

МБОУ «СОШ им.М.М.Рудченко с.Перелюб Перелюбского муниципального района
Саратовской области»

Рассмотрена
на педагогическом совете
Протокол № 1 от
«30 » августа 2024г

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «СОШ
им.М.М.Рудченко
с.Перелюб Перелюбского
муниципального района
Саратовской области»
Мотин Г.В.
Приказом № 395
от «30» августа 2024 г.



ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «БАСКЕТБОЛ»

Направление: физкультурно-спортивное
Возраст обучающихся: 9-12 лет
Срок реализации – 1 год

Чариев Элдор Абдугуломович, педагог
дополнительного образования,
Козурман Олег Владимирович, педагог
дополнительного образования

Перелюб, 2023г.

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы	2
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи программы	5
1.3. Планируемые результаты	6
1.4. Содержание программы.....	8
1.5. Формы аттестации их периодичность.....	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий.	11
2.7. Список литературы	17

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол» для учащихся 9-12 лет имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана на

основе следующих нормативно-правовых документов:

Нормативно-правовое обеспечение программы.

- «Закон об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.);

- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629)

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

- Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «СОШ им.М.М.Рудченко с.Перелюб Перелюбского муниципального района Саратовской области»

Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Родиной баскетбола является Америка. В 1891 году эту игру изобрел преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы в штате Массачусетс Джеймс Нейсмит. 1936 года баскетбол включен в программу олимпийских игр. Сборная мужская команда нашей страны стала олимпийским чемпионом в 1972 г., а женская сборная дважды – в 1976 и 1980 гг. завоевывала олимпийские медали. Интерес к баскетболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Баскетбол – командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным баскетболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В баскетболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, антропометрическим признакам, биологическому созреванию.

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы физкультурно- спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности, развитие таких физических качеств, как быстрота, сила, выносливость, координация движений. Программа обеспечивает преподавателей знаниями для грамотной организации и проведения тренировочного процесса по организационной модели проектирования дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ общекультурного базового уровня.

Отличительная особенность настоящей программы состоит в том, что программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и всестороннее развитие детей. В программу включен раздел «Наставничество», его форма - «обучающийся-обучающийся» способствует достижению лучших образовательных результатов; помогает развитию коммуникационных, творческих, лидерских навыков, обмену знаниями и умениями для достижения целей, адаптации к новым условиям обучения. Отличительной особенностью данной программы является то, что на протяжении реализации программы, обучающие могут самостоятельно (заочно) ознакомиться с теоретическим материалом по разделам.

Реализация заочной и дистанционных форм обучения будет проходить посредством программы Zoom, Skype.

Педагогическая целесообразность.

Настоящая программа направлена с одной стороны на занятия баскетболом как видом спорта, с другой стороны - на формирование здорового образа жизни детей и подростков. Она имеет направленный воспитательный, спортивно-оздоровительный и обучающий характер. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса у детей к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки обучающихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Новизна данной программы состоит в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Данная программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами баскетбола.

Адресат программы: Данная программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 9 до 12 лет

Возрастные особенности

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 9-12 лет. Дети в возрасте 9 лет более самостоятельны, не нуждаются в постоянной опеке взрослых. Они обычно активны и жизнерадостны, охотно поддерживают товарищеские отношения. Дети этого возраста более всего ценят в окружающих физическую силу, ловкость, быстроту, верность дружбе, им бывает важно проявить себя. Они любят играть, но их игры приобретают уже другой характер — часто соревновательный. Победу и поражение они переживают очень эмоционально, долго не могут успокоиться, переключиться. Поэтому педагогу надо быть максимально внимательным и справедливым при подведении итогов, обсуждении и анализе дела в целом. Ребята этого возраста еще не умеют сдерживаться в проявлении эмоций, мальчики часто могут выяснять свои взаимоотношения в потасовках. Повод для подобных случаев может оказаться совершенно незначительным, поэтому не всегда педагогу следует безоговорочно защищать одного и публично обвинять другого, иногда это только обостряет конфликт.

9-11 лет — предподростковый период, время зрелого детства, накопления физических и духовных сил для перехода к отрочеству. Вместе с периодом детства предподростковый период именуется еще и младшим школьным возрастом. От 11 до 14 лет - отроческий, подростковый возраст, новый качественный этап в становлении человека. Его самыми характерными чертами являются: в физиологическом отношении - половое созревание, в психологическом - личностное самосознание, сознательное проявление индивидуальности. Подростковый период называют еще средним школьным возрастом.

Объем программы: 102 часа в год

Срок освоения — учебный год (9 месяцев)

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа.

Наполняемость в группе составляет: 15 - 20 человек

Цели и задачи программы

Цель программы: Углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучение технике и тактике игры баскетбол;
- развитие умения технических действий и тактических командных действий игры баскетбол

Развивающие:

- развитие техники исполнения приемов и передач, атакующих и защитных действий, раскрытие характера игроков;
- развитие координации, выносливости и скоростно-силовых показателей игроков;
- предоставить возможность дальнейшего развития способностей обучающихся, создать фундамент для перехода на более высокий уровень.

Воспитательные:

- прививать любовь к спорту, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать чувство ответственности за себя;
- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность;
- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- повышение и воспитание у учащихся устойчивой мотивации к занятиям.

Формы и методы работы.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия строятся так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, знания и умения. Занятия по технической, тактической и общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей и т.д.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по спортивным играм и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

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:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: по частям и в целом.

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

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

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы обучающиеся должны:

Знать

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в баскетбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

Уметь

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Предполагаемые результаты реализации программы

Личностные :

- учащиеся узнают основы здорового образа жизни,
- у учащихся сформируются коммуникативные качества - полное взаимодействие в команде.
- у учащихся привьются навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Метапредметные :

- учащиеся освоят общие способы игры в баскетбол.
- у учащихся сформируются нравственные качества, такие как доброжелательность, дисциплинированность, настойчивость.

Предметные:

- учащиеся выучат правила игры в баскетбол; технику стоек; ловлю, передачу, ведение мяча, бросок мяча в корзину,
- учащиеся разовьют координацию; выносливость, гибкость, ловкость.

Планируемые результаты формулируются с учетом цели и задач обучения, развития и воспитания, а также уровня освоения программы.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

В программе предусмотрен текущий и итоговый контроль. Текущий контроль осуществляется в рамках проведения занятий в форме педагогического наблюдения, опроса, мини-конкурса, викторины, соревнований.

Виды итогового контроля:

1. Входная диагностика (в начале года) для определения первоначального

уровня предметных знаний.

2. Промежуточная диагностика - для контроля процесса освоения программы.

3. Итоговая диагностика - для определения итогового уровня освоения программы.

Результатом освоения программы является показатель участия в соревнованиях и его результат.

1.2. Содержание программы.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела и темы	Количество часов		Всего	Формы аттестации/ко нтроля
		теория	практика		
1.	Теоретическая подготовка • Техника безопасности. • Места занятий и инвентарь • Физкультура и спорт в России	3	1	4	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	1	14	15	Беседа
3.	Специальная физическая подготовка	1	14	15	Наблюдение Тесты ОПФ
4	Тактическая подготовка	2	13	15	зачет
5	Техническая подготовка	2	20	22	зачет
6	Игровая	0	20	20	зачет
7	Контрольные испытания, соревнования	1	10	11	Сдача контрольных нормативов
Всего часов		10	92	102	

Содержание разделов учебно-тематического плана

1. Теория – 4 ч.

Теория: Техника безопасности. Места занятий и инвентарь. Физическая культура и спорт в России.

Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм человека.

Практика: Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль.

1. Общая физическая подготовка – 15 часов

Теория: Правила выполнения общеразвивающих упражнений

Практическая работа: равномерный бег, бег с ускорением до 20 м, челночный бег 3 x 10, прыжки на правой и левой ноге до 15 м, бег 300 м на время, подвижные игры с элементами бега и ускорением, эстафета с мячом, прыжки с полной присядью 4 отрезка по 15 м, бег с ускорениями, эстафета с препятствиями, отжимания от пола, подъем туловища из положения лежа руки за головой, бег спиной назад с ускорением, передвижение левым и правым боком с ускорением, челночный бег 3 x 10, челночный бег 3 x 10 левым и правым боком, приседания с гантелями, бег спиной назад с ускорением, передвижение левым и правым боком с ускорением, подтягивание из виса на перекладине, бег 1000 м без учета времени, бег с ускорением по ступенькам, полоса препятствий, беговая эстафета, подъем туловища из положения лежа, руки за голову на время.

2. Специальная физическая подготовка (СФП) – 15 часов

Теория: Правила выполнения специальных упражнений.

Практическая работа: Прыжок вверх вперед толчком одной и приземлением на одну ногу, передвижение приставными шагами правым и левым боком с разной скоростью, передвижение правым и левым боком в стойке баскетболиста, остановка прыжком после ускорения, остановка в два шага после ускорения, повороты на месте с мячом, повороты в движении с мячом, передвижение скрестными шагами левым и правым боком с мячом. Прыжки вверх вперед с поворотом в одну сторону, прыжки с короткого разбега толчком одной ноги к баскетбольному щиту, перепрыгивание предметов, остановки прыжком после ускорения, остановка в два шага после ускорения, прыжки на одной ноге до 15 м.

4. Тактическая подготовка – 15 ч.

Теория: Правила выполнения практических занятий

Практическая работа: правила игры в баскетбол, отбор мяча у соперника, перехват мяча у соперника, борьба за мяч после отскока от щита. Борьба за мяч после отскока от щита и начала атаки, быстрый прорыв, командные действия в зонной защите, перехват мяча у соперника, командные действия в персональной защите против игроков соперника, командные действия в нападении при зонной защите соперника, игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

5. Техническая подготовка – 22 ч.

Теория: Правила выполнения практических занятий

Практическая работа: Броски мяча над собой с хлопком за спиной, под ногой и с приседанием и ловлей мяча, броски мяча над собой и ловлей мяча над головой правой или левой рукой, броски мяча двумя руками от груди в стену и ловля мяча от стены с 2 м. Ведение мяча левой и правой рукой на месте. Броски мяча двумя руками от груди с шага вперед, передача мяча одной рукой от плеча, ведение мяча левой и правой рукой в движении, броски мяча в баскетбольную корзину с места, передача мяча одной рукой после ведения, передача мяча одной рукой с отскоком от пола, передача мяча

двумя руками с отскоком от пола, передача мяча одной рукой снизу от пола, ловля мяча после отскока от пола, броски мяча в баскетбольную корзину после ведения, ловля высоко летящего мяча, ведение мяча змейкой, ведение мяча змейкой левой и правой рукой, броски мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит с места, броски мяча двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки, броски мяча в баскетбольную корзину с места, броски мяча одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов, штрафные броски двумя руками от груди, штрафные броски одной рукой.

6. Игровая деятельность – 20 ч.

Практическая работа: игра в баскетбол по упрощенным правилам, внутригрупповые игры по правилам игры в баскетбол, соревнования, товарищеские игры, матчевые встречи.

7. Контрольные нормативы – 11 ч.

Теория: выходное тестирование, итоговое тестирование

Практическая работа: Сдача контрольных нормативов

1.3. Формы аттестации их периодичность

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Наблюдение, тестирование, диагностика, дневник наблюдений, журнал посещаемости, протокол соревнований, творческие конкурсы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

аналитический справка по итогам проведения тестирования, научно-практическая конференция, отчет итоговый, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, слет, соревнование, фестиваль и др. грамота, диплом, портфолио, фото, свидетельство (сертификат), статья и др.

Периодичность:- по мере необходимости

Аттестация – это оценка уровня и качества освоения учащимися образовательной программы по баскетболу (положение об учете индивидуальных достижений учащихся).

Основной целью аттестации является выявление исходного и итогового уровня развития практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам данной образовательной программы.

Задачи:

- анализ полноты реализации образовательной программы;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов;
- выявление причин, способствующих или препятствующих полноценной реализации образовательной программы.

Виды аттестации: входной контроль и итоговое тестирование. *Входной контроль (предварительная аттестация)* – это оценка исходного уровня умений обучающихся перед началом образовательного

процесса (ежегодно).
Итоговая аттестация – это оценка уровня достижений учащихся, заявленных в образовательных программах по завершении всего образовательного курса программы

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Методическое обеспечение

особенности организации образовательного процесса – очно,

Формы: индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая, соревновательная, зачёт.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

словесные методы - создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;

практические методы - метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям;

игровой и соревновательный методы - применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Приёмы: беседа, встреча с ветеранами спорта, конкурс.

Формы организации учебного занятия. Основными формами учебно-тренировочной работы являются: фронтальное и учебно-тренировочное занятия, групповые занятия, соревнование, теоретические занятия (беседа, просмотр и анализ учебных кинофильмов, видеозаписей, просмотр и обсуждение соревнований), фестиваль.

Педагогические технологии- здоровьесберегающая технология обучения, технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, информационно - коммуникационная технологии обучения.

Алгоритм учебного занятия.

Структура типового занятия:

Подготовительная часть (разминка) – построение, подготовка двигательного аппарата к работе, ОРУ.

Основная часть – основные упражнения каждого вида спорта.

Заключительная часть - восстановление дыхания, упражнение на

расслабление, самомассаж.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с обучающимися, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки обучающимися используются в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий. Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса.

Занятия по «Баскетбол» различны по своим задачам.

1. Занятия по ознакомлению с группой.
2. Занятия по изучению нового материала.
3. Повторение и закрепление пройденного материала.
4. Занятия по изучению нового материала.
5. Занятия смешанного характера.

Реализовать на занятии деятельностный подход помогает применение *информационных технологий*. Используются цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет: презентации, видеоролики, программы.

Исследовательские и проблемно-поисковые технологии требуют реализации педагогической модели «обучение через открытие». Ведущим методом является проблемное обучение, метод проектов. Обучающиеся, сначала под руководством педагога, а потом и самостоятельно, создают и презентуют проекты, проводят исследования.

2.2. Условия реализации программы

1. Материально – техническое обеспечение:

Помещение для занятий: **спортивный зал** – специализированный (гимнастический, игровой – баскетбол, волейбол.)

Длина (м)	23,7
Ширина (м)	11
Площадь (кв. м)	260,8
Естественное освещение	Север- юг
Количество окон	16 × 6,9
Площадь окон (кв. м)	110,4

Пол – настил досками, покрытый лаком.

Стены штукатурены, до 1,8 метров, окрашены фасадной красной.

Окна размещены по длинным боковым сторонам.

Освещение – двухстороннее (искусственное и естественное).

Светильники – защищены от механических повреждений.

Приборы отопления углублены в ниши и закрыты съемными панелями,

которые обеспечивают циркуляцию воздуха.

Вентиляция – естественная. Выпуск приточного воздуха на высоте 5,5 метров от пола.

В раздевалках вентиляция принудительная. Мужская и женская раздевалка соединяется с залом дверным проемом. Раздевалки покрашены краской, имеются вешалки для одежды, санузел, душевые, фрамуги, гимнастические лавки.

Снаряды в зале закреплены, размещены с учетом требований учебной программы;
ноутбук аудио, видео.

спортивное оборудование и инвентарь: Основной базой для проведения занятий является спортивный зал (соответствует требованиям СанПиН и технике безопасности) с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого учащегося, набивных мячей, фишки для обводки, гимнастических скакалок, гантелей.

спортивный инвентарь:

- баскетбольные мячи – 15 шт.;
- набивные мячи – 7 шт.;
- гимнастические скакалки – 15 шт.
- гантели – 3 шт.;
- фишки – 20 шт.

спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки – 2 шт.
- гимнастическая стенка – 1 шт.
- щит баскетбольный – 2 шт.
- кольца баскетбольные – 2 шт.

2.3. Информационное обеспечение

- Для успешной реализации программы используются: мультимедийные проекторы, экраны, ноутбуки с выходом в Интернет, образовательная программа, методическая литература;

-сайт «МОУ СОШ № 3 г. Ершов» <https://school-ershov.eduobr.ru/>

-e-mail: ershovschool3@yandex.ru

- Интернет-ресурсы:

- www.lseptembter.ru –Издательский дом «Первое сентября»;
- www.edu.ru –Федеральный портал «Российское образования»;
- www.km.ru- Образовательные сайты компании «Кирилл и Мефодий»;
- www.college.ru –«Открытый колледж»-сайт дистанционного обучения школьников;

- <http://new.teacher.fio.ru/> -Сайт «Учитель.RU»;
- www.museum.ru – Портал «Музеи России»;
- www.hermitage.ru –государственный Эрмитаж.
- www.fiba.com - сайт Международной федерации баскетбола
- www.fibaeurope.com - сайт Европейской международной федерации баскетбола
- www.basket.ru - сайт Российской федерации баскетбола
- www.pro100basket.ru - сайт Ассоциации студенческого баскетбола России

2.4. Кадровое обеспечение:

Реализацию дополнительной общеразвивающей программы осуществляют учителя физической культуры МБОУ «СОШ им. М.М. Рудченко с. Перелюб», имеющие специальное образование.

2.5. Календарный учебный график

Занятия по программе начинаются с 1 сентября 2023 г. Окончание учебного года – 31 мая 2024 г.

№ п/п	Дата	Время	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Место	Форма контроля
1.		15.30-16.30	Техника безопасности. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	Групповое занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
2.		15.30-16.30	Техника передачи одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед	Групповое занятие беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
3.		15.30-16.30	Техника передач одной и двумя руками с отскоком от пола и без.	Гр. занятие беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
4.		15.30-16.30	Техника ведения мяча на месте и в движении	Групповое занятие, презентация	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
5.		15.30-16.30	Техника ведения мяча с изменением направления,	Гр. занятие, беседа с	3	с/з	Опросы, контрольные

			скорости и высоты отскока.	элементами ИКТ			ые испытания
6.		15.30-16.30	Ведение мяча правой и левой рукой	Гр. занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
7.		15.30-16.30	Перевод мяча на месте и в движении	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
8.		15.30-16.30	Техника бросков мяча	Гр. занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
9.		15.30-16.30	Совершенствование техники бросков мяча	Гр. занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
10.		15.30-16.30	Броски с места и в движении.	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
11.		15.30-16.30	Броски мяча после ведения и после двух шагов	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
12.		15.30-16.30	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
13.		15.30-16.30	Броски мяча в прыжке одной рукой с места. Штрафной бросок	Гр. занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
14.		15.30-16.30	Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
15.		15.30-16.30	Броски мяча в прыжке со средней дистанции. В прыжке с дальней дистанции.	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
16.		15.30-16.30	Прием нормативов по технической подготовке	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
17.		15.30-16.30	Выбивание мяча при ведении.	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания

18.		15.30-16.30	Передачи одной рукой с поворотом	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
19.		15.30-16.30	Вырывание мяча. Выбивание мяча.	Гр. занятие, беседа с элементами ИКТ	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
20.		15.30-16.30	Защитные действия при опеке игрока без мяча	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
21.		15.30-16.30	Защитные действия при опеке игрока с мячом	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
22.		15.30-16.30	Перехват мяча	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
23.		15.30-16.30	Борьба за мяч после отскока от щита	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
24.		15.30-16.30	Быстрый прорыв.	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
25.		15.30-16.30	Техника передач в движении, нападение через центрального игрока	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
26.		15.30-16.30	Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
27.		15.30-16.30	Закрепление игры через центрального, заслоны.	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
28.		15.30-16.30	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой».	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
29.		15.30-16.30	Командные действия в защите	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания

30.		15.30-16.30	Командные действия в нападении	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
31.		15.30-16.30	Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны.	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
32.		15.30-16.30	Закрепление техники и тактики в игре	Гр. занятие, беседа	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
33.		15.30-16.30	Сдача контрольных нормативов	Гр. занятие	3	с/з	Опросы, контрольные испытания
34.		15.30-16.30	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями	Гр. занятие, беседа	3	с/з	

2.6. Оценочные материалы

Контрольные нормативы по баскетболу

ГНП	Передвижения в защитной стойке		Скоростное ведение (с, попадания)		Передача мяча (с, попадания)	
	м	д	м	д	м	д
1-ый год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5

Контрольные нормативы по ОФП

ГНП	Прыжок в длину с места (см)		Бег 30 м.(с)		Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)		Подтягивание на высокой перекладине (раз)	
	м	д	м	д	м		м	
1-ый год	150	140	5,6	5.8	30	30	7	5

2.7. Список литературы

Для педагога:

1. Костикова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М.: ФиС, 2021 г.
2. Спортивные игры. Учебник для ВУЗов. Том 1/ Под редакцией Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М., Изд. Центр Академия, 2022 г.
3. Спортивные игры. Учебник для ВУЗов. Том 2/ Под редакцией Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М., Изд. Центр Академия, 2020 г.
4. Программа дисциплины «Теория и методика баскетбола». Для ВУЗов физической культуры. Под редакцией Ю.М. Портнова. – М., 2020 г.

Для детей и родителей:

1. Волков Л.В., Теория и методика детского и юношеского спорта. «Олимпийская литература», 2022 г.
2. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. 5-11кл.; Метод. Пособие.-М.: Дрофа, 2021.-176 с.