

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 87»

Рассмотрено на  
заседании педагогического совета  
протокол № 1  
от 02.02.2023 г.

Утверждено  
приказом по школе № 126/1  
от «10» февраля 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Баскетбол»  
для обучающихся 10-15 лет  
срок реализации – 1 год**

**Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Обойщиков В.В.**

Ярославль, 2023

## **Оглавление**

1	Пояснительная записка	3-5 стр
2	Учебно – тематический план	5-6 стр
3	Содержание программы	6-7 стр
4	Методическое обеспечение программы	12 стр
5	Список литературы	13 стр

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» направлена на содействие улучшению здоровья обучающихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини-футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Программа создана на основе нормативных документов.

- 1.Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2018) «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями.
- 2.Федеральный закон от 31.07.2020 N 304-ФЗ (ред. от 25.12.2018) о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
- 3.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. №816 (зарегистрирован министерством юстиции Российской Федерации от 18.09.2017г. , регистрационный номер 48226) «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- 4.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- 5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- 6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 ноября 2021г.№27 «О внесении изменения в пункт 3 постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020г. №16 « Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).
- 7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.03.2022 г.№9 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4..3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020г. №16.
- 8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Зарегистрировано в Минюсте РФ 26 сентября 2022 г. Регистрационный N 70226
- 9.Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- 10. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».

- 11. Приказ Департамента образования Ярославской области от 07.08.2018г. №19-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области».
- 12. Приказ Департамента образования Ярославской области от 27.12.2019г. №47-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области».
- 13. Устав муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 87»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

**Актуальность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико– тактическая подготовка юных баскетболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к данному виду спорта.

**Цель** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» – совершенствование спортивных навыков игры в баскетбол.

Задачи программы.

*Образовательные:*

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в баскетболе;
- освоение знаний о баскетболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники броска по кольцу;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

*Развивающие:*

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;

- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

*Воспитательные:*

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 10-15 лет.

В рамках реализации Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» необходимо создать условия для вовлечения детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, развивать командные, индивидуальные и игровые виды деятельности, способствующие физическому, духовному, интеллектуальному, здоровью сберегающему и патриотическому воспитанию детей.

**Форма занятий:** групповая и индивидуальная.

**Режим занятий:** Программа рассчитана на 72 часа: 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Реализация программы основана на развитии физических способностей обучающихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Баскетбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии баскетболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Баскетбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много мячей, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

По окончании обучения обучающиеся достигнут следующей подготовленности:

#### **Будут знать:**

- историю развития баскетбола в России;
- о самостоятельном развитии физических качеств и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии баскетболом и правила его предупреждения;
- правила баскетбола.

#### **Будут уметь:**

- организовать самостоятельные занятия баскетболом, а также с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.;
- выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола;
- владеть техническими и тактическими приемами баскетбола по возрасту;
- играть в баскетбол с соблюдением основных правил.

## **ИНКЛЮЗИВНОСТЬ**

Данная рабочая программа может быть реализована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Основное достоинство программы для детей с ОВЗ – максимальная социализация и социальная адаптация обучающихся в среде нормотипичных сверстников. Коррекционно-развивающий потенциал данной программы для детей заключается в формировании у обучающихся жизненных компетенций:

1. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
2. Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия.
3. Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни.
4. Развитие способности к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации.
5. Развитие способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

- Занятия в объединениях с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья могут быть организованы **как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах**, в том числе по индивидуальному учебному плану;
- численный состав объединения может быть уменьшен при включении в него обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;

укрепление потенциала дополнительного образования в решении задач социокультурной реабилитации **детей-инвалидов, расширения возможности для освоения детьми с ограниченными возможностями** здоровья программ дополнительного образования по всем направленностям путем создания специальных условий в образовательных организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные программы (в том числе с использованием... дистанционного обучения)

## ПРОФОРИЕНТАЦИЯ

Вовлечение обучающихся в программы и мероприятия **ранней профориентации**, обеспечивающие ознакомление с современными профессиями и профессиями будущего, поддержку профессионального самоопределения, формирование навыков планирования карьеры

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Основы знаний по баскетболу	0,5	0,5	1
3.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	1	13	14
4.	Техника бросков мяча	1	10	11
5.	Техника ведения мяча	2	8	10
6	Техника защитных действий	1	8	9
7	Тактика и техника игры	2	20	22
8	Соревнования, правила соревнований.	2	4	6
	<i>Итого</i>	10,5	63,5	72

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*Теоретическая подготовка ( 8 часов).*

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом. Техника безопасности на занятиях баскетболом.
2. Правила игры «Баскетбол». Линии разметки баскетбольной площадки.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу. Жесты судей.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

*Физическая подготовка (48 часов).*

*Общая физическая подготовка.*

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах ( опорный прыжок, стенка, скамейка,).

- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий .
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекуты).

*Специальная физическая подготовка.*

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

*Техническая подготовка ( 72 часа).*

1. Упражнения без мяча.
  - 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
  - 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
    - с разной скоростью;
    - в одном и в разных направлениях.
  - 1.3. Передвижение правым – левым боком.
  - 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
  - 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
  - 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
  - 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
  - 1.8. Повороты на месте.
  - 1.9. Повороты в движении.
  - 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
  - 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.
2. Ловля и передача мяча.
  - 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
  - 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
  - 2.3. Двумя руками от груди в движении.
  - 2.4. Передача одной рукой от плеча.



- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
  - 2.6. То же после ведения мяча.
  - 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
  - 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
  - 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
  - 2.10. То же в движении.
  - 2.11. Ловля мяча после полукотскока.
  - 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
  - 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
  - 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.
3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

*Тактическая подготовка ( 54 часа).*

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

## Календарный учебный график

№	Дата и время проведения	Содержание занятий согласно ДОП	Часы	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Развитие футбола в России и за рубежом:	1	Спортивный зал №2	Тестирование
2	Сентябрь	Терминология элементов баскетбола	1	Спортивный зал №2	Тестирование
3	Сентябрь	Строение и функции организма человека:	1	Спортивный зал №2	Тестирование
4	Сентябрь	Профилактика травматизма при занятиях баскетболом	1	Спортивный зал №2	Тестирование
5	Сентябрь	Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма.	1	Спортивный зал №2	Тестирование
6	Сентябрь	Спортивный массаж.	1	Спортивный зал №2	Тестирование
7	Сентябрь	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
8	Сентябрь	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
9	Октябрь	Техника броска мяча по кольцу.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
10	Октябрь	Броски с разных позиций.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
11	Октябрь	Бросок с использованием техники двух шагов	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
12	Октябрь	Остановка с мячом в два шага.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
13	Октябрь	Бросок мяча из-под кольца.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
14	Октябрь	Передача мяча партнеру.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
15	Октябрь	Передача двумя руками от груди.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
16	Октябрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.		Спортивный зал №2	Практическая работа

17	Ноябрь	Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
18	Ноябрь	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
19	Ноябрь	Комбинации из основных элементов: ведение, пас, прием мяча, остановка, бросок по кольцу.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
20	Ноябрь	Техника защитных действий.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
21	Ноябрь	Зонная защита.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
22	Ноябрь	Персональная защита.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
23	Ноябрь	Смешанная защита.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
24	Ноябрь	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
25	Декабрь	Отбор мяча и дальнейшая контратака..	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
26	Декабрь	Игра защитника – при атаке с разных позиций	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
27	Декабрь	Перехват мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
28	Декабрь	Тактика и техника игры.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
29	Декабрь	Расстановка игроков на площадке.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
30	Декабрь	Тактика свободного нападения.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
31	Декабрь	Тактические действия	1	Спортивный	Практическая

		линий обороны и атаки: а) индивидуальная тактика игрока;		зал №2	работа
32	Декабрь	Коллективные тактические действия	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
33	Январь	Выбор места игрока;	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
34	Январь	создание численного перевеса при атаке	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
35	Январь	Позиционное нападение без изменения позиций игроков.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
36	Январь	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
37	Январь	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки по кольцу.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
38	Январь	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
39	Январь	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
40	Январь	Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, футбол).	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
41	Февраль	Соревнования, правила соревнований.	1	Спортивный зал №2	Тестирование
42	Февраль	Основные правила соревнований по баскетболу.	1	Декабрь	Тестирование
43	Февраль	Судейство игр.	1	Спортивный зал №2	Тестирование
44	Февраль	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
45	Февраль	Техническая и тактическая подготовка.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
46	Февраль	Техника передвижения.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
47	Февраль	Бросок с удобной руки.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
48	Февраль	Бросок с неудобной руки.	1	Спортивный	Практическая

				зал №2	работа
49	Март	Остановка в два шага и прием мяча	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
50	Март	Ведение мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
51	Март	Обманные движения (финты).	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
52	Март	Тактика игры под кольцом.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
53	Март	Отбор мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
54	Март	Вбрасывание мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
55	Март	Тактика нападения.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
56	Март	Индивидуальные действия без мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
57	Апрель	Индивидуальные действия с мячом.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
58	Апрель	Групповые действия	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
59	Апрель	Тактика защиты.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
60	Апрель	Групповые действия.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
61	Апрель	Развитие быстроты: ведение мяча с остановками и ускорениями.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
62	Апрель	Короткие передачи из-за головы.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
63	Апрель	Короткие передачи с отскоком от пола.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
64	Апрель	Передачи мяча в движении. <i>Понятие основных правил и жестов судьи. Выявлять и устранять ошибки.</i>	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
65	Май	Ведение мяча, отбор мяча, передача мяча с выходом на свободное место; броски по кольцу.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
66	Май	Игра защитника при нападении.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
67	Май	Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой	1	Спортивный зал №2	Практическая работа

68	Май	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
69	Май	Комбинации из основных элементов: ведение, передача, прием мяча, бросок по кольцу.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
70	Май	Перехват мяча.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
71	Май	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа
72	Май	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	1	Спортивный зал №2	Практическая работа

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

### Ожидаемые результаты:

- освоение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре;
- совершенствование техники владения мячом;
- освоение тактики игры.

### Методы проведения занятий.

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

### Формы подведения итогов.

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города, района и школы.

В случае наличия нескольких групп в рамках одного учреждения дополнительного образования проводятся соревнования между группами. На первом году обучения

основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами футбола. На втором году обучения более используемой формой контроля являются соревнования.

Материальное оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;
- мячи баскетбольные (12-15 шт);
- баскетбольные щиты и кольца;
- форма для занятий по баскетболу;
- мячи для других игровых видов спорта (футбольные, волейбольные);
- мячи для метания ;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Ник Сортэл Баскетбол 100 упражнений и советов для юных игроков «Астрель» 2002г.
2. Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Конвенция ООН о правах ребенка.
2. Конституция Российской Федерации.
3. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
4. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА**

1. Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.
2. Лихачев О.Е.,Фомин С.Т., Мазурин А.В. Методика обучения индивидуальным действиям баскетболистов в защите. «РГУФК-СГАФКСТ» Москва-Смоленск 2009г.
3. Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. — М., 2001.
4. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. ( в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986
5. Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера— И,1997.
6. Вари Л. 1000 упражнений игры в баскетбол: Пер, с фр, / Под ред Л. Ю. Поплавского. — Киев, 1997