

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

РАССМОТРЕНО

протокол заседания
педагогического совета
№ 07 от 31 мая 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 150 от 31 мая 2023г.

Директор_____Н.В.Медведева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Баскетбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год, 36 ч.

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Составитель(автор): Китюк Владимир Анатольевич

Цимбал Анастасия Валентиновна

Должность: педагог дополнительного образования

с.Червоное
2023

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы:

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
 - Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
 - Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 года №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
 - Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
 - Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
 - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
 - Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
 - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
 - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
 - Приказ Министерства просвещения России от 03.09.2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 года № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. №ТС-551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. №АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Письмо Министерства просвещения России от 19.03.2020 года №ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций».
- Устав МБОУ «Червонновская средняя школа»;

-Положение о разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МБОУ «Червонновская средняя школа»;

-Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МБОУ «Червонновская средняя школа».

- Устав МБОУ «Червонновская средняя школа», утверждён постановлением администрации Сакского района Республики Крым от 19.12.2014 №7

Направленность – физкультурно - спортивная.

Актуальность программы заключается в том, что она позволит восполнить недостаток двигательной активности, имеющийся у современных детей в связи с высокой учебной нагрузкой. Занятия по программе имеют оздоровительный эффект, благотворно воздействуют на все системы детского организма.

На учебно-тренировочных занятиях учащиеся получают определенные навыки игры в баскетбол. Занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий баскетболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений. Занятия предназначены для учащихся с 11 до 17 лет и реализуются в течение учебного года. Программа служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки юных баскетболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста.

Новизна данной образовательной программы заключается в том, что используется уровневое обучение и предполагается освоение содержания исходя из результатов диагностики и стартовых возможностей участников программы. В ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в баскетболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку.

Отличительная особенность программы.

Баскетбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в баскетбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во время игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве.

Игра в баскетбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Обучение

содержанию программного материала построено на основе общих методических положений;

-от простого к сложному,

-от частного к общему,

- с использованием технологий личностно - ориентированного подхода в обучении.

Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с сенситивными возрастными периодами.

Педагогическая целесообразность программы.

Программа составлена на основе личностно-ориентированного подхода. Для достижения высоких показателей реализации программы каждому обучающемуся подбирается индивидуальный комплекс выполнения упражнений, правильнее сказать – комплекс один, а вот подходы к выполнению и их интенсивность разная, в зависимости от возможностей и целей ребенка и педагога. При подборе комплекса учебный материал дифференцируется с учётом физических и психологических особенностей каждого обучающегося.

Адресат программы.

Учащиеся в возрасте от 11 до 17 лет, независимо от пола, проявляющие интерес к занятиям спортом, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Для обучения по программе комплектуются разновозрастные группы. Программа подготовлена по принципу доступности учебного материала и соответствия его объема возрастным особенностям. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с уровнем предварительной подготовки, возрастными, психофизическими особенностями.

Объем и срок освоения программы. Программа базового уровня срок освоения программы – 1 год, 36ч.

Уровень программы – стартовый.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса происходит в группах. Группы разновозрастные. Состав группы: постоянный; занятия: групповые. Наполняемость учебной группы – 20 - 25 человек. Образовательный процесс строится на основе дифференцированного обучения и учета индивидуальных способностей и возможностей каждого учащегося. Программа предусматривает широкое использование всех видов межпредметных связей. Повышение интереса у учащихся к занятиям спортом - это основной мотив повседневной работы педагога. Этому способствует применение различных методов и приемов работы, умелое сочетание и чередование теоретических и практических занятий.

Режим занятий: 1 час в неделю, 36ч. в год. Продолжительность занятия – 45мин.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков обучающихся, достижение более

высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение к регулярным тренировкам, посредством изучения спортивной игры баскетбол.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с теоретическими основами техники и тактики игры в баскетбол;
- освоить технику игры в баскетбол;
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Личностные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Метапредметные:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы «Баскетбол» направлена на: воспитание чувства патриотизма, формирование здорового образа жизни, развитие физических качеств, развитие чувства коллективизма, сплочённости. Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. Создание условий для развития личности юных баскетболистов.
2. Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных баскетболистов.
4. Формирование знаний, умений и навыков по баскетболу.
5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
6. Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных баскетболистов.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в спортивных мероприятиях района, учреждения, объединения.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к спортивным занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в конкурсах, состязаниях), привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

1.4. Содержание программы
УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2022-2023 учебный год
на 1 час в неделю

№	Название раздела, темы	Количество часов по каждой теме			Формы контроля
		Всего	В том числе		
			Теоретические занятия	Практические занятия	
1	РАЗДЕЛ I. Теория		4		
1.1	Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России. Инструктаж по ОТ и ТБ. Входной контроль.	1	1		Опрос
1.2	Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1		Текущий
1.3	Правила игры, теория игры в баскетбол.	1	1		Текущий
1.4	Тактические действия в игре	1	1		Текущий
	РАЗДЕЛ II. Общая физическая подготовка			12	
2.1	Освоение комплексных физических упражнений	3		3	Текущий
2.2	Развитие двигательных физических качеств	4		4	Текущий
2.3	Развитие координационных действий	2		2	Текущий
2.4	Повышение уровня физической подготовки	2		2	Текущий
2.5	Промежуточный контроль.	1		1	Итоговый
	РАЗДЕЛ III. Специальная физическая подготовка			6	
3.1	Развитие скоростно-силовых качеств	2		2	Текущий
3.2	Развитие выносливости	2		2	Текущий
3.3	Повышение индивидуального мастерства	2		2	Текущий
	РАЗДЕЛ IV. Тактико-техническое мастерство			10	
4.1	Техническая подготовка	6		6	Текущий
4.2	Тактическая подготовка	4		4	Текущий
4.3	Интегральная подготовка	2		2	Текущий
	РАЗДЕЛ V. Итоговая аттестация				
5.1	Нормативы, тестирование, соревнования. итоговое занятие (контроль)	2		2	Контроль двигательных качеств
		36	4	32	

Раздел 1. Вводное занятие. Входной контроль.

Теория 1.1 История развития баскетбола История развития баскетбола в мире и в нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Количество занимающихся в России и в мире. Спортивные сооружения для занятий баскетболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодежных и юниорских команд баскетболистов на соревнованиях.

1.2. Основные правила игры Изучение правил игры в совершенстве и применение их на практике.

1.3. Основные судейские жесты. В течение всего периода обучения педагог должен готовить себе помощников, привлекая учащихся к организации занятий и проведению соревнований. Инструкторская и судейская практика приобретается на занятиях и вне занятий. Все занимающиеся должны освоить некоторые навыки учебной работы и навыки судейства соревнований. По учебной работе необходимо последовательно освоить следующие навыки и умения:

- Построить группу и подать основные команды на месте и в движении.
- Составить конспект и провести разминку в группе.
- Определить и исправить ошибки в выполнении приемов у товарища по команде.

Раздел 2. Общая физическая подготовка Практика. Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя. Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременное, то же во время ходьбы и бега. Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки. Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении вися; различные сочетания этих движений. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из вися, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения с набивными мячами. ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. **Промежуточный контроль по общей физической подготовке.**

Раздел 3. Специальная физическая подготовка. Практика. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели). Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжатие). Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, хоккейного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5 кг) на 14 точность, дальность, быстроту. Бросок мяча в прыжке с разбега, толкаясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на стене, в ворота. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью.

Раздел 4. Тактико-техническая подготовка Практика 4.1. Техника нападения. Техника передвижения. Основная стойка баскетболиста. Повороты в движении с сочетанием способов передвижения. Передвижение переставным

шагом, сочетание передвижений, остановок поворотов. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Прыжки толчком двух ног, толчком одной ноги. Техника владения мячом, ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. 4.2. Техника защиты. Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения. Обманные действия, передача мяча скрытые (назад, вправо, влево). Передача мяча одной рукой из -за спины. Действия защитника в обороне, в нападении 4.3. Техника овладения мячом. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Перехват мяча. Накрывание мяча при броске с места, овладение мячом, отскочившим от кольца. Выбивание мяча при ведении, перехват мяча при ведении. Перехват мяча в движении в стойке защитника, в роли нападающего. Обводка противника способом «прикрытия» мяча корпусом 4.4. Техника передвижения. Перемещение к стойке защитника вперед, в стороны, назад. Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Ведение мяча, обводка противника без зрительного контроля. Обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход. Передачи мяча в движении скрытые (назад, вправо, влево). Ведение мяча с изменением направления движения и с изменением высоты отскока и скорости передвижения, обводка противника с изменением скорости.

Тактическая подготовка 4.1. Тактика нападения. Индивидуальные действия, выход на свободное место с целью атаки и получения мяча. Выбор способа ловли мяча. Применение изученных приемов техники нападения в зависимости от ситуации на площадке. Финты с мячом на ведение, на передачу, на бросок с последующим ведением, передачи, броском. 4.2. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков - "передай мяч - выходи" Взаимодействие трех игроков - "треугольник". Взаимодействие двух нападающих против одного защитника "2-1". Взаимодействие двух нападающих против трех защитников, "тройка", скрестный выход, малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами 4.3. Командные действия. Организация командных действий по принципу выхода на свободное место. Нападение с целью выбора свободного действия, нападение быстрым прорывом, организация командных действий против применения быстрого прорыва противника. Организация командных действий с использованием изученных групповых взаимодействий 4.4. Тактика защиты. Индивидуальные действия по умению выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча. Выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Противодействия при бросках мяча в корзину. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча 4.5. Техника безопасности. Техника безопасности на уроках, учебно - тренировочных занятиях, соревнованиях.

Раздел 5

Итоговая аттестация Нормативы, тестирование, соревнования. Итоговое занятие (контроль).

1.5. Планируемые результаты

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории баскетбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами баскетбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях баскетболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в баскетбол.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график (см приложение №1)

Начало 2023-2024 учебного года - 1 сентября 2023г.

Окончание 2023-2024 учебного года – 25 мая 2024г.

Продолжительность учебного года – 36 недель, 36 часов.

2.2. Условия реализации программы

Занятия проводятся в спортивном зале школы, спортивной площадке школы

Материально-техническое обеспечение.

№	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование и спортивный инвентарь.			
1	Щиты с кольцами	Комплект	4

2	Жгуты и экспандеры		10
3	Мяч набивной	штук	10
4	Мяч баскетбольный	штук	20
5	Скакалки	штук	30
6	Гимнастические маты	штук	6
7	Гимнастические скамейки	штук	6
8	Гантели, гири	штук	10
9	Стойки для обводки мяча	штук	12
10	Секундомер	штук	2
11	Рулетка	штук	1
Дополнительное оборудование			
1	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами.	штук	1

Кадровое обеспечение.

Педагогическую деятельность осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, прошедший курсовую подготовку.

Информационное обеспечение.

Аудио, видео, фото, интернет источники соответствуют современным требованиям и обеспечивает достижение запланированных результатов.

Методическое обеспечение программы:

Форма организации детей на занятии: групповая

Форма проведения занятий: основная форма учебно-тренировочное занятие, предусмотрены планом открытые занятия, турниры, соревнования.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Для более успешного решения задач необходимо иметь чёткое планирование учебно-тренировочной работы, которое предусматривает следующую документацию:

- программа спортивной секции «баскетбол»;
- годовой план - график прохождения материала;
- поурочные планы;
- журнал учёта работы, посещаемости.

Алгоритм учебного занятия: подготовительная часть (15-25% времени), основная (70-80%), заключительная (2-5%). Время рассчитываем от продолжительности занятия 45 минут.

2.3. Формы аттестации

С целью оценки результатов освоения программного материала, определения степени достижения цели и решения поставленных задач, а также влияния физических упражнений на организм обучающихся осуществляется медико-педагогический контроль. Контроль должен быть комплексным, проводиться регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях.

Контроль за состоянием здоровья, допуск к занятиям баскетболом и участия в соревнованиях осуществляется медицинскими работниками – врачами медицинских учреждений.

Допуск к занятиям на спортивно-оздоровительном этапе проводится на основании заключения о состоянии здоровья от педиатров детской поликлиники по месту жительства.

Обучающиеся ежегодно проходят медицинское обследование и по результатам обследования осуществляется допуск к занятиям спортом. Для оперативного контроля состояния их здоровья и динамики адаптации организма к тренировочным нагрузкам (после болезни, травмы), а также допуска обучающегося к тренировочным занятиям и соревнованиям - осуществляются текущие медицинские наблюдения.

Педагогический контроль за физической подготовленностью осуществляется тренером-преподавателем с помощью контрольных упражнений, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств.

Текущий контроль проводится для определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности обучающихся.

Основными критериями оценки обучающихся на спортивно-оздоровительном этапе являются:

- ✓ регулярность посещения занятий;
- ✓ положительная динамика развития физических качеств обучающихся;
- ✓ уровень освоения теоретических знаний и умений по основам физической культуры и спорта, гигиены, самоконтроля;
- ✓ отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

Тестирование (контрольные нормативы) проводится два раза в год (август, май) и позволяет установить конечный результат работы, сопоставить их с исходными данными, оценить качество и подвести итоги учебно-воспитательного процесса.

Выполнение контрольных нормативов- важнейший критерий для перевода обучающихся на этапы начальной и тренировочной подготовки.

Формы аттестации/контроля

Способы определения результативности:

- выполнение контрольных испытаний (упражнений);
- участие в соревнованиях.
- беседа;
- диагностика.

Формы подведения итогов реализации программы – контрольные испытания:

- освоение теоретической подготовки: в виде тестирования по изученному материалу;
- физическая подготовка: уровень общей физической подготовленности определяется при выполнении контрольных нормативов по ОФП, проводимых в начале и конце учебного года; участие в соревнованиях внутришкольного и муниципального уровня.

Физиологические способности:

Для определения исходного уровня и динамики общей физической подготовленности учащихся выполняется комплекс контрольных упражнений:

2.4 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

Список литературы для учащихся:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения. М. АСТ. 2006
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002
6. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол. М. Фис. 1999

Список литературы для родителей:

1. Грасмс, А. Специальные упражнения баскетболиста. - М.,1967.
2. Давыдов М., Минков Б. Методические рекомендации по судейству * баскетбольных матчей. - Минск, 1981.
3. Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999г. - 256 с. с илл.
4. Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211, [13] с.: с илл.

Список литературы для педагогов:

1. Методические рекомендации для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».
2. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008г. -62 с.
3. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов. 3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007г. - 134 с.
4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастера. - М.: Агентство «ФАИ», 1999г. - 224 с.: ил. - (серия «Спорт»)
5. Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения. 4- издание.
6. Методическое пособие Д.И. Нестеровский. Баскетбол. Теория и методика обучения.
7. Матвеев, Л. П. Основы спортивной тренировки. - М., 2007. - 210с.

8. Набатникова, М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. - М., 2009. - 66с.

3.Методические материалы

Приложение №

3.1 Календарный учебный график

Месяц	1 полугодие												2 полугодие																										
	сентябрь				октябрь				ноябрь				Декабрь				январь				февраль				март				Апрель				май						
Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
Кол-во	4				4				4				4				3				4				4				4				4						
Кол-во	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Аттестация/ формы контроля	Беседа				Тестирование				Диагностика								Выполнение контрольных испытаний								Выполнение контрольных испытаний								Участие в соревнованиях						
Объем учебной нагрузки на учебный год 36 часов на одну группу																																							

Приложение №2

Нормативы для оценки результатов освоения теоретического материала в рамках Программы:

Оцениваемые параметры	Контрольные упражнения (тесты)	Значение результата для получения оценки «зачтено»
-----------------------	--------------------------------	--

Теоретическая подготовка	Тест (Приложение №1,2)	не менее 50% правильных ответов
--------------------------	------------------------	---------------------------------

Контрольные упражнения по общей физической подготовке

		11-13 лет
№ п/п	Контрольные нормативы	
	мальчики	
1	Бег 30 м (с)	4,7
2	Бег 2000 м (мин. с.)	8,10
3	Подтягивание из виса на перекладине (количество раз)	12
4	Прыжок в длину с места, см	160
5	Подтягивание из виса лежа (количество раз)	24
6	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа	36
7	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+11
	девочки	
1	Бег 30 м (с)	5,0
2	Бег 2000 м (мин. с.)	10,00
3	Прыжок в длину с места, см	150
4	Подтягивание из виса лежа (количество раз)	18
5	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+15
6	Поднимание туловища из положения лежа	36
7	Сгибание, разгибание в упоре лежа	15

3.2 Календарно – тематическое планирование 5 класс

№	Название темы занятия	Кол ичес тво часо в	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректиров ка
			По плану	По факту		
1	Инструктаж по Т/Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП.	1			Входной контроль (устный)	
2	Техника безопасности на занятиях в секции. История развития баскетбола. ОФП	1				
3	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1				
4	Передача двумя руками над головой. Учебно-игровые задания.	1				
5	Техника передач двумя руками в движении. Учебно-игровые задания.	1				
6	Передачи мяча в движении. Броски после ведения. Учебно-игровые задания.	1				
7	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча.	1			тестирование	

8	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1				
9	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			Учебный норматив	
10	Правила игры баскетбол. Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола.	1				
11	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1				
12	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной.	1				
13	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
14	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
15	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1				
16	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
17	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после владения. Учебная игра.	1				
18	Техника броска в прыжке с места. Штрафные броски. Учебная игра.	1				
19	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча.	1				
20	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1				
21	Челночный бег. Ведение с обманными	1				

	движениями, с финтом. Учебная игра.					
22	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1				
23	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1				
24	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	1				
25	Техника передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу.	1				
26	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	1			Контроль (устно)	
27	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	1				
28	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой.	1			Контрольное тестирование	
29	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	1				
30	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1				
31	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.	1			Контроль (устно)	
32	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек.	1				
33	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника.	1				
34	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1				
35	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная	1				

	игра.					
36	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 6 класс

№	Название темызанятия	Кол иче ств о час ов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректиров ка
			По плану	По факту		
1	Инструктаж по Т/Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП.	1			Входной	
2	Техника безопасности на занятиях в секции. История развития баскетбола. ОФП	1			контроль	
3	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1			(устный	
4	Передача двумя руками над головой. Учебно-игровые задания.	1				
5	Техника передач двумя руками в движении. Учебно-игровые задания.	1				
6	Передачи мяча в движении. Броски после ведения. Учебно-игровые задания.	1				
7	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча.	1			тестирование	
8	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1				
9	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			Учебный норматив	
10	Правила игры баскетбол. Техника	1				

	передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола.					
11	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1				
12	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной.	1				
13	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
14	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
15	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1				
16	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
17	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после ведения. Учебная игра.	1				
18	Техника броска в прыжке с места. Штрафные броски. Учебная игра.	1				
19	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча.	1				
20	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1				
21	Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра.	1				
22	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1				
23	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1				
24	Скрытые передачи мяча под рукой, из-	1				

	за спины, из-за спины в пол. СФП					
25	Техника передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу.	1				
26	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	1			Контроль (устно)	
27	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	1				
28	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой.	1			Контрольное тестирование	
29	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	1				
30	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1				
31	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.	1			Контроль (устно)	
32	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек.	1				
33	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника.	1				
34	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1				
35	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1				
36	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 7 класс

№	Название темызанятия	Кол иче ств о час ов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректиров ка
			По плану	По факту		
1	Инструктаж по Т/Б. Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. История развития баскетбола. ОФП.	1			Входной	
2	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1			контроль	
3	Передача двумя руками над головой. Учебно-игровые задания.	1			(устный	
4	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1				
5	Техника передач двумя руками в движении. Учебно-игровые задания.	1				
6	Передачи мяча в движении. Броски после ведения. Учебно-игровые задания.	1				
7	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			тестирование	
8	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча.	1				
9	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			Учебный норматив	
10	Правила игры баскетбол. Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола.	1				
11	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1				
12	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной.	1				

13	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
14	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
15	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1				
16	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
17	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после ведения. Учебная игра.	1				
18	Техника броска в прыжке с места. Штрафные броски. Учебная игра.	1				
19	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча.	1				
20	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1				
21	Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра.	1				
22	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1				
23	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1				
24	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	1				
25	Техника передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу.	1				
26	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	1			Контроль (устно)	

27	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	1				
28	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой.	1			Контрольное тестирование	
29	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	1				
30	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1				
31	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.	1			Контроль (устно)	
32	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек.	1				
33	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника.	1				
34	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1				
35	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1				
36	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 8 класс

№	Название темызанятия	Кол иче ств о час ов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректиров ка
			По плану	По факту		
1	Инструктаж по Т/Б. Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. История развития баскетбола. ОФП.	1			Входной	
2	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1			контроль	
3	Передача двумя руками над головой. Учебно-игровые задания.	1			(устный	
4	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1				
5	Техника передач двумя руками в движении. Учебно-игровые задания.	1				
6	Передачи мяча в движении. Броски после ведения. Учебно-игровые задания.	1				
7	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			Тестирование	
8	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча.	1				
9	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	1			Контрольные нормативы	
10	Правила игры баскетбол. Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола.	1				
11	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1				
12	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной.	1				

13	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
14	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
15	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1				
16	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
17	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после ведения. Учебная игра.	1				
18	Техника броска в прыжке с места. Штрафные броски. Учебная игра.	1				
19	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча.	1				
20	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1				
21	Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра.	1				
22	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1				
23	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1				
24	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	1				
25	Техника передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу.	1				
26	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	1			Контрольное тестирование	

27	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	1				
28	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой.	1			Контроль (устно)	
29	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	1				
30	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1				
31	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.	1				
32	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек.	1				
33	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника.	1				
34	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1				
35	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1				
36	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 9 класс

№	Название темы/занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечание /корректировка
			По плану	По факту		
1	Техника безопасности на занятиях в секции. История развития баскетбола. ОФП	1			Входной	
2	Техника передвижений и остановок баскетболиста. Стойка баскетболиста. ОФП.	1			контроль	
3	Специальная физическая подготовка. Совершенствование стоек баскетболиста. Остановки: двумя шагами; остановка прыжком. Ловли мяча.	1			(устный	
4	Остановка после движения прыжком и в 2-а шага. Техника ловли и передачи мяча. Развитие выносливости.	1				
5	Техника ловли мяча: ловля мяча на месте и в движении, ловля высоколетящего мяча, ловля катящегося мяча. Передача мяча без движения.	1				
6	Правила игры баскетбол. Техника передачи мяча двумя руками от груди, тоже самое снизу с отскоком от пола на месте и в движении.	1				
7	Техника передачи мяча одной рукой от плеча, одной рукой с отскоком от пола. Ловля и передача мяча в движении.	1			Тестирование	
8	Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
9	ОФП. Передачи мяча в парах, в тройках. Броски мяча в корзину со штрафной. Подвижная игра «Школьный баскетбол».	1				
10	Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП.	1				

	Ведение мяча с изменением направления.					
11	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1			Контрольные нормативы	
12	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Ведение с сопротивлением.	1				
13	ОФП. Ведение мяча с сопротивлением. Тактика «защиты». Учебная игра.	1				
14	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	1				
15	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	1				
16	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Передачи в «малой восьмерке». ОФП.	1				
17	Челночный бег. Ведение с обманными движениями, с финтом. Учебная игра.	1				
18	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
19	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП	1				
20	Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП	1				
21	Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. ОФП.	1				
22	Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга.	1				
23	Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра	1				
24	Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП	1				

25	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении.	1				
26	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1			Контрольное тестирование	
27	Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП.	1				
28	Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления.	1			Контроль (устно)	
29	СФП. Броски мяча в корзину со средней дистанции после прохода защитника.	1				
30	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.	1				
31	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	1				
32	Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП	1				
33	Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра.	1				
34	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1				
35	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1				
36	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 10 класс

№	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректировка
			По плану	По факту		
1	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1			Входной	
2	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1			контроль	
3	Сочетания премов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1			(устный	
4	СФП. Зонная защита. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебная игра.	1				
5	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	1				
6	Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Учебная игра.	1				
7	ОФП. Тактика персональной защиты. Взаимодействие игроков при индивидуальной защите.	1			Тестирование	
8	Тактика защиты и нападения. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.	1				
9	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	1				
10	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	1				
11	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с	1			Контрольные нормативы	

	изменением направления движения.					
12	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1				
13	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний. СФП.	1				
14	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1				
15	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	1				
16	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	1				
17	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра. СФП.	1				
18	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
19	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра. ОФП.	1				
20	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	1				
21	Контрольные испытания. Учебная игра.	1				
22	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	1				
23	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	1				
24	ОФП. Ведение мяча с изменением	1				

	высоты отскока.					
25	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	1				
26	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. СФП.	1			Контрольное тестирование	
27	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Двусторонняя игра. СФП.	1				
28	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	1			Контроль (устно)	
29	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	1				
30	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1				
31	ОФП. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	1				
32	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП	1				
33	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра.СФП.	1				
34	ОФП. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке. Передачи в парах.	1				
35	СФП. Взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре	1				
36	Правила баскетбола- судейская практика. Ведение мяча с обводкой защитников. Учебная игра.	1				

Календарно – тематическое планирование 11 класс

№	Название темы занятия	Кол иче ств о час ов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание /корректировка
			По плану	По факту		
1	Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага.	1			Входной	
2	Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. Учебная игра.	1			контроль	
3	Сочетания приемов: ведения, передач, бросков. Учебная игра.	1			(устный	
4	СФП. Зонная защита. Взаимодействие игроков в защите и нападении. Учебная игра.	1				
5	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	1				
6	Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Учебная игра.	1				
7	ОФП. Тактика персональной защиты. Взаимодействие игроков при индивидуальной защите.	1			Тестирование	
8	Тактика защиты и нападения. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.	1				
9	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	1				
10	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	1				
11	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с	1			Контрольные	

	изменением направления движения.				нормативы	
12	Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	1				
13	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; броски в прыжке со средних расстояний. СФП.	1				
14	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1				
15	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	1				
16	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	1				
17	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра. СФП.	1				
18	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Учебная игра.	1			Тестирование техники выполнения упражнения	
19	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра. ОФП.	1				
20	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	1				
21	Контрольные испытания. Учебная игра.	1				
22	Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении.	1				
23	Инструкторская и судейская практика. Учебная игра.	1				
24	ОФП. Ведение мяча с изменением	1				

	высоты отскока.					
25	Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола.	1				
26	Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. СФП.	1			Контрольное тестирование	
27	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Двусторонняя игра. СФП.	1				
28	Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП. Чередование изученных технических приемов в различных сочетаниях.	1			Контроль (устно)	
29	Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра.	1				
30	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка».	1				
31	ОФП. Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом.	1				
32	Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП	1				
33	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра.СФП.	1				
34	ОФП. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке. Передачи в парах.	1				
35	СФП. Взаимодействие с центровым игроком, броски в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре	1				
36	Правила баскетбола- судейская практика. Ведение мяча с обводкой защитников. Учебная игра.	1				

	<p>- медленный.</p> <p>Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обычная; - с перестроением в колонну по четыре <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>Упр.1. И.п.-стойка ноги врозь, руки в замке перед грудью</p> <p>1-16-вращение кистями</p> <p>Упр.2. И.п.-стойка ноги врозь, руки скрестно в замке вперёд</p> <p>1-сгибая руки к груди, вытянуть их вперёд</p> <p>2-и.п.</p> <p>3-то же, что 1</p> <p>4-и.п.</p> <p>Упр.3. И.п.-стойка ноги врозь, руки согнуты в замке перед грудью ладонями внутрь</p> <p>1-руки вперёд ладонями наружу</p> <p>2-и.п.</p> <p>3-руки вверх, ладонями наружу</p> <p>4-и.п.</p> <p>Упр.4. И.п.-стойка ноги врозь, руки в замке вверх ладонями наружу</p> <p>1-3-пружинистый наклон влево</p> <p>4-и.п.</p> <p>5-7-пружинистый наклон вправо</p>	<p>2 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>4 раза</p> <p>5 раз</p>	<p>восстанавливать дыхание</p> <p>руки выпрямлять полностью</p> <p>руки прямые</p> <p>смотреть на кисти рук</p> <p>наклон точно в сторону</p>
--	--	--	---

Основная 26 минут	<p>Прыжки:</p> <p>1-ноги скрестно, левая рука на пояс</p> <p>2-ноги врозь, правая рука на пояс</p> <p>3-ноги скрестно, правая рука на плечо</p> <p>4-ноги врозь, правая рука на плечо</p> <p>5-ноги скрестно, левая рука вверх</p> <p>6-ноги врозь, правая рука вверх</p> <p>7-ноги скрестно, левая рука вниз</p> <p>8-и.п.</p>	5 раз	<p>быть внимательнее</p> <p>успевать за счётом</p>	
	<p>Круговая тренировка с элементами баскетбола:</p> <p>объяснение задания, получение инвентаря;</p> <p>1. Совершенствование ведения без зрительного контроля: по направлению стрелки ведение на месте левой и правой рукой, а также с продвижением приставным шагом влево и вправо.</p>	6 раз		
	<p>Переход к следующему виду.</p> <p>2. Совершенствование штрафного броска</p>	5 раз		<p>сплошная линия-ведение на месте, пунктирная-с передвижением против часовой стрелки</p> <p>встать вокруг трапеции, каждый выполняет по два броска.</p>
	<p>Переход к следующему виду.</p> <p>3. Совершенствование передач: двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола.</p>	2 мин		
	<p>Переход к следующему виду.</p> <p>4. Совершенствование остановки в два</p>	20 сек	<p>со сменой мест, убегая за мячом в конец противоположной колонны</p>	

	<p>шага с броском по кольцу.</p> <p>Переход к следующему виду, смена инвентаря.</p> <p>Второй круг: объяснение</p> <p>1. Совершенствование ведения без зрительного контроля: с продвижением вперёд и назад, считая написанные примеры.</p> <p>Переход к следующему виду.</p> <p>2. Жонглирование мячом.</p> <p>Переход к следующему виду.</p> <p>3. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа: девочки от подоконника, мальчики от пола.</p> <p>Переход к следующему виду.</p> <p>4. Прыжки через скакалку на двух ногах.</p> <p>Уборка инвентаря, деление на команды.</p> <p>Учебная игра.</p>	<p>2 мин.</p> <p>20 сек</p> <p>2 мин.</p> <p>20 сек</p> <p>2 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин</p> <p>20 сек</p> <p>1 мин.</p> <p>20 сек</p> <p>20 сек</p> <p>1 мин.</p> <p>20 сек</p> <p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p>	<p>результат называть вслух</p> <p>вокруг пояса; по восьмёрке, поднимая ноги; по восьмёрке не отрывая ног от пола</p> <p>туловище прямое, не прогибаться, грудью касаться подоконника или пола</p> <p>в быстром темпе</p> <p>соблюдать правила игры</p>
--	--	--	---

		7 мин	
Зак- лючи- тельная 4 мин.	Построение.	30 сек	
	Повторение судейских жестов-разгады-	3 мин.	
	вание кроссворда.	30 сек	
	Подведение итогов урока.		

**5. План воспитательной программы
кружка «Баскетбол»
на 2023-2024**

№	Мероприятия	Планируемая дата
1	Беседа о здоровом образе жизни. Профилактика вредных привычек	Сентябрь
2	Первенство школы по уличному баскетболу 9-11 класс(м., д.)	Октябрь
3	Первенство школы по стрит-болу 7,8 класс(м., д.)	ноябрь
4	Первенство школы по стрит-болу 5,6 класс(м., д.)	декабрь
5	Спортивный праздник «Веселые старты» 5- 8 класс	февраль
6	Президентские спортивные игры. Школьный этап .	Март

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128159

Владелец Медведева Наталья Витальевна

Действителен с 18.10.2022 по 18.10.2023