

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №12 ИМЕНИ
ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИЛЬИ СЕРГЕЕВИЧА ДЕМЬЯНЕНКО
СТАНИЦЫ НОВОБЕЙСУГСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
от "16" июля 2022г.

Протокол № 12

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №12

_____ И.В.Ищенко

м.п. "16" июля 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

«Баскетбол»

Уровень программы: *базовый*

Срок реализации программы: *1 год (136 часов)*

Возрастная категория: *от 13-17 лет*

Состав группы: *15 человек*

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется на бюджетной основе

ID – номер Программы в Навигаторе: *21481*

Автор-составитель:

Ищенко Николай Семёнович

педагог дополнительного образования

ст. Новобейсугская 2022г.

Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»
Организация, реализующая программу	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №12 имени Героя Советского Союза Ильи Сергеевича Демьяненко станции Новобейсугской муниципального образования Выселковский район
Адрес	353145 Краснодарский край, Выселковский район, станица Новобейсугская, улица Ленина 4
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Сроки реализации	1 год
Форма образовательного процесса	Спортивная секция
Возрастной диапазон	13-17 лет
Уровень программы	Базовый
Объем часов	216 ч
Авторы программы	Ищенко Н.С., педагог дополнительного образования

1. Раздел 1
«Комплекс основных характеристик образования:
объем, содержание, планируемые результаты»
1.1. Пояснительная записка

Программа «**Баскетбол**» является модифицированной дополнительной общеразвивающей программой физкультурно-спортивной направленности, разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее–ФЗ №273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р далее– Концепция).
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 15апреля 2019г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».
8. Приказ Министерства экономического развития РФ Федеральной службы Государственной статистики от 31 августа 2018 г. №534 «Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за дополнительным образованием детей».
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (далее– Приказ №2)
10. Постановление Главного государственного санитарного врача

Российской Федерации от 4 июля 2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

12. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. №298 н « профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный № 25016).

13. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» №ВК-1232/09 от 28 апреля 2017г.

14. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ.

15. План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. N1726-р

16. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020г.

Направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» относится к программам **физкультурно-спортивной** направленности и предназначена для детей в возрасте 13-17 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся три раза в неделю.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы.

Актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой гиподинамичностью в обычной жизни, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Новизна программы в том, что, она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования к обучающимся в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу

воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической. В учебно-тренировочный процесс внедряются элементы технологии спортивно-ориентированного физического воспитания школьников и здоровьесформирующей технологии, соблюдаются принципы здоровьесберегающей педагогики и триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья на основе всех позитивных факторов.

Педагогическая целесообразность. Баскетбол –это командный вид спорта. В баскетболе, как в командной спортивной игре выигрывает и проигрывает команда в целом, а не отдельные спортсмены. Соревновательное противостояние баскетболистов происходит в пределах установленных правил посредством присущих только баскетболу соревновательных действий — приемов игры (тактики). При этом обязательным является наличие соперника. В баскетболе цель каждого фрагмента состязания состоит в том, чтобы доставить предмет состязания (мяч) в определенное место (корзину) соперников и не допустить этого в отношении себя. Это определяет единицу состязания — блок действий типа «защита — нападение», который включает также действия по разведке, дезинформации, конспирации и т.п. Важная особенность состоит в большом количестве соревновательных действий — приемов игры. Необходимость выполнять эти приемы многократно в процессе соревновательной деятельности (в одной встрече, серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования) обуславливает требование надежности, стабильности умений навыков каждого игрока в соответствии с игровым амплуа. В баскетболе, например, каждая ошибка отражается на результате (выигрыш или проигрыш очка).

Отличительными особенностями данной программы является: организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. В результате освоения программного материала у обучающихся формируется культура отношения к своему здоровью, происходит качественное изменение личности: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Адресат программы: обучающиеся 13-17 лет. Набор обучающихся в объединение формируется на основании заявлений родителей.

Уровень программы Программа базового уровня.

Объем программы: Содержание данной программы рассчитано на систему трехразовых занятий в неделю продолжительностью 2 академических часа. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность.

Форма обучения и виды занятий: форма обучения – очная.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, 36 учебных недель

Режим занятий: Количество занятий в неделю составляет 3 занятия продолжительностью 2 часа.

Особенности организации образовательного процесса. Особенностью данной программы является её реализация в системе дополнительного образования для детей разных возрастов и различной физической подготовленности. В секцию принимаются все желающие дети, допущенные врачом. Набор детей в объединение свободный, без каких-либо конкурсных испытаний.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся в течение 2 часов 3 раза в неделю.

Основными формами учебного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; тестирование; участие в соревнованиях, матчевых встречах.

Цель и задачи Программы:

Цель программы:

- создание системы работы по развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей личности;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- содействие всестороннему развитию личности обучающегося посредством дополнительных занятий баскетболом.

Задачи программы

Образовательные

- поэтапное обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в баскетбол и игрового опыта
- обучение практическим навыкам организации и судейства соревнований по баскетболу;

Развивающие

-развитие игрового мышления на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;

-развивать физические способности учащихся

Воспитательные

-воспитание игровой дисциплины, самостоятельности, ответственности и инициативности в выборе и принятии решений;

-формирование потребности в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков, воспитание трудолюбия, выдержки.

-воспитание волевых качеств

1.2. Учебный план программы и его содержание.

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество учебных часов				Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	Контроль	
1	Инструктаж по технике безопасности игры в баскетбол.	2	2			
2-4	Теоретическая подготовка	6	5		1	
2	История возникновения и развития баскетбола	2	2			
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	2	2			
4	Современное состояние баскетбола. Оборудование и инвентарь	2	1		1	Тестирование
5	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития баскетбола.	2		2		
6	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры	2		2		
7	ОРУ. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2		2		
8	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным	2		2		

	шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры					
9	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		2		
10	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры	2		2		
11	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки.	2		2		
12	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		1	1	Тестирова ние
13	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	2		2		
14	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	2		2		
15	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача	2		2		

	мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.					
16	Действие без мяча Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		2		
17	Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		2		
18	Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Способы ловли мяча.	2		2		
19	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2	1	1		
20	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		2		
21	ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		2		
22	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	2		2		
23	Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	2	1	1		
24	Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2	1	1		
25	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста.	2		2		

	Подвижные игры.					
26	Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		2		
27	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		2		
28	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		2		
29	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		2		
30	ОРУ. Передача мяча в тройках	2		2		
31	ОРУ. Круговая тренировка. Подвижные игры.	2		2		
32	Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2	1	1		
33	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Стойка баскетболиста. Подвижные игры	2		2		
34	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		2		
35	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.	2		2		
36	ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.	2		2		тестирование
37	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении.	2	1	1		

	Подвижные игры.					
38	ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		2		
39	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		2		
40	ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра	2		2		
41	Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
42	Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
43	Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. ОРУ с мячами.	2	1	1		
44	Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
45	Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
46	Применение изученных способов ловли, передач, ведения мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2	1	1		

	Учебно-тренировочная игра.					
47	Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
48	Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
49	Передачи мяча в парах в движении. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра	2		2		Тестирование
50	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
51	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	2		2		
52	Правила техники безопасности.	2	2			
53	Медико-биологические исследования.	2	2			
54	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
55	Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра	2		2		
56	ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
57	ОРУ. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная	2		2		

	игра.					
58	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
59	Общая характеристика спортивной тренировки. ОРУ. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	2	1	1		
60	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2		2		
61	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
62	ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра	2		2		
63	Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра	2		2		
64	Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
65	Техническая подготовка юного спортсмена. ОРУ. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
66	ОРУ. Тактика защиты. Командные действия в нападении.	2		2		
67	ОРУ. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
68	Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
69	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная	2		2		

	игра.					
70	ОРУ. Действия одного защитника против двух нападающих. Учебно-тренировочная игра.					
71	ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра. Правила игры.	2		2		
72	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
73	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
74	Правила игры. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		1	1	Опрос
75	ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
76	Правила игры. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2	1	1		
77	Выбор места по отношению к нападающему с мячом. ОРУ. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
78	Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Учебно-	2		2		

	тренировочная игра.					
79	ОРУ. СФП. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
80	ОРУ. Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.	2		2		
81	ОРУ. Защитные стойки. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
82	ОРУ. Защитные передвижения. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
83	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
84	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
85	ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
86	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	2		2		
87	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
88	ОРУ. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. Учебно-тренировочная игра	2		2		
89	Ведение мяча с изменением высоты отскока. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
90	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
91	Правила игры и методика	2	1	1		

	судейства. Учебная игра. Соревнования.					
92	ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
93	ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
94	ОРУ. Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
95	Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
96	ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2		2		
97	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2		2		
98	ОРУ. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	2		2		
99	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
100	ОРУ. Техника овладения мячом. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
101	ОРУ. Техника броска мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
102	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
103	ОРУ. Совершенствование техники ведения мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
104	Чередование изученных технических приемов их	2		2		

	способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра.					
105	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	2		2		
106	ОРУ. Контрольные испытания. СФП. Учебно-тренировочная игра.	2		1	1	тест
107	Контрольные испытания. СФП. Учебно-тренировочная игра.	2		1	1	Тест
108	Сдача контрольных испытаний по ОФП.	2		1	1	Тест
	Итого	216	21	188	7	

1.3. Содержание учебного плана

Занятие 1- Теория. Введение. Инструктаж по Т.Б. и П.Б.

Занятие 2- Теория. История возникновения и развития баскетбола

Занятие 3- Теория. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль

Занятие 4- Теория. Современное состояние баскетбола. Оборудование и инвентарь

Занятие 5- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития баскетбола.

Занятие 6- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры

Занятие 7- Практика. ОРУ. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.

Занятие 8- П

рактика. ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры

Занятие 9- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.

Занятие 10- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры

Занятие 11- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки.

Занятие 12- Практика. ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.

Занятие 13- Практика. ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.

Занятие 14- Практика. ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.

Занятие 15- Практика. ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.

Занятие 16- Практика. Действие без мяча Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.

Занятие 17- Практика. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.

Занятие 18- Практика. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Способы ловли мяча.

Занятие 19- Теория. Личная и общественная гигиена. **Практика.** ОРУ. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.

Занятие 20- Практика. ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.

Занятие 21- Практика. ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.

Занятие 22- Практика. ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.

Занятие 23- Практика. Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.

Занятие 24- Практика. Техника ведения мяча. Подвижные игры.

Занятие 25- Практика. ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.

Занятие 26- Практика. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.

Занятие 27- Практика. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.

Занятие 28- Практика. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.

Занятие 29- Практика. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.

Занятие 30- Практика. ОРУ. Передача мяча в тройках

Занятие 31- Практика. ОРУ. Круговая тренировка. Подвижные игры.

Занятие 32- Теория. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. **Практика.** Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.

Занятие 33- Практика. ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Стойка баскетболиста. Подвижные игры

Занятие 34- Практика. ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.

Занятие 35- Практика. ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.

Занятие 36- Практика. ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.

Занятие 37- Теория. Командные действия в нападении. **Практика.** ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Подвижные игры.

Занятие 38- Практика. ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.

Занятие 39- Практика. ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.

Занятие 40- Практика. ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра

Занятие 41- Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. **Практика.** Учебно-тренировочная игра

Занятие 42- Теория. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 43- Теория. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 44- Практика. ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.

Занятие 45- Практика. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 46- Теория. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 47- Практика. Применение изученных способов ловли, передач, ведения мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 48- Теория. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 49- Практика. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 50- Практика. Передачи мяча в парах в движении. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра

Занятие 51- Практика. ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 52- Практика. ОРУ. Учебная игра. Соревнования.

Занятие 53- Теория. Правила техники безопасности.

Занятие 54- Теория. Медико-биологические исследования.

Занятие 55- Практика. ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 56- Практика. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра

Занятие 57- Практика. ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 58- Практика. ОРУ. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 59- Теория. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 60- Практика. ОРУ. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.

Занятие 61- Практика. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.

Занятие 62- Практика. ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 63- Практика. ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра

Занятие 64- Практика. Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра

Занятие 65- Теория. Совершенствование техники передачи мяча. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 66- Практика. ОРУ. Техническая подготовка юного спортсмена. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 67- Практика. ОРУ. Тактика защиты. Командные действия в нападении.

Занятие 68- Теория. Стойка защитника с выставленной ногой вперед. **Практика.** ОРУ. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 69- Практика. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 70- Практика. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 71- Практика. ОРУ. Действия одного защитника против двух нападающих. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 72- Практика. ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра. Правила игры.

Занятие 73- Теория. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. **Практика.** ОРУ. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 74- Практика. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 75- Теория. Правила игры. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. **Практика.** Учебно-тренировочная игра.

Занятие 76- Практика. ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 77- Практика. Правила игры. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.

Занятие 78- Практика. ОРУ. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 79- Практика. Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 80- Практика. ОРУ. СФП. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 81- Практика. ОРУ. Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.

Занятие 82- Практика. ОРУ. Защитные стойки. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 83- Практика. ОРУ. Защитные передвижения. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 84- Практика. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 85- Практика. Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 86- Практика. ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 87- Практика. ОРУ. Учебная игра. Соревнования.

Занятие 88- Практика. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 89- Практика. ОРУ. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. Учебно-тренировочная игра

Занятие 90- Практика. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 91- Практика. Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 92- Теория. Правила игры и методика судейства. **Практика.** Учебная игра. Соревнования.

Занятие 93- Практика. ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 94- Практика. ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 95- Практика. ОРУ. Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 96- Практика. Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 97- Практика. ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях

Занятие 98- Практика. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях

Занятие 99- Практика. ОРУ. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.

Занятие 100- Практика. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Учебно-тренировочная игра.

ОРУ. Техника овладения мячом. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 101- Практика. ОРУ. Техника броска мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 102- Практика. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 103- Практика. ОРУ. Совершенствование техники ведения мяча. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 104- Практика. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 105- Практика. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 106- Практика. ОРУ. Контрольные испытания. СФП. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 107- Практика. Контрольные испытания. СФП. Учебно-тренировочная игра.

Занятие 108- Практика. Сдача контрольных испытаний по ОФП.

Планируемые результаты

По окончании обучения программы по спортивно-оздоровительному направлению «Баскетбол» обучающиеся

должны знать:

- технику безопасности на занятиях по баскетболу;
- характеристику игры;
- гигиенические правила занятий физическими упражнениями;
- основные приёмы самоконтроля;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;

- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Личностные результаты:

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Личностные результаты отражаются в готовности учащихся, к саморазвитию в процессе освоения учебного курса;

Метапредметные результаты:

- 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;

**2. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий,
включающий формы аттестации»**

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятий	Место проведения занятий	Формы контроля
1		Инструктаж по технике безопасности игры в баскетболе.	2		Беседа инструктаж по ТБ	Спортивный зал	
2		История возникновения и развития баскетбола	2		Беседа	Спортивный зал	Опрос
3		Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	2		Беседа	Спортивный зал	
4		Современное состояние баскетбола. Оборудование и инвентарь	2		Беседа	Спортивный зал	Тестирование
5		ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития баскетбола.	2		Беседа Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
6		ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

		шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры			я, учебная игра		
7		ОРУ. Техника передвижения приставными шагами. Прыжки с толчком с двух ног. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
8		ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижные игры	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
9		ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
10		ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

11		ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
12		ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
13		ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	2		Фронтальная, Индивидуальная, беседа	Спортивный зал	Индивидуальный
14		ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
15		ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

16		Действие без мяча Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
17		Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
18		Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Способы ловли мяча	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
19		ОРУ. Личная и общественная гигиена. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
20		ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
21		ОРУ. Бросок мяча двумя руками от груди. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

					я, учебная игра		
22		ОРУ. Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
23		Техника перемещения по площадке. Стойка баскетболиста. Ведение мяча в движении.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
24		Техника ведения мяча. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
25		ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
26		Ведение мяча с переводом на другую руку. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
27		ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

		выходи». Подвижные игры.			я, учебная игра		
28		ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
29		ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
30		ОРУ. Передача мяча в тройках	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
31		ОРУ. Круговая тренировка. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
32		Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
33		ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Стойка баскетболиста. Подвижные	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

		игры			я, учебная игра		
34		ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Стойка баскетболиста. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
35		ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
36		ОРУ. Контрольные испытания. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра сдача нормативов	Спортивный зал	Индивидуальный
37		ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
38		ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

					я, учебная игра		
39		ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Подвижные игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
40		ОРУ с мячами. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
41		Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра беседа	Спортивный зал	Индивидуальный
42		Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
43		ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

44		Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
45		Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
46		Применение изученных способов ловли, передач, ведения мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
47		Техника передвижения по площадке. Стойка баскетболиста. Техника ведение мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
48		Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

49		Передачи мяча в парах в движении. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
50		ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка баскетболиста. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
51		ОРУ. Соревнования.	2		Фронтальная, Индивидуальная, соревнования	Спортивный зал	Индивидуальный
52		Правила техники безопасности. Учебно-тренировочная игра.	2		Инструктаж по ТБ, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
53		Медико-биологические исследования.	2		Медико-биологические исследования.	Медицинский кабинет	
54		ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
55		Передача мяча: одной рукой от	2		Фронтальная,	Спортивный зал	Индивидуальный

		плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра			Индивидуальная, учебная игра		
56		ОРУ. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
57		ОРУ. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
58		Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
59		ОРУ. Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
60		ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	2		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал	Индивидуальный

		Учебно-тренировочная игра.			я, учебная игра		
61		ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
62		ОРУ. Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
63		Бросок мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
64		Совершенствование техники передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
65		ОРУ. Техническая подготовка юного спортсмена. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
66		ОРУ. Тактика защиты. Командные действия в нападении.	2		Фронтальная, беседа	Спортивный зал	Индивидуальный
67		ОРУ. Стойка защитника с	2		Фронтальная,	Спортивный зал	Индивидуальный

		выставленной ногой вперед. Учебно-тренировочная игра.			Индивидуальная, учебная игра		
68		Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
69		Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
70		ОРУ. Действия одного защитника против двух нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
71		ОРУ. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра. Правила игры.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
72		ОРУ. Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. Учебно-	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

		тренировочная игра.					
73		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
74		Правила игры. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра беседа	Спортивный зал	Индивидуальный
75		ОРУ. Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
76		Правила игры. ОРУ. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
77		ОРУ. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

78		Переключение от действий в нападении к действиям в защите. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
79		ОРУ. СФП. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
80		ОРУ. Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
81		ОРУ. Защитные стойки. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
82		ОРУ. Защитные передвижения. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
83		Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

84		Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
85		ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
86		ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
87		Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
88		ОРУ. Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
89		Ведение мяча с изменением высоты отскока. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

90		Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
91		Правила игры и методика судейства. Учебная игра. Соревнования.	2		Беседа соревнования	Спортивный зал	Индивидуальный
92		ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
93		ОРУ. Организация командных действий. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
94		ОРУ. Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
95		Бросок мяча одной рукой сверху. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
96		ОРУ. Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

97		Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
98		ОРУ. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
99		Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
100		ОРУ. Техника овладения мячом. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
101		ОРУ. Техника броска мяча одной рукой от плеча. Учебно-тренировочная игра	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
102		Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный

103		ОРУ. Совершенствование техники ведения мяча. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
104		Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях. Учебно-тренировочная игра.	2		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
105		Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочная игра.	2		Беседа учебная игра	Спортивный зал	Индивидуальный
106		ОРУ. Контрольные испытания. СФП.	2		Сдача нормативов	Спортивный зал	Индивидуальный
107		Контрольные испытания. СФП.	2		Сдача нормативов	Спортивный зал	Индивидуальный
108		Сдача контрольных испытаний по ОФП.	2		Сдача нормативов	Спортивный зал	Индивидуальный

2.2 Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: тренер -преподаватель, образование высшее педагогическое, специальность «Учитель физической культуры».

Методическое обеспечение: Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет развернутое календарно-тематическое планирование, содержащее детальное разделение учебного времени на теоретическую и практическую части.

Дидактические материалы:

- Карточка 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.

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.

Материально-техническое обеспечение:

- Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал МБОУ СОШ №12 им. И.С. Демьяненко станицы Новобейсугской с баскетбольной разметкой площадки.

1. Щиты тренировочные с кольцами - 4 шт.
2. Мячи баскетбольные - 20 шт.
3. Насос ручной со штуцером - 2 шт.
4. Скакалки – 20 шт.
5. Стойки – 6 шт.
6. Секундомер —1шт.
7. Гимнастические скамейки — 6шт.
8. Гимнастический мостик —1шт.
9. Гимнастические маты — 6шт.
10. Мячи набивные различной массы — 5шт.
11. Гантели, гири различной массы — 10шт
12. Макет площадки с фишками — 1шт.
13. Кистевой эспандер-15 штук

2.3.Формы аттестации

В процессе учебно-тренировочной работы систематически ведется учет освоения учебно-тренировочного материала обучающимися, роста их физической, специальной, технико-тактической подготовленности, путем:

- текущей оценки усвоения изучаемого материала;
- оценки результатов выступления в соревнованиях команды и индивидуальных игровых показателей;
- выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования.

Диагностическая методика образовательной программы

Разработанная образовательная программа предусматривает диагностику проверки знаний, умений и навыков воспитанников спортивной секции в течение всего курса обучения. В течение учебного года проводится диагностирование детей в начале года - входная, в конце полугодия – промежуточная и на конец обучения - итоговая, для оценивания знаний, умений и навыков обучающихся, которые характеризуются совершенствованием и ростом спортивного мастерства и физических качеств ребят.

2.4.Оценочные материалы

Общефизическая и специальная физическая подготовка.

№ п/п	Нормативы общефизической подготовки	Мальчики	Девочки
1	Бег 30 м, с	6,1 - 5,5	6,3 – 5,7
2	Челночный бег 3x10 м, с	9,3 – 8,8	9,7 – 9,3
3	Прыжки в длину с места, см	160 - 180	150 - 175
4	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5	Наклон вперед из положения сидя, см	6 - 8	8 - 10
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки).	4 - 5	10 - 14
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин).	100-110	110-120
8	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40

Нормативы специальной физической подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 20 м (не более 4,5 с)	Бег на 20 м (не более 4,7 с)
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,4 с)

Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 24 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см)

2.5. Методические материалы.

Методы и формы обучения.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия – семинары по судейству, где подробно изучаются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач используются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод повтора упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод повтора упражнений, который предусматривает многократное повторение движений, для выработки устойчивого навыка.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения:

- индивидуальная;
- фронтальная;

- групповая;
- поточная

Методика проведения занятия

Вступительная часть: познакомить учащихся с темой занятия.

Подготовительная часть: познакомить учащихся с задачами, планом занятия.

Основная часть: Ознакомление, обучение, совершенствование, тестирование программного материала и т. д. в зависимости от поставленной задачи и программного материала.

Заключительная часть: Закрепление изученного материала.

Такая методика занятия применяется в каждом разделе.

2.6. Список литературы

Для педагога:

1. Матвеев А. П., Меньшиков С. Б. «Методика физического воспитания с основами теории». Учебн. пособие для студентов пед. институтов и учащихся пед. училищ. М. Просвещение. 2001.
2. Министерство Просвещения СССР «Программа для внешкольных учреждений, как типовые. Спортивные кружки и секции». Издание третье, переработ. и дополненное. Москва. «Просвещение». 2006. Для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.
3. Чистополов В. Н., Чистополов С. В., Богатырёв В. С. «Энциклопедия баскетболиста». 1998, 2000.
4. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения).
5. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: : Учитель, 2011.- 251с.
6. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Баскетбол.- М.: Физическая культура и спорт, 2003.-144с.
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.-480 с.
8. Авторская программа В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования

Для учащихся и родителей:

1. Зотов Ю.И. Воспитание подростков в спортивном коллективе - М.: W Физкультура и спорт, 2011.-102с.

2. Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы здорового образа жизни – М.: Академия, 2016
3. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. / Под ред. Ю.П. Кобякова. - Ростов: Феникс, 2014.

Интернет - ресурсы

- [Спорт.ру](http://Sport.ru) — Здесь Вы найдете ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Комментарии российских тренеров и специалистов. Сможете пообщаться на Форуме. Регистрация не нужна.

- ФизкультУРА — На сайте можно смотреть видео, читать и скачивать статьи, программы, книги о спорте, воспитании, оздоровлении, физиологии.

Представлено много материала по методике и технике обучения в отдельных видах спорта. Удобный поиск материала по карте сайта. Регистрация не нужна.

- Уроки баскетбола. Баскетбольные тренировки от «А» до «Я» — На сайте представлены уроки баскетбола от специалистов отечественной и заокеанской школ баскетбола.

- [«Slamdunk.ru»](http://Slamdunk.ru) — [баскетбольный портал](http://Slamdunk.ru) — Новости, справочные материалы, тексты книг и пр. по баскетболу и стритболу. Календарь и результаты российских и международных матчей. Фото- и видеогалереи баскетболистов. Форум и блоги.

- Все о баскетболе — информационный сайт об игре в баскетбол

- pro-basketball.ru — Здесь вы найдете полный разбор всех деталей игры, изучите те вопросы обучения и совершенствования, которые теорией признаны бесспорными и хорошо разработаны в различных учебных пособиях. Наибольшее внимание на блоге уделяется спорным, нерешенным проблемам и, конечно, особенностям детского баскетбола: отбору в секцию новичков, разработке учебно-тренировочного процесса, определению посильных для детей нагрузок, воспитанию юных баскетболистов в духе командной морали, дружбы и товарищества, перспективе роста мастерства занимающихся баскетболистов и т.п. На блоге Pro-Basketball.Ru разобраны общие вопросы работы детской секции, физическая, теоретическая и психологическая подготовка юных спортсменов, техника, тактика игры и соревнования детских и юношеских команд. В приложениях даны примерные уроки по разным периодам подготовки и описаны упражнения к этим урокам, дающие наибольший эффект в занятиях баскетбольной секции.

- Sports.ru — спортивный портал. Ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Текстовые трансляции спортивных событий; инфографика. Комментарии российских тренеров и специалистов. Форум.

- consultant.ru — Законодательство в сфере физической культуры и спорта

- Мир баскетбола — на сайте собраны не только различные игры с баскетбольным мячом, но и другая полезная информация, которая должна хотя бы побывать в

голове баскетболиста: действующие БК (баскетбольные клубы) России, музыка про баскетбол, полезное видео, история баскетбола и т.д.