание	в течении года	
15.	Родительские собрания	сентябрь, декабрь, май	