

Управление образования Исполнительного комитета
муниципального образования г.Казани
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества пос. Дербышки»
Советского района г. Казани

Принята на методическом совете ЦДТ пос.Дербышки	МБУДО ЦДТ пос.Дербышки «Центр детского творчества пос. Дербышки»
Протокол № 1 от 29.09.2022 г	«Утверждаю» Директор ЦДТ Гумерова Ф.М. Приказ №32-ОД от 29.09.2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
объединения

«Баскетбол»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
возраст детей 10-14 лет
срок реализации программы 4года

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Ермакова Н.Е.

Казань -2017

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества пос. Дербышки» Советского района г. Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Баскетбол»
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Ермакова Надежда Егоровна педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	4года
5.2.	Возраст обучающихся	11-14 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая
5.4.	Цель программы	Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	<i>Базовый уровень</i>
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: групповая Методы: словесный ,наглядный, практический игровой .
7.	Формы мониторинга результативности	Беседа, опрос, практические задания, тестирование, сдача нормативов, соревнования
8.	Результативность реализации программы	Входной и тематическая диагностика, промежуточная, итоговая аттестация обучающихся. Результативность участия в соревнованиях
9.	Дата утверждения и последней	Протокол методического совета ЦДТ №1

	корректировки программы	Приказ директора №232-ОД от 29.08.2022 г. Изменения, внесенные в программу в 2022-2023 уч.году: - изменения в нормативно-правовой базе - корректировка целей и задач - изменения в мониторинге качества освоения программы
--	--------------------------------	--

Оглавление

Комплекс основных характеристик программы:

1. Пояснительная записка.....	3 стр.
2. Ожидаемый результаты освоения программы	6 стр.
3. Матрица образовательной программы	7 стр.
4. Учебный план 1 года обучения	9 стр.
5. Учебный план 2 года обучения	12 стр.
6. Учебный план 3 года обучения	14 стр.
7. Учебный план 4 года обучения	16 стр.
8. Содержание программы	18 стр.
9. Используемые интернет –	20стр.
10. Планируемые результаты освоения программы	21стр.

Комплекс организационно-педагогических условий:

10. Организационно-педагогические условия реализации программы	21 стр.
11. Формы аттестации контроля и оценочные материалы.....	22стр.

Приложения:

Приложение 1. Календарный учебный график 1 года обучения.....	25 стр.
Календарный учебный график 2 года обучения.....	34 стр.
Календарный учебный график 3 года обучения.....	47 стр.
Календарный учебный график 4 года обучения.....	55 стр.
Приложение 2. Мониторинг качества освоения образовательной программы	69 стр.
Приложение 3. Диагностические и оценочные материалы	73 стр.
Приложение 4. Модуль дистанционного обучения	90 стр.

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Баскетбол» **имеет физкультурно-спортивную направленность**, создана для спортивно-оздоровительной группы на основе курса обучения игре в баскетбол, которая рассчитана на обучения во внеурочное время.

Нормативно-правовое обеспечение программы. Данная программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам № 196 от 9.11.2018г.; Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. 1726-р); Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ МО и НРФ, 2015г., Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества пос. Дербышки».

Баскетбол – один из наиболее массовых и любимых видов спорта у нас в стране. Технические приемы, тактические действия и учебно-тренировочная игра в баскетбол содержит в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Программа направлена и способствует оздоровительно-гигиеническому развитию и имеет агитационно-воспитательное значение. Программа носит индивидуально ориентированный способ обучения и направлена на повышение спортивно-оздоровительного процесса детского организма и достижение высоких результатов.

Актуальность, педагогическая целесообразность, новизна:

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Уникальные возможности данного вида спорта заключаются не только в физическом развитии, но и в нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, выработке воли и характера, настойчивости и уверенности в себе, формировании умения ориентироваться в окружающей деятельности, воспитании чувств коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного, воспитательного и оздоровительного потенциала личности, ее индивидуальности и творческого отношения к здоровому образу жизни.

Отличительная особенность данной программы от уже существующих образовательных программ.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 8 декабря 2011 г. № 2227-р.

- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497.
- **Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р**
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.317214 (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 №33660)
- Стратегическая инициатива "Новая модель системы дополнительного образования", одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.
- Устав МБУДО «Центр детского творчества пос. Дербышки» Советского района г. Казани.
- Положение об аттестации обучающихся МБУДО ЦДТ пос. Дербышки.

Программа имеет базовый уровень сложности освоения учебного материала, так как учащиеся в возрасте с 10-14 знакомы с навыками игры в баскетбол.

Цель программы: формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом

Задачи программы:

- 1) Создать цепь непрерывного дополнительного физкультурно-спортивного образования для учащихся, желающих заниматься баскетболом, - углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;
- 2) Развить специальные физические качества и способности, необходимые при обучении учащихся технике и тактике игры в баскетбол, способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм.
- 3) Способствовать формированию устойчивого интереса к занятиям в баскетбол, формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения.

Адресат программы: Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 10 до 14 лет, не имеющих специальной физической подготовки. Дети принимаются в группу при наличии медицинской справки с допуском к занятиям.

Сроки и этапы реализации программы –4 года. Программа имеет базовый уровень освоения учебного материала, который предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоения специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно- тематического направления программы.

Каждый участник программы должен иметь право на доступ к любому из представленных уровней, которое реализуется через организацию условий и процедур оценки изначальной оснащённости участника (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания и материала заявленного участником уровня).

Основные спортивно оздоровительные этапы:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности;
- привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортом;
- формирование стремления у детей к здоровому образу жизни и стойкого интереса к регулярным занятиям спортом;
- освоение основ техники и тактики избранного вида спорта – баскетбол;
- воспитание физических, интеллектуальных и нравственных качеств;
- профилактика вредных привычек и правонарушений.

Объем программы – 792 часов

1 год обучения – 144 часа (4 часа в неделю)

2, 3 и 4 год обучения – 216 часов (6 часов в неделю)

Формы организации учебного процесса:

- групповая (12 – 15 учащихся в группе)
- малыми группами

Основные этапы индивидуально ориентированного метода обучения:

- понимание (осознание, осмысление, обобщение);
- усвоение (текущее, тематическое, итоговое повторения);
- применение (формирование и совершенствование умений);
- контроль усвоения знаний, умений и навыков;
- коррекция знаний, умений и навыков (работа над ошибками) в группе и индивидуально.

Режим проведения занятий:

1 год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа

2,3,4 годы обучения - 3 раза в неделю по 2 часа.

Ожидаемые результаты реализации программы.

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья.

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «Школа передач мяча», «Финт», «Владение мячом», «Школа бросков мяча по кольцу», «Групповые взаимодействия». Знать историю возникновения баскетбола. Знать гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарю, спортивной одежде и обуви. Знать основные правила игры, владеть следующими двигательными действиями: Передачи одной рукой от плеча, двумя от груди, приемлемые виды передач для каждой конкретной игровой ситуации, ведение мяча, повороты, перевод мяча, техника бросков по кольцу двумя от груди и одной рукой в движении.

Реализация программы предполагает следующие условия: наличие спортивного зала, соответствующего гигиеническим требованиям (наличие акта о проверке требований техники безопасности спортивного зала) с площадкой установленных размеров для

проведения занятий при наличии специального спортивного оборудования и инвентаря, соответствующего общему стандарту.

Формы подведения итогов реализации программы (входная и текущая диагностика освоения программы, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся, соревнования различного уровня и др.)

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья.

Рекомендуемый инвентарь: две основные стойки со щитами установленного образца, шведская стенка с турниками, гимнастические скамейки, гимнастические маты, фишки, баскетбольные мячи, набивные мячи весом 1-2 кг, скакалки.

Одним из принципов проектирования и реализации данной программы является **разноуровневость**.

Основания разноуровневости при проектировании программ дополнительного образования реализуют право каждого ребёнка на овладение компетенциями, знаниями и умениями в индивидуальном темпе, объёме и сложности. Данная программа предоставляет всем детям возможность занятий независимо от способностей и уровня общего развития. Соответственно, для обеспечения реализации данного основания при разработке данной программы педагог руководствовался рядом требований, которые расширяют и усложняют образовательный процесс. Данная программа является разноуровневой, так как соответствует следующим критериям:

- наличие в программе собственной матрицы, отражающей содержание разных типов уровней сложности учебного материала и соответствующих им достижений участника программы;

- предусмотрены и методически описаны разные степени сложности учебного материала;

- организован доступ любого участника программы к стартовому освоению любого из уровней сложности материала посредством прохождения специально организованной педагогической процедуры;

- методическое описание открытых и прозрачных процедур, посредством которых присваиваются те или иные уровни освоения ученикам;

- подробное описание механизмов и инструментов ведения индивидуального рейтинга детей исходя из содержания уровневой матрицы программы. Описаны параметры и критерии, на основании которых ведётся индивидуальный рейтинг;

- программа предполагает реализацию процессов индивидуального сопровождения детей, основывающихся на данных индивидуального рейтинга;

- фонд оценочных средств программы предполагает их дифференциацию по принципу уровневой сложности, которая заложена в матрице.

МАТРИЦА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ РАЗНОУРОВНЕВОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностики	Педагогические методы и технологии	Результаты	Методическая копилка дифференцированных заданий
Базовый	<p>Предметные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание правил техники безопасности - знания по истории развития баскетбола; - основные представления об анатомии человека и личной гигиене - владеть навыками основных циклических движений, - уметь выполнять ведение мяча на месте, ведение мяча в движении, передачи мяча на месте и в движении ,броски мяча в кольцо - играть в подвижные игры (эстафеты), - систематически выполнять домашнее задания. 	<p>психолого-педагогическая диагностика,</p> <ul style="list-style-type: none"> - собеседование - целенаправленное наблюдение - индивидуальная беседа, - практическая работа - педагогический анализ 	<p>Методы: наглядно-практический, словесный, игровой, репродуктивный (по образцу, с подсказкой), объяснительно-иллюстративный</p> <p>Технологии: личностно-ориентированного обучения, здоровьесберегающие технологии, игровые технологии</p>	<p>Предметные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знают и выполняют правила техники безопасности на занятии - знают историю развития баскетбола - имеют представление об анатомии; о правилах личной гигиены, стараются их соблюдать - знают и выполняют под наблюдением педагога основные циклические движения; - выполняют ведение мяча на месте, ведение мяча в движении, передачи мяча на месте и в движении, броски мяча в кольцо - выполняют обще развивающие упражнения с предметом и без предмета - принимают участие в подвижных играх и эстафетах - стараются полностью и правильно выполнять домашнее задание 	

<p>Метапредметные компетенции: Регулятивные: - организованность, самостоятельность Познавательные- развитие интереса к занятиям спортом Коммуникативные: умение слушать и вступать в диалог с педагогом и учащимися</p>			<p>Метапредметные компетенции: -Регулятивные: Проявляют организованность и ходе проведения занятий, стараются самостоятельно выполнять задания педагога на занятиях и во внеурочное время - Познавательные: проявляют устойчивый интерес стремятся получить новые знания и умения - Коммуникативные: стараются слушать и слышать педагога, отвечают на обращенные к ним вопросы, формируются навыки работы в малых группах и парах</p>	
<p>Личностные компетенции - формирование учебной мотивации - формирование самосознания как одной из компетенций эмоционального интеллекта</p>			<p>Личностные компетенции - учащиеся осознают смысл занятий боевыми видами спорта, сформирована учебная мотивация - стараются прислушиваться к чувствам и эмоциям (своим и др.людей), формируется самоотношение и самооценка</p>	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Содержание учебного материала	Этап начальной подготовки			
	1-й год	2-ой год	3-й год	4 год
Теория	4	4	4	4
ОФП	56	70	70	70
СФП	37	50	50	50
Техника а) нападение б) защита	30	46	46	46
Игровая подготовка	18	42	42	42
Контрольные испытания	4	5	5	5
Итого:	144	216	216	216

Первый год обучения (базовый уровень) - понимание (ознакомление). Задача этого года: формирование представления о двигательных действиях. Учитель знакомит учащихся с особенностями действий и их значением с помощью рассказа и показа. Детали движений осваиваются гораздо быстрее, если дети могут наблюдать технически правильное его выполнение. Между повторениями в заданиях желательно делать паузы, во время которых сами занимающиеся анализируют выполнение движений.

Знать: Технику безопасности при поведении занятий по баскетболу. Оказание первой медицинской помощи.

Уметь: Выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете; выполнять перемещения в стойке, остановку в два шага и прыжком;

выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи; бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места; владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости.

Учебный план 1 года обучения

Раздел учебной программы		Тема	Количество часов	Формы аттестации/ контроля
Теория Входная психолого-педагогическая диагностика.	1	Техника безопасности. Оказание первой медицинской помощи	2 часа	Опрос. Пед. наблюдение. Анкетирование.
	2	История баскетбола. Правила и техника игры. Входная психолого-педагогическая диагностика	2 часа	
Всего			4 часа	
Практика ОФП	1	Развитие двигательных качеств	4 часа	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Развитие координации	4 часа	
	3	Развитие ловкости	4 часа	
	4	Развитие гибкости	4 часа	
	5	Развитие скоростных качеств	6 часов	
	6	Развитие силы	6 часов	
	7		6 часов	

	8	Развитие скоростно-силовых качеств	6 часов	
	9	Развитие выносливости	6 часов	
	10	Развитие специальной силовой выносливости	6 часов	
	11	Развитие меткости	4 часа	
		Развитие прыгучести		
Всего				
56 часов				
Практика СФП	1	Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Специальные упражнения на выносливость	6 часов	
	3	Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	6 часов	
	4	Специальные упражнения для развития гибкости	6 часов	
	5	Специальные упражнения для ловкости	4 часа	
	6	Специальные подвижные игры, эстафеты	3 часа	
	7	Психологическая подготовка		
	8	Специальные прыжковые упражнения		
Всего 37 часов				
Техника	1	Освоение передвижений, остановок, поворотов и стоек	2 часа	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Освоение ловли и передачи мяча	4 часа	
	3	Освоение техники ведения мяча	4 часа	
	4	Освоение техники бросков мяча	3 часа	
	5	Освоение индивидуальной техники защиты	3 часа	
	6	Техника владения мячом	3 часа	
	7	Техника перемещения, владение мячом	4 часа	
	8	Освоение тактики игры. Нападение.		
		Защита		
Всего 30 часов				

Игровая подготовка	1	Овладение игрой	6 часа	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Мини-баскетбол	6 часа	
	3	Игра по упрощенным правилам баскетбола	6 часов	
Всего			18 часов	
Промежуточная аттестация	1	Скоростные упражнения	1 час	Опрос. Сдача контрольных нормативов.
	2	Силовые упражнения	1 час	
	3	Скоростно-силовые упражнения	1 час	
	4	Упражнения на выносливость	1 час	
Всего			4 часа	
Всего за год			144 часа	

Второй год обучения (базовый уровень) – усвоение (разучивание). Задачи этого года заключается в применение целостного способа выполнения движений, на фоне которого выделяются отдельные его элементы. Для освоения важнейших деталей уточняется структура двигательного действия путем многократного повторения, применением схем, видеосюжетов, сообщения дополнительных сведений, исправления ошибок. Следует своевременно давать занимающимся направляющую и координирующую информацию по ходу выполнения упражнения. Подобная информация может исходить как от учителя физической культуры, так и от самих занимающихся.

Знать: История развития баскетбола. Оказание первой медицинской помощи.

Уметь: Передвигаться в защитной стойке; выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге; ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления; выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках; владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении; играть по упрощенным правилам мини-баскетбола.

Учебный план 2 года обучения

Раздел учебной программы		Тема	Количество часов	Формы аттестации, контроля
Теория	1	Техника безопасности.	1 час	Опрос. Пед. наблюдение
	2	История баскетбола.	1 час	
	3	Правила и техника игры.	1 час	
	4	Оказание первой медицинской помощи	1 час	
Всего			4 часа	
Практика ОФП	1	Развитие двигательных	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных
	2	качеств	5 часов	
	3	Развитие координации	5 часов	

	4	Развитие ловкости	5 часов	нормативов
	5	Развитие гибкости	8 часов	
	6	Развитие скоростных	8 часов	
	7	качеств	8 часов	
	8	Развитие силы	6 часов	
	9	Развитие скоростно-	6 часов	
	10	силовых качеств		
	11	Развитие выносливости	6 часов	
		Развитие специальной	7 часа	
		силовой выносливости		
		Развитие меткости		
		Развитие прыгучести		
Всего				
70 часов				
Практика СФП	1	Специальные силовые и	8 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	скоростно-силовые	8 часов	
	3	упражнения	8 часов	
	4	Специальные упражнения	8 часов	
	5	на выносливость	8 часов	
	6	Специальные упражнения	8 часов	
	7	для развития быстроты и	8 часов	
		Специальные упражнения	8 часов	
		для развития гибкости	8 часов	
		Специальные упражнения	5 часов	
		для ловкости	5 часов	
		Специальные подвижные	5 часов	
		игры, эстафеты		
		Психологическая		
		подготовка		
		Специальные прыжковые		
		упражнения		
Всего 50 часов				
Техника	1	Дальнейшее обучение	4 часа	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	передвижений, остановок,	4 часа	
	3	поворотов и стоек.	6 часов	
	4	Дальнейшее обучения ловли	6 часов	
	5	и передачи мяча.	6 часов	
	6	Дальнейшее обучения	6 часов	
	7	техники ведение мяча.	6 часов	
		Дальнейшее обучения	6 часов	
		техники бросков мяча.	6 часов	
		Дальнейшее обучения	6 часов	
		индивидуальной техники	6 часов	
		защиты	6 часов	
		Дальнейшее обучение	6 часов	
		техники	6 часов	
		владения мячом.	6 часов	

	8	Дальнейшее обучение техники перемещения, владение мячом Дальнейшее обучение тактики игры. Нападение. Защита Дальнейшее обучения техники ведение мяча. Дальнейшее обучения техники ведение мяча.	8 часов	
Всего		46 часов		
Игровая подготовка	1	Продолжение овладение	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	игрой	10 часов	
	3	Мини-баскетбол	8 часов	
	4	Игра по упрощенным правилам баскетбола	16 часов	
	5	Игра с заданием Учебно-тренировочная игра		
Всего		42 часа		
Промежуточная аттестация обучающихся (Контрольные испытания)	1	Скоростные упражнения	1 час	Опрос. Сдача контрольных нормативов
	2	Силовые упражнения	1 час	
	3	Скоростно-силовые	1 час	
	4	упражнения	1 час	
	5	Упражнения на выносливость Упражнения на меткость и координацию	1 час	
Всего		5 часа		
Всего за год		216 часа		

Третий год обучения (базовый уровень) – применение (закрепление), им заканчивается освоение движений. На занятиях решаются следующие задачи: обучение занимающихся двигательным качествам и действиям.

Знать:

Историю баскетбола. Правила и технику игры. Приемы техники.

Уметь:

Выполнять броски мяча в корзину одной и двумя руками в прыжке; владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру; вырывать и выбивать мяч; играть в баскетбол по правилам.

Учебный план 3 года обучения

Раздел учебной программы	Тема	Количество часов	Формы аттестации/контроля
--------------------------	------	------------------	---------------------------

Теория	1	1.Техника безопасности. 2.Оказание первой медицинской помощи	1 час	Опрос. наблюдение	Пед.
	2	1.История баскетбола. 2.Правила и техника игры.	1 час		
	3	1.Приемы техники. 2.Классификация бросков в кольцо.	1 час		
	4	1.Изучение тактики игры. 2.Темп и длительность физических упражнений.	1 час		
Всего			4 часа		
Практика ОФП	1	Развитие двигательных качеств	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов	
	2	Развитие координации	5 часов		
	3	Развитие ловкости	5 часов		
	4	Развитие гибкости	5 часов		
	5	Развитие скоростных качеств	8 часов		
	6	Развитие силы	8 часов		
	7	Развитие скоростно-силовых качеств	8 часов		
	8		6 часов		
	9	Развитие выносливости	6 часов		
	10	Развитие специальной силовой выносливости	6 часов		
	11	Развитие меткости Развитие прыгучести	7 часа		
Всего			70 часов		
Практика СФП	1	Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	8 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов	
	2	Специальные упражнения на выносливость	8 часов		
	3	Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	8 часов		
	4	Специальные упражнения для развития гибкости	8 часов		
	5	Специальные упражнения для ловкости	8 часов		
	6	Специальные подвижные игры, эстафеты	5 часов		
	7	Психологическая подготовка	5 часов		
Всего			50 часов		
Техника	1	Закрепление передвижений, остановок, поворотов и стоек	4 часа	Пед. наблюдение. Тестирование.	

	2	Закрепление ловли и передачи мяча		Сдача контрольных нормативов
	3	Закрепление техники ведение мяча	4 часа	
	4	Закрепление техники бросков мяча	6 часов	
	5	Закрепление индивидуальной техники защиты	6 часов	
	6	Закрепление техника владения мячом	6 часов	
	7	Закрепление техника перемещения, владение мячом	6 часов	
	8	Закрепление тактики игры. Нападение. Защита	8 часов	
Всего		46 часов		
Игровая подготовка	1	Игры и игровые занятия	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Мини-баскетбол. Игра по правилам мини баскетбола на одно кольцо.	8 часов	
	3	Игра по упрощенным правилам баскетбола.	4 часов	
	4	Игра с заданием. Игры по 15 минут.	8 часов	
	5	Учебно-тренировочная игра.	16 часов	
Всего		42 часов		
Контрольные испытания	1	Скоростные упражнения	1 час	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Силовые упражнения	1 час	
	3	Скоростно-силовые упражнения	1 час	
	4	Упражнения на выносливость	1 час	
	5	Упражнения на меткость и координацию	1 час	
Всего		5 часа		
Всего за год		216 часа		

Четвёртый год обучения – применение (закрепление), им заканчивается освоение движений. На занятиях решаются следующие задачи: обучение занимающихся двигательным качествам и действиям.

Знать: Классификация бросков в кольцо. Приемы тактики игры. Темп и длительность физических упражнений.

Уметь: Выполнять броски мяча в корзину одной и двумя руками в прыжке; владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру; вырывать и выбивать мяч; играть в баскетбол по правилам.

Учебный план 4 года обучения

Раздел учебной программы	Тема	Количество часов	Формы аттестации/контроля
--------------------------	------	------------------	---------------------------

Теория	1	1.Техника безопасности. 2.Оказание первой медицинской помощи	1 час	Опрос. наблюдение	Пед.
	2	1.История баскетбола. 2.Правила и техника игры.	1 час		
	3	1.Приемы техники. 2.Классификация бросков в кольцо.	1 час		
	4	1.Изучение тактики игры. 2.Темп и длительность физических упражнений.	1 час		
Всего			4 часа		
Практика ОФП	1	Развитие двигательных качеств	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов	
	2	Развитие координации	5 часов		
	3	Развитие ловкости	5 часов		
	4	Развитие гибкости	5 часов		
	5	Развитие скоростных качеств	8 часов		
	6	Развитие силы	8 часов		
	7	Развитие скоростно-силовых качеств	8 часов		
	8		6 часов		
	9	Развитие выносливости	6 часов		
	10	Развитие специальной силовой выносливости	6 часов		
	11	Развитие меткости Развитие прыгучести	7 часа		
Всего			70 часов		
Практика СФП	1	Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	8 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов	
	2	Специальные упражнения на выносливость	8 часов		
	3	Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения	8 часов		
	4	Специальные упражнения для развития гибкости	8 часов		
	5	Специальные упражнения для ловкости	8 часов		
	6	Специальные подвижные игры, эстафеты	5 часов		
	7	Психологическая подготовка	5 часов		
Всего			50 часов		
Техника	1	Закрепление передвижений, остановок, поворотов и стоек	4 часа	Пед. наблюдение. Тестирование.	

	2	Закрепление ловли и передачи мяча		Сдача контрольных нормативов
	3	Закрепление техники ведение мяча	4 часа	
	4	Закрепление техники бросков мяча	6 часов	
	5	Закрепление индивидуальной техники защиты	6 часов	
	6	Закрепление техника владения мячом	6 часов	
	7	Закрепление техника перемещения, владение мячом	6 часов	
	8	Закрепление тактики игры. Нападение. Защита	8 часов	
Всего		46 часов		
Игровая подготовка	1	Игры и игровые занятия	6 часов	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Мини-баскетбол. Игра по правилам мини баскетбола на одно кольцо.	8 часов	
	3	Игра по упрощенным правилам баскетбола.	4 часа	
	4	Игра с заданием. Игры по 15 минут.	8 часов	
	5	Учебно-тренировочная игра.	16 часов	
Всего		42 часов		
Контрольные испытания	1	Скоростные упражнения	1 час	Пед. наблюдение. Тестирование. Сдача контрольных нормативов
	2	Силовые упражнения	1 час	
	3	Скоростно-силовые упражнения	1 час	
	4	Упражнения на выносливость	1 час	
	5	Упражнения на меткость и координацию	1 час	
Всего		5 часа		
Всего за год		216 часа		

Содержание программы

Теория.

1. Техника безопасности. Оказание первой медицинской помощи.

Баскетбол - это спортивная игра с нестандартными движениями и работой переменной мощности. Она требует от юных спортсменов автоматизации двигательных навыков, высокой подвижности нервных процессов и совершенной деятельности анализаторов. Захваты, перехваты, финты, прыжки и столкновения игроков могут стать причинами травм при нарушении правил, грубости во время игры, а также на плохо подготовленной площадке. Наиболее типичные травмы – ушибы, вывихи, растяжения, переломы, раны, сотрясения. Поэтому на первом занятии проводится инструктаж по технике безопасности, затем оказание первой медицинской помощи.

2. История баскетбола. Правила и техника игры.

Возникновение и развитие баскетбола, описание игры, изучение правил и техники игры.

3. Приёмы техники. Квалификация бросков.

Основные характеристики приёмов техники, разновидности бросков в кольцо, точность и траектория броска, основные требования при броске.

4. Изучение тактики игры. Темп и длительность физических упражнений

Тактика игры. Защита. Нападение. Развитие таких физических качеств, как быстрота, сила, выносливость, ловкость.

Практика. Общая физическая подготовка (ОФП).

1 Развитие двигательных качеств. Общие развивающие упражнения (ОРУ). Игры с элементами развивающих упражнений. Разнообразные упражнения – стоя, сидя, лёжа, в висе на турнике. Разновидности ходьбы – на носках, пятках, с высоким подниманием колена. Разновидности бега – по кругу, с изменением направления. Разновидности прыжков - на двух ногах, на одной ноге. Подвижные игры и эстафеты.

2 Развитие координации. ОРУ на координацию. Специальные упражнения и игры на развитие внимания и координацию движений. Упражнения в равновесии. Эстафета с элементами равновесия.

3 Развитие ловкости. ОРУ на ловкость. Упражнения в движении с изменением направления в медленном и быстром темпе.

4 Развитие гибкости. ОРУ на гибкость с большой амплитудой. Наклоны, повороты. Гимнастические упражнения – кувырки, стойки, висы, упоры.

5 Развитие скоростных качеств. ОРУ на скорость. Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью. Стартовый разгон, бег из разных исходных положений, бег по повороту, челночный бег, 30м, 60м, специальные беговые упражнения. Игры с бегом на скорость.

6 Развитие силы. ОРУ на силу. Силовые упражнения. Отжимания, подтягивания.

7 Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Метания, специальные развивающие упражнения.

8 Развитие выносливости. ОРУ на выносливость. 6-минутный бег, кросс 1 и 2км.

9 Развитие специальной силовой выносливости. ОРУ – специальные упражнения. Серия повторных упражнений. Сочетание силы и выносливости. Статистические упражнения – удержание груза.

10 Развитие меткости. ОРУ на меткость в цель, броски по мишеням.

11 Развитие прыгучести. ОРУ. Прыжки с места, в движении, на одной и двух ногах, приставными шагами, из разных исходных положений, с доставанием предметов. Специальные прыжковые упражнения. Прыжки в длину и в высоту. Прыжки через скакалку. Прыжки через препятствия.

Практика. Специальная физическая подготовка.

1 Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения. Упражнения с набивными мячами из разных исходных положений, в сочетании с прыжками. Упражнения в парах, в беге с баскетбольным мячом, с изменением направления, скорости, способа перемещения. Игры с бегом на скорость.

2 Специальные упражнения на выносливость. Эстафета по полосе препятствий. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов, многократные прыжки вверх с выпрыгиванием.

3 Специальные упражнения для развития быстроты и скорости передвижения. Линейная эстафета с бегом, бег за флажками, бег командами.

4 Специальные упражнения для развития гибкости. Парные и групповые упражнения в сопротивлении. Упражнения на гимнастической стенке – смешанные висы и упоры, размахивания, соскоки с прогибом.

5 Специальные упражнения для ловкости. Комбинированные упражнения по зрительному сигналу, броски мяча в движении и с изменением направления.

Разнообразные упражнения с мячом, выполняемые стоя, в шаге и в беге. Упражнения на быстроту и точность реакции.

6 Специальные подвижные игры и эстафеты. Салки спиной к щиту, вызов номеров, слушай сигнал, бегуны, переправа, кто сильнее. Защита укреплений, перестрелка, мяч в центр, борьба за мяч, мяч капитану, эстафеты с ведением и бросками мяча.

7 Психологическая подготовка. Проверка собранности, уверенности, умение расслабляться и восстанавливаться.

Техника.

1 Передвижения, остановки, стойки. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом; комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, бег с остановкой, бег с рывком и остановкой по сигналу, остановка прыжками, ускорение).

2 Ловля и передача мяча. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, в квадрате, круге). Встречные передачи мяча в движении.

3 Техника ведения мяча. Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с высоким и низким отскоком, со зрительным и без зрительного контроля, обводка соперника.

4 Техника бросков мяча. Броски одной, двумя руками с места, сверху, в движении, в прыжке, от груди, с отскоком от щита, с сопротивлением защитника. Броски со штрафной линии и после выполнения двух шагов, в движении после ловли мяча.

5 Индивидуальная техника защиты. Вырывание, выбивание и перехват мяча.

6 Техника владения мячом. Комбинации из освоенных элементов (ловли, передачи, ведения, бросков).

7 Техника перемещений и владение мячом. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владений мячом.

8 Тактика игры. Тактика свободного нападения; позиционное нападение без изменения позиции игроков; нападение быстрым прорывом; взаимодействие двух игроков; взаимодействие трех игроков; нападение и личная защита в игровых взаимодействиях на одну корзину; взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».

Игровая подготовка.

1 Овладение игрой. Игры и игровые занятия (2:1, 3:1, 3:2, 3:3).

2 Мини-баскетбол. Игра по правилам мини баскетбола на одно кольцо.

3 Игра по упрощенным правилам баскетбола. Четыре игры по 10 минут.

4 Игра с заданием. Игры по 15 минут.

5 Учебно-тренировочная игра. Соревновательный период 4 по 8 минут.

Основные формы контроля

Основными формами занятий являются: учебные занятия, учебно-тренировочные занятия, тренировочные, занятия игровой направленности, лекции, посещения спортивных мероприятий, собственно игровая и соревновательная деятельность, просмотр необходимых видеоматериалов.

Формы и методы

При работе с воспитанниками применяются такие формы и методы как: словесный, наглядный, практический: игровой, исследовательский.

Контрольные испытания

Оценка физической подготовки учащихся в начале года и в конце. Сравнение результативности по таблице.

№	Тесты	10-11лет		11-12лет		12-13 лет		13-14лет	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
1	Челночный бег 3x10 (сек).	8.8	9.0	8.6	9.5	7.2	8.1	-	-
2	Прыжки в длину с места (см)	146	137	168	156	210	178	180	170
3	Поднимание туловища из положения, лежа за 1 мин (раз)	30	25	33	28	20	19	45	38
4	Челночный бег 4 x9							9.8	10.1

Контрольные тесты

№	Тесты	10-11 лет		11-12 лет		12-13 лет		13-14 лет	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
1	Штрафной бросок (из 10 бросков)	3	3	5	5	6	6	7	6
2	Бросок в кольцо после ведения (из 10 попыток)	5	5	7	7	7	6	8	7
3	Бросок мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз)	19	18	20	19	22	20	24	21

Планируемые результаты освоения программы:

1 год обучения. Учащиеся должны

Знать: Технику безопасности при поведении занятий по футболу. Оказание первой медицинской помощи.

Уметь: Выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете; выполнять перемещения в стойке, остановку в два шага и прыжком; выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи; удар по мячу с места; владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости.

Второй год обучения. Учащиеся должны:

Знать: Технику безопасности. Оказание первой медицинской помощи.

Историю баскетбол. Правила и техника игры.

Уметь: Передвигаться в защитной стойке; выполнять остановку после ускорения и остановку мяча; ловить и передавать мяч в движении без сопротивления; выполнять ведение мяча с изменением направления в различных положениях; владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении; играть по упрощенным правилам мини- баскетбол.

Третий год обучения. Учащиеся должны:

Знать: Технику безопасности. Оказание первой медицинской помощи.

Историю баскетбола Правила и технику игры. Приемы техники. Классификация ударов по мячу. Приемы тактики игры. Темп и длительность физических упражнений.

Уметь: Выполнять передачу мяча ,бросок мяча ,ведение мяча;

владеть технико-тактическими действиями при разведение мяча в игре; играть в баскетбол по правилам.

Четвёртый год обучения. Учащиеся должны:

Знать: Технику безопасности. Оказание первой медицинской помощи.

Историю футбола. Правила и технику игры. Приемы техники. Классификация ударов по мячу. Приемы тактики игры. Темп и длительность физических упражнений.

Уметь: Выполнять передачу мяча , штрафной бросок мяча ,ведение мяча;

владеть технико-тактическими действиями при разведение мяча в игре; играть в баскетбол по правилам.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально –техническое обеспечение

Рекомендуемый инвентарь: две основные стойки со щитами установленного образца, шведская стенка с турниками, гимнастические скамейки, гимнастические маты, фишки, баскетбольные мячи, набивные мячи весом 1-2 кг, скакалки.

1. Баскетбольные мячи – 15 шт.
2. Баскетбольные корзины – 2 шт.
3. Мячи разные – 30шт.
4. Скакалки - 15 шт.
5. Скамейки – 4 шт.
6. Конусы – 8 шт.

Официальные правила баскетбола требуют проводить соревнования только в спортивных залах, как правило, на паркетном полу. Однако летом часто игра проводится

на открытой площадке, которая очень похожа на теннисные корты. В настоящее время матчи проводятся на баскетбольных площадках с синтетическим покрытием.

Площадка.

Международные правила устанавливают требования к площадкам для проведения матчей по баскетболу. Размеры такой площадки установлены 26м × 14м. Допускается отклонение в ±2 м по длине площадки и ±1 м по ширине.

Центральный круг наносится в центре площадки диаметром в 3,6м и разделяется по центру линией. Стойки со щитами располагаются посередине лицевых линий. Перед каждой такой стойкой, от лицевой линии обозначается область штрафного броска, которая тянется до штрафной линии. Размер этой зоны по лицевой линии составляет 6м, а на уровне штрафной 3,6м. Длина области от лицевой до штрафной линии равна 5,8м. Диаметр 3,6м в центре штрафной линии проводятся круги. Так же от лицевой линии на 1,2 метра над игровой площадкой должен выступать щит с корзиной.

Одежда.

Одежду баскетболистов составляют спортивные футболка и трусы. На груди и спине изображается номер от 4 до 15. Капитан команды должен иметь дополнительные отличительные отметки. Обувь это специальные ботинки без каблуков с резиновой подошвой или сегодня можно купить баскетбольные кроссовки, специально для этого разработанные. В случае необходимости спортсмены могут надеть предохранительную повязку на колени.

Инвентарь.

При игре в баскетбол используются стойки со щитами или щиты, прикрепленные к стенам в залах или опущенные с потолка на специальных приспособлениях. Стойка сделана из стальных труб, дерева или на открытых площадках – из железобетона.

Щиты с корзинами на высоте 3,05 м обычно из дерева или плексигласа и имеют размеры 1,80 х 1,20 м. Нижний край щита находится на высоте 2,75 м. Внутренний диаметр металлических колец корзин – 45 см. Корзина представляет собой веревочную сетку без дна 40 см длиной.

Мяч. Мяч, наполненный воздухом, выполнен в большинстве случаев из синтетических материалов. Его окружность – 75-78 см, вес – 600-650 г.

У.Методическое, техническое, дидактическое обеспечение.

- 1.«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов для учителей общеобразовательных учреждений»
- 2.В.И. Лях, А.А. Зданевич. Подвижные и спортивные игры для детей (в папке).
- 3.Папка по технике безопасности.
- 4.Доклады и рефераты учащихся (папка). Учебник для учащихся 5-7 класс «Физическая культура» М.Я.
- 5.Веленский. Учебник для учащихся 8-9 класс «Физическая культура» В.И.
- 6.Лях, А.А. Зданевич. Учебник для учащихся 10-11 класс «Физическая культура» В.И.Лях, А.А. Зданевич
7. Электронные презентации по всем разделам программы по физической культуре.
8. Поурочные разработки по физической культуре, 6 классК УМК В.И. Ляха («Школа России») А.Ю. Патрикеев
- 9 Поурочные разработки по физической культуре, 7 классК УМК В.И. Ляха («Школа России») А.Ю. Патрикеев.
10. Поурочные разработки по физической культуре, 8 классК УМК В.И. Ляха («Школа России») А.Ю. Патрикеев.
11. Контрольные нормативы и испытания по физической культуре.

(на основе федеральной комплексной программы физического воспитания учащихся: авторы В.И.Лях, А. А. Зданевич 2011г.)

Список литературы.

Нормативные документы.

- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства».
- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.
- Постановление Правительства Российской Федерации от 31 октября 2018 г. № 1288 «Об организации проектной деятельности в Правительстве Российской Федерации».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 6 июля 2018 г. N 1375, об утверждении Плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 8 декабря 2011 г. № 2227-р.
- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497.
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов на 2015-2020 годы (утверждена Президентом Российской Федерации 3 апреля 2012 г. № Пр-827) и комплекс мер по ее реализации (утвержден Правительством Российской Федерации 27 мая 2015 г. № 3274п- П8).
- Стратегическая инициатива "Новая модель системы дополнительного образования", одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.

Список используемой литературы педагогом.

1. А.М. Зимин «Детский баскетбол»; М. 2001 г.
2. А.П. Киселев, С. Б. Киселева «Настольная книга учителя физической культуры» М. 2009г.
3. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Внеурочная деятельность учащихся, Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре»; М.2014г.

4. В.С.Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Внеурочная деятельность учащихся, Баскетбол» М.2013г.
5. Е.Р.ЯхонтовЛ.С.Кит « Индивидуальные упражнения баскетболиста».
- 6.В.С.Родиченко «Твой олимпийскийучебник».М .ФиС.2004г.
- 7.А.А,Некифоров «Предметные олимпиады» 7-11класс Изд.Учитель2014г.

Список рекомендуемой литературы для детей и родителей.

1. А.М. Зимин «Детский баскетбол»; М. 2001 г.
2. С. Стонкус «Мы играем в баскетбол» М. 1984 г.

Используемые интернет – ресурсы

1.Образовательная платформа. Российская электронная школа.

- 1.Физическая культура. 5 класс. Урок № 31. Спортивная игра. Баскетбол.
<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/main/261481/>
- 2.Физическая культура. 6 класс. Урок № 25. Баскетбол.
<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/>
- 3.Физическая культура. 6 класс. Урок № 26. Баскетбол. Техничко – тактические действия баскетболиста. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/start/262383/>
- 4.Физическая культура. 7 класс. Урок № 13. Знания о физической культуре. Баскетбол.
<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3199/control/1/#209921>
5. Физическая культура. 7 класс. Урок № 14. Способы двигательной деятельности. Баскетбол. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3198/start/>
- 6.Физическая культура. 7 класс. Урок № 15. Физическое совершенствование. Баскетбол.<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/start/>
7. Физическая культура. 8 класс. Урок № 18.Знания о физической культуре. Баскетбол.<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/main/>
8. Физическая культура. 10 класс. Урок № 27. Прыжки через короткую скакалку – техника выполнения. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4771/start/172437/>

Приложение 1

Календарный- учебный график 1 года обучения

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Примечание
			теория	практика	все го			
		Техника безопасности. Входная психолого-педагогическая диагностика обучающихся.	1	1	2	групповая	Беседа, опрос.Практическое занятие	
2		ОФП. Специальные силовые и скоростно-силовые упражнения	-	2	2	групповая	Практическое занятие	