

**Содержание**

[1. Комплекс основных характеристик программы 3](#_Toc115363892)

[1.1. Пояснительная записка 3](#_Toc115363893)

[1.2. Цель и задачи программы 6](#_Toc115363894)

[1.3. Планируемые результаты освоения программы 7](#_Toc115363895)

[1.4. Учебно-тематический план 9](#_Toc115363896)

[1.5. Содержание учебно-тематического плана 11](#_Toc115363897)

[2. Комплекс организационно-педагогических условий 15](#_Toc115363898)

[2.1. Календарный учебный график 15](#_Toc115363899)

[2.2. Формы аттестации/контроля 26](#_Toc115363900)

[2.3. Оценочные материалы 26](#_Toc115363901)

[2.4. Методическое обеспечение программы 27](#_Toc115363902)

[2.5. Условия реализации программы 28](#_Toc115363903)

[2.6. Воспитательный компонент 30](#_Toc115363904)

[3. Список литературы 33](#_Toc115363905)

# КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## **Пояснительная записка**

**Нормативно-правовое обеспечение программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подготовка юных баскетболистов» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации МБОУ СШ №31;

Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МБОУ СШ №31*;*

Положение о порядке проведения входного, текущего контроля, итогового контроля освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в МБОУ СШ №31.

**Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:**

Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Методические рекомендации от 20 марта 2020г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в МБОУ СШ №31*.*

**Направленность (профиль):** физкультурно-спортивная

**Актуальность программы:**

Актуальность программы состоит в том, что она способствует формированию социально-активной личности, ориентированной на самоутверждение и самореализацию. Кроме того, содержание программы может способствовать профессиональному самоопределению, так как изучаемые темы дают знания и умения, а также позволяют сформировать навыки организаторской деятельности и лидерских способностей учащихся.   
Сегодня как никогда остро стоит проблема приобщения подрастающего поколения к ведению здорового образа жизни и спорту, в частности баскетболу. Баскетбол, как и другие виды спорта не только способствует решению обозначенной актуальной проблемы, но и рационально содействует физическому развитию социально активных личностей. Баскетбол занимает одно из приоритетных мест в физическом воспитании школьников, благодаря своей воспитательной, оздоровительной, образовательной направленности среди других видов спортивной деятельности. Исследования, проведенные в последние годы, убедительно показали его большое значение, как здоровье формирующей функции, обеспечивающий эффективное развитие основных двигательных и координационных способностей, доступные формы реализации физической активности, индивидуально приемлемо для каждого человека.

**Отличительные особенности программы**:

В данной образовательной программе отражены основные принципы обучения и спортивной подготовки детей. Программа адаптирована к условиям работы в данном образовательном учреждении и имеет некоторые особенности.   
Во-первых, предварительного отбора для занятий не проводится, но обязательно наличие у подростка соответствующего уровня технической и физической подготовки, медицинского заключения.   
Во-вторых, занятия разрабатываются с учетом следующих критериев: возраст,   
пол, антропометрические признаки, уровень физического развития, уровень технической подготовленности, игровое амплуа. При подготовке особое внимание уделяется работе с высокорослыми юными баскетболистами – юношами и девушками, учитывая особенности девушек – их склонность к более выраженному приросту массы тела, быстрое ослабление внимания при физической нагрузке и недостаточный уровень физической работоспособности. Кроме того в целях закаливания и оздоровления детей предусмотрено проведение занятий (как целиком так и частично) на открытом воздухе в течение всего периода подготовки.   
В-третьих, в связи с отсутствием спортивного отбора в группы, снижены нормативные требования по разделам подготовки и требования к выполнению спортивных разрядов.

**Новизна программы**:

Новизна данной образовательной программы заключается в том, что она ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности, помогает реализовать возможности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков. А так же в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов. Она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

**Адресат программы****:**

Программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 12-15 лет.

Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

**Уровень освоения программы**: стартовый

**Наполняемость группы**: 15 чел

**Объем программы:** 144 часа

**Срок освоения программы**: 1 год

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа с одной группой

**Форма реализации:** теоретическое,практическое, комбинированное, целостно – игровое, соревновательное, контрольное. По способу коммуникации - лекция, просмотр фильмов,  мастер-класс, практикум, практические и творческие задания, иллюстративные упражнения, направленные на формирование знаний учащихся.

**Форма(ы) обучения**: очная

**Особенности организации образовательного процесса:**

При реализации программы используются в основном групповая форма с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, фронтальная, подгрупповая, поточная. Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

## **Цель и задачи программы**

**Цель программы:** Содействие всестороннему физическому развитию, совершенствованию двигательных и морально-волевых качеств, с учётом индивидуальных возможностей, развитию физических, личностных качеств занимающихся через обучение баскетболу, как вида спорта.

**Задачи программы**:

Образовательные:

- формировать знания об истории развития баскетбола в мире, в России,   
в своем регионе;   
- формировать знания о роли физической культуры и спорта в жизни   
человека и их месте в современном обществе;   
- формировать знания по основам гигиены, правилам закаливания, режиму дня;   
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при   
самостоятельных занятиях игровыми видами спорта;   
- формировать знания об охране труда и безопасности поведения на объектах спорта и на занятиях по виду спорта – баскетбол;   
- обучить техническим и тактическим действиям;   
- изучить общефизические и специальные упражнения;   
- овладеть приемами аутотренинга и самоконтроля;   
- овладеть двигательными умениями и навыками;   
- овладеть правилами судейства соревнований;

Развивающие:

- формировать познавательную активность;   
- развить кондиционные и координационные способности;   
- приобрести соревновательный опыт;   
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни;   
- формировать социальную активность (капитан команды, старший в группе, судья, инструктор).

Воспитательные:

- формировать интерес к занятиям;   
- формировать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;   
- формировать самостоятельность, настойчивость, выдержку, самообладание;   
- формировать чувство ответственности, дисциплинированность, уважение к окружающим;   
- формировать коммуникативные навыки.

## **Планируемые результаты освоения программы**

**Предметные образовательные результаты:**

Сформировано умение: выполнять технические и тактические действия в игре; выполнять общефизические и специальные упражнения; играть по упрощённым и основным правилам баскетбола.   
К окончанию учебной программы учащиеся будут знать:   
- историю развития баскетбола в мире, в России, в своем регионе;   
- роль физической культуры и спорта в жизни человека и их месте в современном обществе;   
- основы гигиены, правила закаливания, режим дня;   
- приемы самоконтроля и первой мед. помощи;   
- строение и функции организма человека, влияние физических упражнений на организм занимающихся;   
- физиологические основы спортивной тренировки;   
- понятия общей и специальной физической подготовки.   
- правила судейства соревнований.

**Метапредметные результаты:**

Сформировано умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;   
Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;   
Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результат;   
Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;

В области познавательной культуры:   
Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;   
Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;   
В области нравственной культуры:   
Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;   
Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;

В области трудовой культуры:   
 Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;   
Приобретение умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать место занятий и их безопасность;

В области эстетичной культуры:   
Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;   
Понимание культуры движения человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками;

В области коммуникативной культуры:   
 Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;   
Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;

В области физической культуры:   
Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержаниям;   
Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;

**Личностные результаты:**

Сформированы личностные качества:   
 - выдержка и самообладание, взаимная требовательность, заинтересованность в совместной деятельности;   
- уважительное отношение друг к другу;   
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении   
поставленных целей.

## **Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела/темы** | **Количество часов** | | | **Формы**  **контроля** |
| Всего | Теория | Практика |
| **1.** | **Раздел 1. Основы теоретических знаний** | **8** | **8** |  |  |
| 1.1. | Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.2. | Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.3. | Гигиена, закаливание, режим баскетболиста. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.4. | Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинскаяпомощь. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.5. | Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.6. | Охрана труда и техника безопасности. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.7. | Морально-волевая и психологическая подготовка. |  | 1 |  | Устный опрос |
| 1.8. | Оборудование и инвентарь. |  | 1 |  | Устный опрос |
| **2.** | **Раздел 2. Техническая подготовка** | **24** | **1** | **23** | Текущий контроль, Самоанализ. Оценка выполнения заданий учащимися  Коллективный анализ |
| 2.1. | Понятие техники.Техника и методика её совершенствования. |  | 1 |  |
| 2.2. | Стойка игрока, передвижения. |  |  | 4 |
| 2.3. | Ведение мяча. |  |  | 4 |
| 2.4. | Ловля и передачи мяча. |  |  | 4 |
| 2.5. | Броски мяча. |  |  | 4 |
| 2.6. | Овладение мячом и противодействия (вырывание, выбивание, перехват, накрывание, взятие отскока). |  |  | 4 |
| 2.7. | Обманные действия (финты). |  |  | 3 |
| **3.** | **Раздел 3. Тактическая подготовка в нападении** | **30** | **1** | **29** |
| 3.1. | Связь тактических действий с физическими и анатомическими данными занимающихся |  | 1 |  |
| 3.2. | Индивидуальные тактические действия в нападении. |  |  | 5 |
| 3.3. | Взаимодействие двух игроков в нападении. |  |  | 6 |
| 3.4. | Взаимодействие трёх игроков в нападении. |  |  | 6 |
| 3.5. | Командные действия в нападении. |  |  | 6 |
| 3.6. | Групповые действия в нападении. |  |  | 6 |
| 4. | **Раздел 4. Тактическая подготовка в защите** | **30** | **1** | **29** |  |
| 4.1. | Основная цель игры в защите. |  | 1 |  |  |
| 4.2. | Индивидуальные тактические действия в защите. |  |  | 5 | Текущий контроль, Самоанализ. Оценка выполнения заданий учащимися  Коллективный анализ |
| 4.3. | Взаимодействие двух игроков в защите. |  |  | 6 |
| 4.4. | Взаимодействия трёх игроков в защите. |  |  | 6 |
| 4.5. | Концентрированная и рассредоточенная защита. |  |  | 6 |
| 4.6. | Групповые действия в защите. |  |  | 6 |
| **5.** | **Раздел 5. Общая физическая подготовка (ОФП)** | **15** | **1** | **14** | Контрольные испытания (нормативы), тестирования |
| 5.1. | Понятие ОФП, её задача. |  | 1 |  |
| 5.2. | Освоение навыков ОФП. |  |  | 14 |
| **6.** | **Раздел 6. Специальная физическая подготовка** | **15** | **1** | **14** | Контрольные испытания (нормативы), тестирования |
| 6.1. | Понятие СФП, её задача. |  | 1 |  |
| 6.2. | Освоение навыков СФП. |  |  | 14 |
| **7.** | **Раздел 7. Игровая подготовка** | **22** | **1** | **21** | Результаты учебных игр, турниров и соревнований  Коллективный анализ |
| 7.1. | Основные правила игры. Судейство. |  | 1 |  |
| 7.1. | Учебно-тренировочные игры 1х1, 2х2, 3х3 на одно кольцо. Учебные игры 3х3, 5х5 по упрощённым и основным правилам (турниры, соревнования). |  |  | 21 |
|  |  | **144** | **14** | **130** |  |

## **Содержание учебно-тематического плана**

**Раздел 1. Основы теоретических знаний.**

**Тема 1.1. Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.**

**Теория:** Физические упражнения, как средство укрепления здоровья. Физические упражнения, как средство развития физических качеств (силы, скорости, ловкости, выносливости).

**Тема 1.2. Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы.**  **Теория:** Развитие баскетбола в России и его состояние. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях. Характеристика баскетбола, оздоровительное, прикладное развивающее, воспитательное. Разрядные нормы и требования спортивной классификации по баскетболу.

**Тема 1.3. Гигиена, закаливание, режим баскетболиста.**

**Теория:** Гигиена физических упражнений, ее значение, основная задача и требования. Режим питания, питьевой режим во время тренировки и соревнований. Значение белков, углеводов, жиров, минеральных солей и витаминов в питании спортсмена.

**Тема 1.4. Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинская помощь.**

**Теория:** Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями. Дневник самоконтроля, его содержание и порядок ведения. Первая медицинская помощь при ушибах, рассечении, вывихах, переломах, растяжениях, кровотечениях. Основы спортивного массажа: Общее понятие о массаже. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, встряхивание). Массаж перед тренировкой и соревнованием, во время соревнований и после соревнований.

**Тема 1.5. Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.**

**Теория:** Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Опорно-двигательный аппарат и мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о кровообращении: сердце и сосуды. Дыхание и газообмен, легкие, значение дыхания для организма. Органы пищеварения и обмен веществ. Органы выделения (кишечник, почки, легкие, кожа). Центральная нервная система, ее роль в деятельности организма. Совершенствование функций мышечной системы, аппарата дыхания и кровообращения, нервной системы под воздействием физических упражнений и занятий баскетболом в частности.

**Тема 1.6. Охрана труда и техника безопасности.**

**Теория:** Предупреждение травматизма на тренировках и соревнованиях по баскетболу. Инструкция по охране труда при занятиях баскетболом. Правила пожарной безопасности при проведении занятий с учащимися. Физиологические основы спортивной тренировки. Понятие спортивной тренировки. Роль спортивной тренировки в достижении спортивных результатов.

**Тема 1.7. Морально-волевая и психологическая подготовка.**

**Теория:** Понятие морали, этика, облик спортсмена, формирование этических норм поведения.Способы владения эмоциями, аутотренинг. Обучение психологическим установкам на победу. Значение и развитие волевых качеств для повышения спортивного мастерства баскетболиста.

**Тема 1.8. Оборудование и инвентарь.**

**Теория:** Виды и предназначение, его конструкция, условия и сроки эксплуатации. Уход за инвентарем и оборудованием.

**Раздел 2. Техническая подготовка.**

**Тема: 2.1.** Понятие техники.Техника и методика её совершенствования.

**Теория:** Методика совершенствования техники. Связь тактических действий с физическими и анатомическими данными занимающихся.

**Практика: Техника нападения. С**тойка игрока, передвижения, броски мяча: бросок одной и двумя руками сверху с места и в движении; броски одной, одной и двумя руками снизу с места и в движении; бросок одной и двумя руками в прыжке; бросок сверху крюком; добивание двумя руками сверху; броски с пассивным и активным сопротивлением защитника, ловля при поступательном движении и передача мяча одной от плеча, двумя руками от головы, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведение мяча с переводом на другую руку; с пассивным и активным сопротивлением защитника, обманные действия: финт на рывок; финт на бросок; финт на проход.

**Техника защиты.** Передвижения в стойке, рывок, ускорение; вырывание и выбивание мяча, перехват мяча, овладение мячом и противодействия: накрывание мяча спереди при броске; взятие отскока.

**Раздел 3. Тактическая подготовка в нападении**

**Тема: 3.1.** Тактика нападения, методика её совершенствования.

**Теория:** Связь тактических действий с физическими и анатомическими данными занимающихся.

**Практика:** Индивидуальная тактика нападения: против 1, 2 защитников, взаимодействие двух игроков: заслон, наведение, пересечение; взаимодействие трёх игроков: тройка; малая восьмёрка; групповые действия: скрестный выход, сдвоенный заслон, наведение на двух игроков; командные действия: система эшелонированного прорыва.

**Раздел 4. Тактическая подготовка в защите**

**Тема: 4.1.** Тактика защиты, методика её совершенствования.

**Теория:** Основная цель игры в защите.

**Практика.** Индивидуальная тактика защиты: против 1, 2 нападающих; взаимодействия трёх игроков: против тройки, против малой восьмёрки; Концентрированная и рассредоточенная защита: система личной защиты (прессинг); система зонной защиты. Групповые действия: против скрестного выхода, против сдвоенного заслона, против наведения на двух игроков, система смешанной защиты.

**Раздел 5 . Общая физическая подготовка (ОФП).**

**Тема 5.1.** Понятие ОФП, её задача.

**Теория:** Основная задача ОФП: укрепление здоровья занимающихся, общее физическое развитие, укрепление костно-связочного аппарата, развитие мышечной системы, развитие основных физических качеств (силы, ловкости, скорости, выносливости). Средства ОФП должны составлять неотъемлемую часть каждого занятия и всех периодов тренировки. Подбор, содержание и дозировка упражнений зависят от уровня физического развития занимающихся, задач тренировки, возраста занимающихся и наличия материальной базы.

**Практика:** Освоение навыков общей физической подготовки:легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метание; упражнения спортивной гимнастики: подтягивание, отжимание, махи, раскачивание; упражнения акробатики: кувырки, прыжки, перевороты, стойки и т.д.; элементы игровых видов спорта: футбол, волейбол, гандбол, н/теннис; элементы тяжелоатлетических упражнений: жим, толчок, присед, поднятие и перенос тяжестей; подвижные игры; полоса препятствий; контрольные испытания.

**Раздел 6. Специальная физическая подготовка (СФП).**

**Тема 6.1.** Понятие СФП, её задача.

**Теория:** Развитие специальных физических качеств, необходимых в той или иной физической деятельности. Связь СФП с технической и тактической подготовкой баскетболиста.

**Практика: Уп**ражнения, способствующие развитию скоростно-силовых качеств баскетболиста. Упражнения, способствующие развитию специально скоростных качеств баскетболиста. Упражнения, способствующие развитию специальной ловкости баскетболиста. Упражнения, способствующие развитию специальной выносливости баскетболиста. Уражнения, способствующие развитию координационных способностей.

**Раздел 7. Игровая подготовка.**

**Тема:** Игра в баскетбол.

**Теория:** Основные правила игры. Судейство.

**Практика:** Учебно-тренировочные игры 1х1, 2х2, 3х3 на одно кольцо. Учебные игры 3х3, 5х5 по упрощённым и основным правилам. Турниры, соревнования.

# КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

## **Календарный учебный график**

**Место проведения: спорт. зал МБОУ СШ №31**

**Время проведения занятий:**

**Год обучения: 2023-2024**

**Количество учебных недель: 36**

**Количество учебных дней: 180**

**Сроки учебных периодов: 1 полугодие – с 01.09.2023г. по 30.12.2023г.;**

**2 полугодие – 08.01.2024г. по 31.05.2024г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Форма занятия** | **Форма контроля** | **Месяц** | **Примечание** |
| 1 | Вводное занятие. Охрана труда и техника безопасности. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 2 | Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. | 1 | Теоретическое занятие (беседа) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 3 | Физическая культура, как составная часть физической культуры, одного из важных средств воспитания. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 4 | Стойка игрока, передвижения. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | сентябрь |  |
| 5 | Понятие техники.Техника и методика её совершенствования. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 6 | Стойка игрока, передвижения. | 1 | Практическое | Текущий контроль | сентябрь |  |
| 7 | Оборудование и инвентарь. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 8 | Ведение мяча. | 1 | Практическое Теоретическое занятие (лекция) | Текущий контроль | сентябрь |  |
| 9 | Стойка игрока, передвижения. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | сентябрь |  |
| 10 | Ведение мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | сентябрь |  |
| 11 | Общая физическая подготовка (ОФП). Понятия ОФП, её задача. | 1 | Практическое занятие | Устный опрос | сентябрь |  |
| 12 | Освоение навыков общей физической подготовки. Входная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | сентябрь |  |
| 13 | Освоение навыков общей физической подготовки. Входная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | сентябрь |  |
| 14 | Ловля и передача мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | сентябрь |  |
| 15 | Освоение навыков общей физической подготовки. Входная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | сентябрь |  |
| 16 | Специальная физическая подготовка (СФП). Понятие СФП. | 1 | Теоретическое занятие (беседа) | Устный опрос | сентябрь |  |
| 17 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Входная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | октябрь |  |
| 18 | Ловля и передачи мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 19 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Входная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | октябрь |  |
| 20 | Стойка игрока, передвижения. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 21 | Ведение мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 22 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | октябрь |  |
| 23 | Ловля и передачи мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль. Самоанализ. | октябрь |  |
| 24 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная 5х5 игра по упрощённым правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль. Самоанализ. | октябрь |  |
| 25 | Броски мяча. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | октябрь |  |
| 26 | Освоение навыков общей физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 27 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 3х3 на одно кольцо. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 28 | Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинская помощь. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | октябрь |  |
| 29 | Ведение мяча. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | октябрь |  |
| 30 | Броски мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 31 | Ловля и передачи мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 32 | Овладение мячом и противодействия (вырывание, выбивание). | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | октябрь |  |
| 33 | Броски мяча. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 34 | Обманные действия (финты). | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | ноябрь |  |
| 35 | Броски мяча. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | ноябрь |  |
| 36 | Обманные действия (финты). | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Текущий контроль | ноябрь |  |
| 37 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | ноябрь |  |
| 38 | Обманные действия (финты). | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 39 | Освоение навыков общей физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | ноябрь |  |
| 40 | Овладение мячом и противодействия (вырывание, выбивание). | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 41 | Овладение мячом и противодействия (перехват, взятие отскока). | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 42 | Освоение навыков общей физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 43 | Связь тактических действий с физическими и анатомическими данными занимающихся. | 1 | Теоретическое занятие (лекция, беседа) | Устный опрос | ноябрь |  |
| 44 | Индивидуальные тактические действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 45 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по упрощённым правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | ноябрь |  |
| 46 | Освоение навыков общей физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | ноябрь |  |
| 47 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Коллективный анализ | ноябрь |  |
| 48 | Индивидуальные тактические действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | ноябрь |  |
| 49 | Основная цель игры в защите. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | декабрь |  |
| 50 | Индивидуальные тактические действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | декабрь |  |
| 51 | Индивидуальные тактические действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Оценка выполнения | декабрь |  |
| 52 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по упрощённым правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 53 | Индивидуальные тактические действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 54 | Индивидуальные тактические действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 55 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 56 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 57 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 3х3; 5х5 с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Коллективный анализ | декабрь |  |
| 58 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 59 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 60 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 61 | Индивидуальные тактические действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 62 | Индивидуальные тактические действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | декабрь |  |
| 63 | Основные правила игры. Судейство. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | декабрь |  |
| 64 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Самоанализ. Текущий контроль | декабрь |  |
| 65 | Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | январь |  |
| 66 | Освоение навыков общей физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 67 | Индивидуальные тактические действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 68 | Индивидуальные тактические действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 69 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 70 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 71 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 72 | Освоение навыков общей физической подготовки. Промежуточная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | январь |  |
| 73 | Овладение мячом и противодействия (перехват, взятие отскока). | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 74 | Освоение навыков общей физической подготовки. Промежуточная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | январь |  |
| 75 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 76 | Освоение навыков общей физической подготовки. Промежуточная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | январь |  |
| 77 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 78 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | январь |  |
| 79 | Морально-волевая и психологическая подготовка. | 1 | Теоретическое занятие (лекция) | Устный опрос | январь |  |
| 80 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Промежуточная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | январь |  |
| 81 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 82 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Промежуточная диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | февраль |  |
| 83 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 84 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 3х3 с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 85 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 86 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 87 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 88 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 89 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 90 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 91 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 92 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 93 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 94 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 95 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 96 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | февраль |  |
| 97 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 98 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 99 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 100 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 101 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 102 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 103 | Концентрированная и рассредоточенная защита. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 104 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 105 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 106 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 107 | Взаимодействие двух игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 108 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 109 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 110 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Коллективный анализ | март |  |
| 111 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 112 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | март |  |
| 113 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 114 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 115 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Коллективный анализ | апрель |  |
| 116 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 117 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 118 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 119 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 120 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 121 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 122 | Освоение навыков общей физической подготовки. Итоговая диагностика. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 123 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 124 | Освоение навыков общей физической подготовки. Итоговая диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | апрель |  |
| 125 | Взаимодействие трёх игроков в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 126 | Взаимодействие трёх игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 127 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | апрель |  |
| 128 | Освоение навыков общей физической подготовки. Итоговая диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | апрель |  |
| 129 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 130 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Итоговая диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | май |  |
| 131 | Освоение навыков специальной физической подготовки. Итоговая диагностика. | 1 | Практическое занятие | Контроль результата | май |  |
| 132 | Командные действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 133 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 134 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 135 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 136 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 137 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 138 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра с заданиями. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 139 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 140 | Взаимодействие двух игроков в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 141 | Групповые действия в нападении. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 142 | Групповые действия в защите. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 143 | Освоение навыков специальной физической подготовки. | 1 | Практическое занятие | Текущий контроль | май |  |
| 144 | Игровая подготовка: учебно-тренировочная игра 5х5 по основным правилам. | 1 | Практическое занятие | Коллективный анализ | май |  |

## **Формы аттестации/контроля**

**Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов*:***

Соревнования и турниры, сдача нормативов.

**Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:**

Наблюдение, беседа, опросы, анкетирование, портфолио.

**Особенности организацииаттестации/контроля:**

В начале учебного года, после первого полугодия, в конце учебного года проводятся контрольные испытания для определения уровня общей и специальной подготовки, результаты которого заносятся в журнал для контрольных нормативов обучающихся. Фиксируется также участие и занятое место на соревнованиях.  
 Программа предполагает проведение входной, промежуточной и итоговой диагностики. Входная, промежуточная и итоговая диагностики проводятся с использованием одного и того же аналитико-диагностического инструментария (за исключением теоретических знаний), что допустимо цикличностью построения образовательного процесса.

## **Оценочные материалы**

Диагностика результатов реализации программы происходит в ходе наблюдения за деятельностью учащихся, участие в соревнованиях. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке) представлены в виде таблицы (см. табл. № 1)

Таблица № 1

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды испытаний** | **Уровень** | | | | | |
| **Мальчики** | | | **Девочки** | | |
| **высокий** | **средний** | **низкий** | **высокий** | **средний** | **низкий** |
| **1** | Бег 30 м с высокого старта, сек | 4,7 | 5,3 | 5,8 | 4,9 | 5,6 | 6,1 |
| **2** | 6-минутный бег, м | 1450 | 1300 | 1050 | 1250 | 1150 | 900 |
| **3** | Челночный бег 3x10 м | 8,0 | 8,3 | 8,8 | 8,6 | 9,0 | 9,6 |
| **4** | Прыжки в длину с места, см | 215 | 200 | 170 | 200 | 180 | 155 |
| **5** | Наклон вперёд из положения стоя, см | 11 | 9 | 3 | 20 | 14 | 7 |
| **6** | Подтягивание на перекладине из виса (мальчики); из виса лёжа на низкой (девочки) | 10 | 8 | 4 | 17 | 13 | 5 |
| **7** | Ведение  мяча с  обводкой  стоек  (через 3 м). Отрезок  15 м. туда и обратно | 7,8 | 8,1 | 8,4 | 8,0 | 8,4 | 8,7 |
| **8** | Штрафной  бросок  (из 10 бросков). | 6 | 5 | 4 | 6 | 5 | 4 |
| **9** | Бросок  в  кольцо  после ведения мяча на 2 шага  (из 10 попыток). | 8 | 7 | 6 | 8 | 7 | 6 |
| **10** | Передача  мяча в  стенку с 3м и ловля  после отскока за 30  сек (количество раз). | 22 | 20 | 18 | 20 | 18 | 16 |

## **Методическое обеспечение программы**

**Методические материалы**: Обеспечение программы методическими видами продукции (разработки игр, бесед, походов, экскурсий, конкурсов, конференций и т.д.).

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фото и видео-медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

Дидактические материалы:

- картотека упражнений по баскетболу.

- схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе;

- правила игры в баскетбол;

- Правила судейства в баскетболе.

- регламент проведения баскетбольных турниров различных уровней;

- положение о соревнованиях по баскетболу.

Лекционный материал:

1. Ганиева Ф.В., Исматуллаев Х.А. Методы и средства воспитания физических качеств в баскетболе. Метод. рекомендации. Т., 1996

2. Официальные правила игры баскетбола. Т., 2001

3. Портнов Ю.М. Спортивные игры и методика преподавания. М., ФиС, 1986

4. Портнов Ю.М. Баскетбол. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1988

5. Семашко Н.В. Баскетбол. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976

6. Соколова Н.Д. Упражнения, применяемые при обучении передачи мяча в баскетболе. Метод. рекомендации. Т., 1993

Методические рекомендации:

- рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры;

- рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом;

- рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу;

- инструкции по охране труда.

**Методики и технологии:** используются методиндивидуализации, игрового и группового обучения. Здоровьесберегающие технологии, технология педагогического общения, компьютерные (информационные технологии).

**Краткое описание работы с методическими материалами**:

Методические материалы программы направлены на развитие физических способностей обучающихся, формирование у них основ знаний для сознательного выбора и получения профессии, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, гарантирующих охрану и укрепление здоровья, формирование основ общей культуры, гражданских, эстетических и нравственных качеств, организацию досуга и отдыха детей и молодежи.

## **Условия реализации программы**

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 15 чел и отвечающего правилам СанПин;

- наличие спортивного инвентаря, соответствующих возрастным особенностям обучающихся;

- шкафы стеллажи для оборудования;

- наличие необходимого оборудования согласно списку;

- наличие учебно-методической базы: научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

**Материально-техническое обеспечение** **программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Количество** | **Область применения** |
| Спортивный зал с разметкой для баскетбола | 1 шт. | Используется для проведения практических занятий. |
| Щит баскетбольный с кольцом и сеткой | 2 шт. | Используется для проведения практических занятий, отработки элементов техники и игровых навыков. |
| Мяч баскетбольный №6 | 15 шт. | Используется для проведения практических занятий, отработки элементов техники и игровых навыков. |
| Мяч баскетбольный №7 | 15 шт. | Используется для проведения практических занятий, отработки элементов техники и игровых навыков. |
| Конус сигнальный | 10 шт. | Используется для проведения практических занятий, для отработки техники дриблинга и развития координационных способностей. |
| Набивные мячи 1кг, 2кг, 3кг | 6 шт. | Используется для проведения практических занятий на развитие силовых и скоростно-силовых способностей. |
| Гантели 500г, 1кг, 2кг | 6 шт. | Используется для проведения практических занятий на развитие силовых способностей. |
| Скакалка гимнастическая | 15 шт. | Используется для проведения практических занятий на развитие скоростных и скоростно-силовых способностей |
| Скамья гимнастическая | 5 шт. | Используется для проведения практических занятий на развитие силовых и скоростно-силовых способностей. |
| Маты гимнастические | 5 шт. | Используется для проведения практических занятий на развития силовых и скоростно- силовых способностей. |
| Стенка гимнастическая | 5 шт. | Используется для проведения практических занятий и отработки элементов техники |
| Свисток | 2 шт. | Используется для подачи определённого сигнала при проведении практических занятий и судействе игр. |
| Секундомер | 2 шт. | Используется для измерения интервала времени при проведения практических занятий и судействе игр. |
| Форма баскетбольная | 2 компл. | Используется для проведения практических занятий и выступления на соревнованиях. |

**Информационное обеспечение** **программы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Ссылка** | **Область применения** |
| Сайт «New Basket» | <https://newbasket.ru/> | Используется для поиска необходимой информации по темам занятий |
| Официальный сайт Федерации баскетбола Российской Федерации | <http://russiabasket.ru> | Используется для поиска необходимой информации по статистике игр и новостей |
| Литература. Российская Федерация Баскетбола | <https://russiabasket.ru/downloadbooks> | Используется для поиска необходимой информации по темам занятий |
| Видео-урок «Точность бросков». | <https://www.youtube.com/watch?v=cJX6RgLDVN8> | Используется для поиска необходимой информации по темам занятий |
| Цифровой образовательный ресурс «Открытый класс». Физическая культура. | <http://www.openclass.ru/sub/> | Используется для поиска необходимой информации по темам занятий |

**Кадровое обеспечение программы:**

Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

## **Воспитательный компонент**

**Цель воспитательной работы**

Содействие всестороннему физическому развитию, совершенствованию двигательных и морально-волевых качеств, с учётом индивидуальных возможностей, развитию физических, личностных качеств занимающихся через обучение баскетболу, как вида спорта.

**Задачи воспитательной работы**

Способствовать развитию интереса к занятиям;   
 - воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;   
 - воспитать самостоятельность, настойчивость, выдержку, самообладание;   
 - воспитать чувство ответственности, дисциплинированность, уважение к окружающим;   
 - воспитать коммуникативные навыки.

**Приоритетные направления воспитательной деятельности**

Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей, воспитание положительного отношения к труду и творчеству, здоровьесберегающее воспитание, социокультурное и медиакультурное воспитание, культурологическое и эстетическое воспитание, правовое воспитание и культура безопасности учащихся, экологическое воспитание, профориентационное воспитание

**Формы воспитательной работы**

Беседа, лекция, дискуссия, экскурсия, викторина, фестиваль, спортивная игра.

**Методы воспитательной работы**

Рассказ, беседа, лекция, дискуссия, диспут, пример, упражнение, приучение, поручение, требование, создание воспитывающих ситуаций, соревнование, игра, поощрение, наказание, наблюдение, анкетирование, тестирование, анализ результатов деятельности.

**Планируемые результаты воспитательной работы**

Сформированы личностные качества:   
 - выдержка и самообладание, взаимная требовательность, заинтересованность в совместной деятельности;   
- уважительное отношение друг к другу;   
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении   
поставленных целей.

**Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название мероприятия** | **Задачи** | **Форма проведения** | **Сроки проведения** |
| 1 | «Условия для поддержания стабильного  здоровья учащихся»;  «Режим, гигиена, спорт»;  «Питание спортсмена». | Формирование здорового образа жизни | Дистанционная | сентябрь |
| 2 | «Сохранение и укрепление здоровья;  формирование культуры здорового образа  жизни». | Формирование здорового образа жизни | Беседа | сентябрь |
| 3 | Просмотр видео-файлов международных и всероссийских  соревнований по баскетболу,  (запись информации на электронные носители) | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей. | Дистанционная | январь-февраль |
| 4 | Постановка и проведение «Новогодних  спортивных праздников» и показательных  выступлений для родителей, посвященных Новогодним  праздникам. | Формирование выдержки и самообладание, взаимной требовательности, заинтересованности в совместной деятельности | Соревнования | декабрь-январь |
| 5 | «Правила поведения в общественных местах» | Формирование дисциплинированности, уважения к окружающим. | Беседа | октябрь |
| 6 | Просмотр тренировок, выступлений на матчах лучших спортсменов  г. Ульяновска и Ульяновской области | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей. | Экскурсия | Согласно графику проведения мероприятий |
| 7 | Участие в подготовке и проведении спортивно-  массовых мероприятий, посвященных памятным  датам и праздничным датам России. | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. | Соревнования | сентябрь-май |
| 8 | Участие в соревнованиях ШБЛ Всероссийского проекта «КЭС- БАСКЕТ», «ЛОКО-БАСКЕТ». | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. | Соревнования | ноябрь-февраль |
| 9 | Участие в соревнованиях ШСЛ Ульяновской области. | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. | Соревнования | декабрь-март |
| 10 | Совместные учебно-тренировочные занятия с воспитанниками ДЮСШ г. Ульяновска | Формирование трудолюбия и упорства в достижении  поставленных целей, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. | Спортивная игра | сентябрь-май |

**3. Список литературы**

**для педагога:**

1. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов / В.З. Бабушкин – Киев, 1985.   
2. Башкин С. Г. Уроки по баскетболу / С. Г. Башкин – М.: Физкультура и спорт, 1996.   
3. Бондарь А. Н. Учись играть в баскетбол / А. Н. Бондарь – Минск, 1986.   
4. Гомельский А. Я. Баскетбол: секреты мастерства / А. Я. Гомельский – М., 2002.   
5. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский – М., 2002.   
6. Данченко П. И. Баскетбол юным / П. И. Данченко – Ташкент, 1989.   
7. Данченко П. И. Тренажёрные технические средства подготовки и контроля в баскетболе / П. И. Данченко – Т.: 1984.   
8. Дрюэт Д. Баскетбол / Д. Дрюэт – М., 2002.   
9. Железняк Ю. Д. Педагогическое физкультурно – спортивное совершенствование: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / Ю. Д. Железняк – М.: 2002.   
10. Князева Н. А. 500 упражнений и игр для физического развития детей / Н. А. Князева – Курск, 2000.   
11. Конеева Е.В. Спортивные игры / Е.В. Конеева – Калининград, 2001.   
12. Конеева Е.В. Спортивные игры: правила, техника, тактика / Е.В. Конеева - Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 2004.   
13. Левин В. М. Баскетбол. Упражнения для совершенствования навыка владения мячом / В. М. Левин – Физ. культура в школе, 1983.   
14. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания 1 – 11 классы / В. И. Лях – М.: Просвещение – 2008.   
15. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников / В. И. Лях – М.: Просвещение, 1998.   
16. Николич А. Отбор в баскетболе / А. Николич – М.: Физкультура и Спорт, 1984.   
17. Овчинников В. П. Повышение эффективности игровых действий баскетболистов в защите зонным прессингом / В. П. Овчинников – Дисс. канд. пед. наук. – СПб., 1993.   
18. Овчинников В. П. Совершенствование игровых действий в защите студенческих команд по баскетболу / В. П. Овчинников – Метод. рекомендации / РГПУ им. А, И, Герцена. СПб., 1995.   
19. Пельменев В.К. Совершенствование точности бросков в баскетболе / В.К. Пельменев – Калининград, 2001.   
20. Портнов Ю.М. Баскетбол / Ю.М. Портнов – М.: Просвещение - 1997.   
21. Портнов Ю. М. Баскетбол / Ю. М. Портнов – М.: Физкультура и спорт, 1988.   
   
22. Ильинич В. И. Физическая культура студента / В. И Ильинич – М.: 2000.   
23. Киселёв П. А. Справочник учителя физической культуры / П. А. Киселёв – Волгоград: Учитель, 2009.   
24. Клименко В. В. Психомоторные способности юного спортсмена / В. В. Клименко – М.: Физкультура и спорт, 1975.   
25. Линденберг Ф. Баскетбол: игра и обучение / Ф. Линденберг – М.: Физкультура и спорт, 1971.

**для обучающихся:**

1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин – М.: Физкультура и спорт, 1978.   
2. Гомельский А. Я. 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский – М.: Физкультура и спорт, 1997.   
3. Джон Р. Вуден. Современный баскетбол / Джон Р. Вуден – М.: Физкультура и спорт, 1987.   
4. Дворник Л. С. Использование отягощений на тренировках / Л. С. Дворник – М.: Физкультура и спорт, 1995.   
5. Жбанков О. В. Развитие прыгучести у баскетболистов / О. В. Жбанков – М.: Физкультура и спорт, 1995.   
6. Коджаспиров Ю. Г. Развивающие игры на уроках физической культуры / Ю. Г. Коджаспиров – М.: Дрофа,2004.   
7. Кудряшов В. А. Физическая подготовка юных баскетболистов / В. А. Кудряшов – Минск, 1980.   
8. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! \_ М.:Просвещение. 2004   
9. Лях В.И., Физическая культура: 8-9, 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2016   
10. Официальные правила баскетбола для мужчин и женщин 2000 г. – М.: 2000.   
11. Пьязин А. И. Группы упражнений для развития скоростно – силовых качеств / А.И. Пьязин – М.: Физкультура и спорт,1995.   
12. Суслов Ф. Л. Современная система спортивной подготовки / Ф. Л. Суслов – М.: Физкультура и спорт,1995.

**для родителей (законных представителей):**

1. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том   
Финнеган: АСТ, Астрель, 2006г. - 211, [13] с.: с илл.   
   
2. Гомельский Е.Я. Энциклопедия баскетбола Гранд Фаир 2002 г.   
   
3. Гомельский Е. Я. Материал газеты «Спорт в школе», «Баскетбольная секция в школе» 2008 г.

**Информация для карточки в Навигаторе**

**Полное название:** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подготовка юных баскетболистов»

**Публичное название:** «Подготовка юных баскетболистов»

**Краткое описание:**  
Программа физкультурно-спортивной направленности - ориентирована на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.