

**Управление образования администрации Гурьевского муниципального округа
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХРАБРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Рассмотрено и одобрено
На педагогическом совете
МБОУ «Храбровская СОШ»

Протокол № 6
от «23» «05» 2024г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности**

/направленность программы/

«Баскетбол»

/название программы/

базовый

(уровень программы)

13-17 лет

/возраст детей, на которых рассчитана программа/

1 год

/срок реализации программы/

Автор-составитель:
учитель физической культуры
Лещенко Лариса Павловна

П. Храброво
2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Баскетбол – игра, позволяющая восполнить целый комплекс человеческих потребностей. Это и физическая потребность в движении, и психологическая потребность – чувствовать себя частью команды, делать что-то важное и значимое вместе с другими людьми, это также и эмоциональная потребность в радости и общении! Давно известно, что характерным выражением радости в разных культурах являются прыжки, но также подмечено, что эта взаимосвязь работает и в обратном порядке – во время прыжков у человека «включается» радость. Думаем, никого не стоит убеждать, насколько это важно в современном мире, полном стрессами и депрессиями, так по признанию одного из известнейших баскетболистов Майкла Джордона игра в баскетбол дает ему ощущение покоя и мира. На разных этапах прохождения программы учащиеся осваивают не только физическую, но и психологическую, а также волевую подготовку. Кроме того, ребята изучают теорию, технику и тактику игры в баскетбол, получают опыт участия в соревнованиях.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, социализации обучающихся.

Описание ключевых понятий

Ключевые понятия:

Дриблинг- это продолжительно стучать мяч в пол одной рукой. Ведение нужно, чтобы иметь возможность совершать шаги владея мячом.

Передача – это одно из основополагающих действий в баскетболе, наравне с ведением и броском; на передачах строится большая часть комбинаций и игра в целом

Подбор - это акт овладения мячом после промазанного броска.

Перехват - это происходит, когда защитник с помощью своих действий заставляет нападающего совершить потерю. Защитник не может касаться рук нападающего во избежание фола.

Пробежка - это поменять опорную ногу во время разворотов или сделать три шага без ведения мяча.

Блок-шот - это касание или смена направления полёта мяча защитником, мешающая нападающему забить

Быстрый прорыв – это метод нападения, заключающийся в попытке быстрой атаки, когда защита ещё не успела занять эффективные позиции. Обычно случается после перехвата или блок-шота.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно – спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность и педагогическая целесообразность образовательной программы: 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. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Практическая значимость образовательной программы

Практическая значимость программы по детскому баскетболу состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремлённость, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей детей и подростков;
- выбор вида деятельности по интересам.

Целью программы является создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям спортом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

В рамках реализации этой общей цели программа для школьников ориентируется на решение следующих **задач**:

Обучающие:

сформировать практические умения и навыки на основе программного материала;

познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом;

правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

развивать гибкость, ловкость, физическую силу и выносливость;

развивать и совершенствовать физические способности, творческую активность и индивидуальность детей, укрепляя их здоровье.

развивать и укреплять опорно-двигательный аппарат детей;

способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;

развивать и расширять спортивный кругозор детей;

Воспитательные:

прививать нормы этики и культуры общения в коллективе на занятиях, во время соревнований;

воспитывать такие качества, как целеустремленность, умение работать в коллективе, терпение и выдержку;

формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Методы и средства:

Разучивание - теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно разбирают содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

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

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

Практические методы:

метод упражнений,
игровой,
соревновательный,
круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

в целом, по частям. Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение. Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными стойками, а также наличие баскетбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, стоек для обводки, гимнастических скакалок, футбольных, волейбольных мячей, гимнастических скамеек

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» предназначена для детей в возрасте 13-17 лет. Набор учащихся осуществляется на бесконкурсной основе, в объединение принимаются все желающие, по результатам медицинского осмотра не имеющие медицинских противопоказаний.

Особенности организации образовательного процесса.

Группы формируются из числа учащихся 7-11 классов образовательной организации МБОУ «Храбровская СОШ», реализующей программу.

Состав группы – от 20 человек.

Набор детей в объединение — свободный, по заявлению родителей (законных представителей) и при наличии сертификата ПФДО.

Программа предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная, с возможным применением дистанционных форм образования.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения:

1 год обучения – 208 часов, включая каникулярное время, (для учащихся, проявляющих стойкий интерес к занятиям и имеющих достаточный уровень физической готовности к освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы). Образовательная деятельность осуществляется в течение всего учебного года, с 1 сентября по 31 августа. Режим занятий - 4 занятия в неделю продолжительностью один академический час или 2 занятия в неделю продолжительностью два академических часа с 10-минутным перерывом. Продолжительность академического часа – 45 минут.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 12 месяцев. На полное освоение программы требуется 208 часов, включая индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, соревнования.

Основные формы и методы

Основной формой организации деятельности учащихся является: групповая (с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая)

фронтальная;

индивидуально-игровая;

круговая тренировка;

Занятия включают в себя теоретическую и практическую, комбинированную и соревновательную части.

1.Подготовительная часть - установка целей, разминка;

2.Основная часть - развитие основных физических качеств, обучение тактическим и техническим приемам

3.Заключительная часть - рефлексия.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих:

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что она составлена на основе знаний о физическом развитии и подготовленности,

Интеллектуальных и физических возможностях детей 13-17 лет. Программа учитывает возрастные особенности детей, тем самым включает в себя научное обоснование эффективных средств и методов физического воспитания. При таком подходе физическое воспитание способствует сохранению и укреплению здоровья детей, улучшению их физического развития.

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы, охватывая на начальном этапе 15 - 20 человек.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

– формировать устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

- воспитывать морально-этические и волевые качества;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- формировать умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- формировать 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;
- уметь организовывать и проводить соревнования по баскетболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- уметь рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- уметь 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.

К моменту завершения программы обучающиеся должны:

Знать: Основы знаний о здоровом образе жизни.

Историю развития вида спорта «баскетбол» в школе, регионе, стране.

Правила игры в баскетбол.

Тактические приемы в баскетболе.

Правила оказания помощи при травмах и ушибах.

Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.

Типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.

Упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).

Контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.

Жесты судьи по баскетболу.

Игровые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами баскетбола.

Уметь: Выполнять основные технические приемы и тактические действия баскетболиста.

Проводить судейство матча.

Проводить разминку баскетболиста, организовать проведение подвижных игр.

Соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма.

Контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;

Играть в баскетбол с соблюдением основных правил;

Демонстрировать жесты судьи;

Проводить судейство по баскетболу.

Демонстрировать:

Ведение мяча с изменением высоты отскока мяча скорости, направления движения,

Ловлю и передачу мяча двумя руками от груди, одной от плеча, с отскоком от пола, на разные расстояния и точность;

Броски мяча в корзину с разных дистанций, с места, в прыжке, в движении с двух шагов.

Универсальными компетенциями обучающихся являются:

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по баскетболу во время самостоятельных занятий.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольные нормативы в прыжке вверх с места (см).

Возраст	Пол	Оценка высоты прыжка		
		средний	выше среднего	высокий
13-14 лет	Д	25-30	31-35	36 и выше
	М	28-33	34-38	39 и выше
15-17 лет	Д	25-31	32-37	38 и выше
	М	31-36	37-41	42 и выше

Контрольные нормативы в беге на 20 м.

Возраст	Девочки			Мальчики		
	высокий	выше среднего	средний	высокий	выше среднего	средний
13-14 лет	3,7 и менее	3,8-4,1	4,2-4,4	3,5 и менее	3,6-3,8	3,9-4,1
15-17 лет	3,5 и менее	3,6-4,0	4,1-4,3	3,3 и менее	3,4-3,7	3,8-4,1

Передачи и броски мяча

№	Контрольные упражнения	Возраст	
		13-14	15-17
1.	Передача мяча двумя руками от груди в мишень (диаметр 60 см, высота 1 м, расстояние 2,5 м), ловля без отскока от пола (количество).	22	23
2.	5 штрафных бросков (попаданий).	2	3
3.	10 бросков по кольцу после ведения с двойного шага (попаданий).	7	8

Уровень результатов работы по программе:

Приобретение социальных знаний (первый уровень)	Формирование ценностного отношения к социальной реальности (второй уровень)	Получение опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень)
Занятия в секции, овладение техникой игры в баскетбол		
Участие в школьных спортивных соревнованиях, месячниках		
Организация соревнований по баскетболу для учащихся начальной школы, судейство на соревнованиях		

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Критерии оценки качества выполнения практических упражнений:

- Выполнение физических упражнений, исполнение комбинаций осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя - хорошее освоение материала;
- Выполнение физических упражнений, исполнение комбинаций осуществляется без ошибок в полном соответствии с требованиями преподавателя, участие в соревнованиях предполагающее— отличное освоение.

Оценивание результатов тестирования условно производится по пятибалльной системе:

Отличное освоение – 5: успешное освоение воспитанником более 70 процентов содержания образовательной программы;

Хорошее – 4: успешное освоение воспитанником от 60 до 70% содержания образовательной программы

Удовлетворительное – 3: успешное освоение воспитанником от 50 до 60% содержания образовательной программы

Слабое – 2: освоение воспитанником менее 50 % содержания образовательной программы.

Полное отсутствие – 1

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Баскетбол» (базовый уровень)

год обучения: 1

Год реализации программы	Нач. уч. года	I уч. период	I каникул. период	II уч. период	II каникул. период	III уч. период	III каникул. период	IV уч. период	IV каникул. период	Летний период			Продолжительность учебного года
										июнь	июль	август	
1 год	1-й рабочий день сентября	9 недель	10-ая неделя	8 недель	19 –ая еделя	7 недель	27-ая неделя	7 недели	36-ая неделя	5 недели	5 недели	4 недели	52 недели

Условные обозначения:

- Ведение занятий по расписанию
- Занятия в летнем оздоровительном лагере
- Самостоятельная подготовка
- Итоговая аттестация

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения (208 часов в год, 4 часа в неделю)

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Введение		2	2		Опрос
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2		
I. Теоретическая подготовка		8	8		Опрос, практические задания
1.	Развитие баскетбола в России и за рубежом	2	2		
2.	Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на	2	2		

	организм человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.				
3.	Техническая и тактическая подготовка баскетболистов.	2	2		
4.	Правила судейства соревнований по баскетболу. Жесты судей в баскетболе.	2	2		
II.Общая физическая подготовка		28	4	24	
1.	Общеразвивающие упражнения	10	2	8	Тесты, контрольные упражнения
2.	Подвижные игры.	6	2	4	
3.	Эстафеты.	4		4	
4.	Полосы препятствий	4		4	Тесты, контрольные упражнения
5.	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	4		4	
III. Специальная физическая подготовка		30	6	24	
1.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	8	2	6	Тесты, контрольные упражнения
2.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	8	2	6	
3.	Упражнения для развития скоростно- силовых качеств баскетболиста	8	2	6	
4.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста	6		6	
IV.Техническая подготовка		48	6	42	
1.	Упражнения без мяча	10	2	8	Сдача нормативов
2.	Ловля и передача мяча	12	2	10	
3.	Ведение мяча	10	2	8	
4.	Броски мяча	8		8	
5.	Вырывание и выбивание мяча	8		8	

V. Тактическая подготовка		40	6	34	Тесты, контрольные упражнения
1.	Защитные действия при опеке игрока без мяча.	6	2	4	
2.	Защитные действия при опеке игрока с мячом.	4		4	
3.	Перехват мяча	2		2	
4.	Борьба за мяч после отскока от щита.	2		2	
5.	Быстрый прорыв	6		6	
6.	Командные действия в защите.	8	2	6	
7.	Командные действия в нападении.	8	2	6	
8.	Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.	4		4	
VI. Игровая подготовка		40	4	36	Товарищеские встречи, соревнования, учебные игры
1.	Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 баскетбола.	20	2	18	
2.	Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.	20	2	18	
VII. Промежуточная аттестация		8		8	Нормативы, контрольные упражнения, соревнования
1.	Контрольные нормативы	4		4	
2.	Контрольные игры	4		4	
Итого часов		208	36	172	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Материал программы дается в семи разделах: теоретическая подготовка; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры, игровая подготовка, промежуточная аттестация.

Теоретическая подготовка– 8часов

- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях баскетболом.

- Развитие баскетбола в России и за рубежом. История возникновения баскетбола в России.
- Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры. Правила судейства соревнований по баскетболу. Жесты судей в баскетболе. Судейская терминология.
- Техническая и тактическая подготовка баскетболистов.

Контроль: Техника безопасности на занятиях.

Формы и методы подачи материала: рассказ, беседа, инструктаж, опрос.

Оборудование: тексты инструкций, таблицы, образовательная программа.

Общая физическая подготовка – 28 часов

Теория: Основные понятия и требования к уровню физической подготовленности обучающегося.

Практика:

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук плечевого пояса
- Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящему», «Гонка мячей»
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития прыгучести.

Контроль: Контрольные испытания. Для тестов используются контрольные упражнения для оценки общей физической подготовленности. Кроме этих упражнений для тестирования, можно применять как соревновательные, так и вспомогательные упражнения.

Формы и методы подачи материала: рассказ, демонстрация, наглядный метод, игровой, соревновательный, строго регламентированные упражнения.

Оборудование: турник, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, скакалка, мячи, гантели, гири.

Специальная физическая подготовка – 34 часа

Теория: значение специальных упражнений для применения в игровой деятельности. Виды специальных упражнений.

Практика:

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.
- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.
- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).

- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).
- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.
- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.
- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.
- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.
- Метание различных мячей в цель.
- Эстафеты с разными мячами.

Контроль: Контрольные испытания. Для тестов используются контрольные упражнения для оценки специальной физической подготовленности. Кроме этих упражнений для тестирования, можно применять как соревновательные, так и вспомогательные упражнения.

Формы и методы подачи материала: рассказ, демонстрация, специальные упражнения, наглядный метод, игровой, соревновательный.

Оборудование: баскетбольные мячи, баскетбольные кольца, гантели, амортизаторы (резиновые бинты).

Техническая подготовка – 48 часов

Теория:

- обеспечить общее зрительно-логическое представление об изучаемом действии, основах техники действия;
- сформировать мышечно-двигательное представление об изучаемом двигательном действии;
- научить частям, фазам и элементам техники двигательного действия;
- сформировать общий ритм двигательного действия

Практика:

- Обучение передвижению в стойке баскетболиста.
- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.
- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя от груди на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски в кольцо двумя руками от груди с места, слева, справа, с отскоком от щита, в движении.
- Броски в кольцо одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от щита.

- Обучение технике двух шагов с места, в движении.
- Броски двумя руками от груди с двух шагов.

Контроль: Контрольные испытания. Для тестов используются контрольные упражнения для оценки технической подготовленности. Кроме этих упражнений для тестирования, можно применять как соревновательные, так и вспомогательные упражнения.

Формы и методы подачи материала: рассказ, демонстрация, специальные упражнения, наглядный метод, игровой, соревновательный.

Оборудование: баскетбольные мячи, баскетбольные кольца.

Тактическая подготовка – 40 часов

Теория: Общие сведения об основных тактических приёмах игры в нападении (индивидуальные и коллективные). Общие сведения об основных тактических приёмах игры в защите (индивидуальные и коллективные).

Практика:

Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

Защита

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке кольца.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

Формы и методы подачи материала: рассказ, демонстрация, наглядный метод, игровой, соревновательный.

Оборудование: баскетбольные мячи, баскетбольные кольца

Игровая подготовка – 40 часов

Теория: Овладение элементарными техническими и тактическими навыками игры. Проверка уровня подготовленности обучающихся.

Практика:

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям баскетбола в игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами баскетбола.

Контроль: Проверка действий обучающихся в игре. Владение техническими приёмами. Тактические умения. Взаимодействие игроков во время игры.

Формы и методы подачи материала: рассказ, демонстрация, наглядный метод, игровой, соревновательный.

Оборудование: баскетбольные мячи, баскетбольные кольца.

Промежуточная аттестация – 8 часов

Практика:

- Прыжки вверх с места, бег 20 метров
- Передачи и броски мяча
- Контрольные игры, соревнования.

В процессе учебно-тренировочной работы систематически ведется контроль подготовленности путем:

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Согласно расписания	Согласно расписания	беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. «Правила игры в баскетбол»	спортзал МБОУ «Храбровская СОШ»	опрос
2.			беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. «Правила игры в баскетбол»		опрос
3.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление перемещений из различных исходных положений, учебная игра.		Текущий контроль
4.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление перемещений из различных исходных положений, учебная игра.		Текущий контроль

5.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование перемещений из различных исходных положений, учебная игра. ОФП.		Входной контроль
6.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование перемещений из различных исходных положений, учебная игра. ОФП.		Входной контроль
7.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.		Текущий контроль
8.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.		Текущий контроль
9.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.		Текущий контроль
10.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек, учебная игра.		Текущий контроль
11.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, вокруг стоек, учебная игра. ОФП.		Текущий контроль
12.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, вокруг стоек, учебная игра. ОФП		Текущий контроль
13.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, вокруг стоек, учебная игра.		Текущий контроль

14.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, вокруг стоек, учебная игра.		Текущий контроль
15.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек.		Текущий контроль
16.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек		Текущий контроль
17.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек. Правила игры, состав команды, форма игроков		Текущий контроль
18.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, броски в кольцо из различных точек. Правила игры, состав команды, форма игроков		Текущий контроль
19.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении, учебная игра. ОФП.		Текущий контроль
20.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении, учебная игра. ОФП.		Текущий контроль
21.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении, учебная игра.		Текущий контроль
22.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении, учебная игра.		Текущий контроль
23.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ловли и передачи		Текущий контроль

			вочное занятие		мяча на месте и в движении, учебная игра.		
24.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ловли и передачи мяча на месте и в движении, учебная игра.		Текущий контроль
25.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической подготовке, учебная игра. «Жесты судей в баскетболе»		Текущий контроль
26.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической подготовке, учебная игра. «Жесты судей в баскетболе»		Текущий контроль
27.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.		Текущий контроль
28.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.		Текущий контроль
29.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.		Текущий контроль
30.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.		Текущий контроль
31.			учебно-тренировочное занятие	1	Ведение мяча с изменением направления и с заданиями.		Текущий контроль

					Закрепление броска в кольцо из различных точек		
32.			учебно-тренировочное занятие	1	Ведение мяча с изменением направления и с заданиями. Закрепление броска в кольцо из различных точек		Текущий контроль
33.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении.		Текущий контроль
34.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении.		Текущий контроль
35.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении.		Текущий контроль
36.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении		Текущий контроль
37.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении.		Текущий контроль
38.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование ловли и передачи мяча на месте и в движении. Броски в кольцо в движении		Текущий контроль
39.			учебно-тренировочное занятие	1	ОФП с набивными мячами, прыжковые упражнения. Броски и ловля мяча в стену за 30 сек.		Текущий контроль
40.			учебно-тренировочное занятие	1	ОФП с набивными мячами, прыжковые упражнения. Броски и ловля мяча в стену за 30 сек.		Текущий контроль

41.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач на месте и в движении в парах 1-2 мячей.		Текущий контроль
42.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач на месте и в движении в парах 1-2 мячей		Текущий контроль
43.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач на месте и в движении в тройках. СФП.		Текущий контроль
44.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач на месте и в движении в тройках. СФП.		Текущий контроль
45.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач на месте и в движении. СФП.		Текущий контроль
46.			учебно-тренировочное занятие		Совершенствование передач на месте и в движении. СФП.		Текущий контроль
47.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в нападении. Учебная игра.		Текущий контроль
48.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в нападении. Учебная игра.		Текущий контроль
49.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в нападении. Учебная игра.		Текущий контроль
50.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в нападении. Учебная игра.		Текущий контроль
51.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в защите. Учебная игра.		Текущий контроль
52.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в защите. Учебная игра.		Текущий контроль
53			учебно-трениро	1	Закрепление действий игроков в		Текущий контроль

			вочное занятие		защите. Учебная игра.		
54.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление действий игроков в защите. Учебная игра.		Текущий контроль
55.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование действий игроков в нападении и защите. Учебная игра.		Текущий контроль
56.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование действий игроков в нападении и защите. Учебная игра.		Текущий контроль
57.			учебно-тренировочное занятие	1	Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. СФП.		Текущий контроль
58.			учебно-тренировочное занятие	1	Игра под щитом. Учебно-тренировочная игра. СФП.		Текущий контроль
59.			учебно-тренировочное занятие	1	Действия игроков в нападении и защите.		Текущий контроль
60.			учебно-тренировочное занятие	1	Действия игроков в нападении и защите.		Текущий контроль
61.			учебно-тренировочное занятие	1	Действия игроков в нападении и защите.		Текущий контроль
62.			учебно-тренировочное занятие	1	Действия игроков в нападении и защите.		Текущий контроль
63.			учебно-тренировочное занятие	1	Рывки вперед, перемещения из различных исходных положений. Действия игроков в защите и нападении.		Текущий контроль
64.			учебно-тренировочное занятие	1	Рывки вперед, перемещения из различных исходных положений.		Текущий контроль

					Действия игроков в защите и нападении.		
65.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2. СФП.		Текущий контроль
66.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передачи в парах одного или двух мячей. Действия игроков 1х1, 2х2. СФП.		Текущий контроль
67.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Действия игроков 1х1, 2х2. СФП.		Текущий контроль
68.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление броска в кольцо из различных точек. Действия игроков 1х1, 2х2. СФП		Текущий контроль
69.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом.		Текущий контроль
70.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча на месте и в движении. Штрафной бросок. Игра под щитом.		Текущий контроль
71.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передачи одной рукой мяча сбоку и одной рукой в прыжке.		Текущий контроль
72.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передачи одной рукой мяча сбоку и одной рукой в прыжке.		Текущий контроль
73.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передачи мяча одной рукой с поворотом и отвлекающими действиями на передачу. СФП.		Текущий контроль

74.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передачи мяча одной рукой с поворотом и отвлекающими действиями на передачу. СФП	Текущий контроль
75			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом. ОФП.	Текущий контроль
76.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом. ОФП.	Текущий контроль
77.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. ОФП.	Текущий контроль
78.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. ОФП.	Текущий контроль
79.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок. ОФП	Текущий контроль
80.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок. ОФП	Текущий контроль
81.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок.	Текущий контроль
82.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование техники отвлекающих действий на бросок.	Текущий контроль
83.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита. Добивание.	Текущий контроль

84.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита. Добивание		Текущий контроль
85.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.		Текущий контроль
86.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска.		Текущий контроль
87.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока.		Текущий контроль
88.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока		Текущий контроль
89.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование техники передач в движении, нападение через центрального игрока.		Текущий контроль
90.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование техники передач в движении, нападение через центрального игрока.		Текущий контроль
91.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального.		Текущий контроль
92.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального.		Текущий контроль
93.			учебно-тренировочное занятие	1	Разучивание нападения «тройкой», учебная игра. СФП.		Текущий контроль
94.			учебно-тренировочное занятие	1	Разучивание нападения «тройкой», учебная игра. СФП.		Текущий контроль

95.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. ОФП.		Текущий контроль
96.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. ОФП.		Текущий контроль
97.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники и тактики в игре, учебная игра. СФП.		Текущий контроль
98.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники и тактики в игре, учебная игра. СФП		Текущий контроль
99.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической подготовке. Учебная игра. Характеристика баскетбола на современном этапе.		Сдача нормативов
100.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической подготовке. Учебная игра. Характеристика баскетбола на современном этапе.		Сдача нормативов
101.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование нападения против зонной защиты. Учебная игра.		Текущий контроль
102.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование нападения против зонной защиты. Учебная игра.		Текущий контроль
103.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча		Текущий контроль
104.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в		Текущий контроль

			вочное занятие		прыжке после ведения мяча		
105.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча. ОФП.		Текущий контроль
106.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча. ОФП.		Текущий контроль
107.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке		Текущий контроль
108.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке		Текущий контроль
109.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.		Текущий контроль
110.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.		Текущий контроль
111.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.		Текущий контроль
112.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча.		Текущий контроль
113.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.		Текущий контроль
114.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.		Текущий контроль
115.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.		Текущий контроль
116.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок.		Текущий контроль

			вочное занятие				
117.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.		Текущий контроль
118.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке.		Текущий контроль
119.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. СФП.		Текущий контроль
120.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. СФП		Текущий контроль
121.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. ОФП.		Текущий контроль
122.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. ОФП.		Текущий контроль
123.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.		Текущий контроль
124.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.		Текущий контроль
125.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. СФП		Текущий контроль
126.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника. СФП		Текущий контроль
127.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении.		Текущий контроль

			вочное занятие				
128.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении.		Текущий контроль
129.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита		Текущий контроль
130.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита		Текущий контроль
131.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
132.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
133.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
134.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
135.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения		Текущий контроль
136.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения		Текущий контроль
137.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль
138.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль
139.			учебно- трениро вочное занятие	1	Закрепление передач в движении в парах.		Текущий контроль

140.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в движении в парах.		Текущий контроль
141.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении.		Текущий контроль
142.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении		Текущий контроль
143.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
144.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
145.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.		Текущий контроль
146.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.		Текущий контроль
147.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, заслоны.		Текущий контроль
148.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, заслоны.		Текущий контроль
149.			учебно-тренировочное занятие	1	Броски со штрафного после нагрузки. Профессиональный баскетбол России и мира.		Текущий контроль
150.			учебно-тренировочное занятие	1	Броски со штрафного после нагрузки. Профессиональный		Текущий контроль

					баскетбол России и мира.		
151.			учебно-тренировочное занятие	1	Броски со штрафного после нагрузки. «Технико-тактические действия в баскетболе».		Текущий контроль
152.			учебно-тренировочное занятие	1	Броски со штрафного после нагрузки. «Технико-тактические действия в баскетболе».		Текущий контроль
153.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.		Текущий контроль
154.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.		Текущий контроль
155.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.		Текущий контроль
156.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.		Текущий контроль
157.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.		Текущий контроль
158.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники выбивания мяча после ведения.		Текущий контроль
159.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль
160.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль

161.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач одной рукой с поворотом.		Текущий контроль
162.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач одной рукой с поворотом.		Текущий контроль
163.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в движении в парах.		Текущий контроль
164.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в движении в парах.		Текущий контроль
165.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении		Текущий контроль
166.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач в тройках в движении		Текущий контроль
167.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
168.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочивший от щита.		Текущий контроль
169.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, заслоны.		Текущий контроль
170.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, заслоны.		Текущий контроль
171.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки.		Текущий контроль
172.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область		Текущий контроль

					штрафной площадки.		
173.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль
174.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника.		Текущий контроль
175.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач одной рукой с поворотом.		Текущий контроль
176.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление передач одной рукой с поворотом		Текущий контроль
177.			учебно-тренировочное занятие	1	Тактические действия в нападении. ОФП.		Текущий контроль
178.			учебно-тренировочное занятие	1	Тактические действия в нападении. ОФП.		Текущий контроль
179.			учебно-тренировочное занятие	1	Тактические действия в защите. ОФП.		Текущий контроль
180.			учебно-тренировочное занятие	1	Тактические действия в защите. ОФП.		Текущий контроль
181.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач в движении в парах.		Текущий контроль
182.			учебно-тренировочное занятие	1	Совершенствование передач в движении в парах.		Текущий контроль
183.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.		Текущий контроль
184.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.		Текущий контроль

185.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовке.		Текущий контроль
186.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовке.		Текущий контроль
187.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление бросков в движении.		Текущий контроль
188.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление бросков в движении.		Текущий контроль
189.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.		Текущий контроль
190.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном.		Текущий контроль
191.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.		Текущий контроль
192.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.		Текущий контроль
193.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление тактических действий в защите.		Текущий контроль
194.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление тактических действий в защите.		Текущий контроль
195.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков.		Текущий контроль
196.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление ведения мяча, комбинации		Текущий контроль

			вочное занятие		при выполнении штрафных бросков.		
197.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовке.		Текущий контроль
198.			учебно-тренировочное занятие	1	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовке.		Текущий контроль
199.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической и специальной подготовке, ОФП.		Сдача нормативов. Итоговый контроль
200.			учебно-тренировочное занятие	1	Прием нормативов по технической и специальной подготовке, ОФП.		Сдача нормативов. Итоговый контроль
201.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
202.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
203.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
204.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
205.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
206.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
207.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль
208.			соревнования	1	Контрольные игры		Итоговый контроль

**Условия реализации программы:
материально-техническое и информационное обеспечение**

Занятия проводятся в просторном, светлом, проветренном чистом спортивном зале, оснащенном баскетбольными щитами и кольцами. Так же имеется помещение для подготовки учащихся к занятию (раздевалка) и подсобное помещение для хранения спортивного инвентаря и реквизита.

№	Наименование имущества	Количество
1	Мяч баскетбольный	22

2	Скакалки	30
3	Гимнастические скамейки	6
4	Мат гимнастический	6
5	Сетка баскетбольные	4
6	Кегли	20
7	Гимнастические стенки	10
8	Перекладина переносная	3
9	Мостик гимнастический	2
10	Палка гимнастическая	15
11	Обруч	25
12	Баскетбольные щиты	4
13	Тележки для мячей	2
14	Персональный компьютер (ноутбук)	1
15	Аудиоколонки	2
16	Мультимедийный проектор и экран;	1
17	Утяжелитель для рук (комплект)	20
18	Утяжелитель для ног (комплект)	20
19	Эспандер резиновый ленточный (штук)	20
20	Гантели массивные от 1 до 5 кг (комплект)	3

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд мирового баскетбола, методические разработки в области баскетбола, компьютер с выходом в Интернет.

Кадровое обеспечение:

педагоги, имеющие среднее и высшее специальное образование, имеющие опыт работы с детским коллективом, обладающие знаниями и практическими умениями вида спорта баскетбол, стремящиеся к профессиональному росту.

Формы аттестации:

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических упражнений на каждом учебно – тренировочном занятии.

Формы подведения итогов:

1. по результатам промежуточных зачетов по разделам;
2. по результатам сдачи нормативов по технической и специальной подготовке;
3. по результатам выступлений на муниципальных, областных, всероссийских, международных соревнованиях, фестивалях. конкурсах.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

№	Наименование	Количество (штуки)
1.	«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов для учителей общеобразовательных учреждений» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	1
2.	Методика физического воспитания учащихся 10-11 классов В.И. Лях	1

3.	Комплексы общеразвивающих упражнений для юношей и девушек.	4
4.	Поурочные разработки 1 – 11 классы.	1
5.	Коррекционная педагогика. Т.Г. Никуленко, С.И. Самыгин.	1
6.	Лечебная физкультура. И.А. Калюжнова.	1
7.	Дополнительный материал по физической культуре (папка)	1
8.	Подвижные и спортивные игры для детей (в папке).	1
9.	Папка по технике безопасности.	1
10.	«Физическая культура: основы знаний» учебное пособие В.П. Лукьященко	1
11.	Научно-методический журнал «Физическая культура в школе»	24
12.	Книга учителя физической культуры В.С. Каюрова	1
13.	Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие Е.А. Бабенкова.	1
14.	Современная мультимедиа-энциклопедия Кирилла и Мефодия «Энциклопедия спорта»	1
15.	Доклады и рефераты учащихся школы (папка).	1
16.	Электронная энциклопедия. Большая энциклопедия спорта «Все о спорте»	1
17.	Баскетбол. Подготовка судей. С.В. Чернов	1
18.	Физкультура внеклассные мероприятия в средней школе. М.В. Видякин.	1
19.	«Развивающие игры на уроках физической культуры».	1
20.	Возрастная физиология и школьная гигиена. Учебное пособие А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова	1
21.	Учебник для учащихся 5-7 класс «Физическая культура» М.Я. Веленский	2
22.	Учебник для учащихся 8-9 класс «Физическая культура» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	5
23.	Учебник для учащихся 10-11 класс «Физическая культура» В.И. Лях, А.А. Зданевич.	6
24.	«Ваш физкультурный режим» подписная научно-популярная серия В.Н. Васильев, В.С. Чугунов	1

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по спортивным играм
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в баскетболе
- Правила игры в баскетбол
- Правила судейства в баскетболе

Методические рекомендации

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным мячом
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по баскетболу.
- Инструкции по охране труда.

Основные методы тренировки:

Каждое средство спортивной тренировки можно использовать по-разному в зависимости от выбранного метода. **Главный метод тренировки - это**

упражнения, предусматривающие различную повторяемость выполнения в зависимости от задач, средств, внешних условий.

В современной системе спортивной тренировки используются следующие основные группы методов:

1. Метод обучения технике и совершенствование в ней: разучивание действия в целом, разучивание по частям, объяснение, демонстрация (показ), непосредственная помощь, повторение упражнения.

2. Методы обучения тактике и совершенствование в ней: разучивание тактических элементов и действий по частям, связкам, разучивание в целом, объяснение, анализ действий, разработка вариантов тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований.

3. Методы выполнения упражнений для воспитания двигательных качеств:

повторный, попеременный, интервальный, равномерный, темповый, «до отказа», с

максимальной интенсивностью, с ускорением, круговой, игровой, соревновательный.

4. Методы воспитания моральных качеств:

убеждение, разъяснение, обсуждение в коллективе, требовательность, пример тренера и сильнейших спортсменов.

5. Методы психологической подготовки и воспитания волевых качеств:

убеждение, разъяснение, пример, поощрение, групповое воздействие, самостоятельное выполнение заданий, постепенное увеличение трудности упражнений и усложнение условий их выполнения, самовнушение, приучение к соревновательным условиям.

6. Методы интегральной подготовки: повторный, контрольный, прикидки, соревнования.

В каждом отдельном случае выбор метода определяется решаемой задачей, возрастом и подготовкой учащихся, применяемыми средствами, условиями и другими факторами.

Основными **формами** учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия,
- работа по индивидуальным планам подготовки (обязательно на этапе спортивного совершенствования),
- медико-восстановительные мероприятия,
- тестирование и медицинский контроль,
- участие в соревнованиях, контрольных матчах, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед вышестоящими по рангу соревнованиями,
- пребывание в летнем спортивно-оздоровительном лагере,
- беседы,
- просмотр учебных, документальных и др. фильмов, игр, соревнований,
- инструкторская и судейская практика.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Современный национальный идеал личности – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающей ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях русского народа.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) формулируется общая **цель воспитания** в школе – личностное развитие школьников, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе главных ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Достижению поставленной цели воспитания школьников будет способствовать решение следующих основных **задач**:

1) реализовывать воспитательные возможности общешкольных ключевых дел, поддерживать традиции их коллективного планирования, организации, проведения и анализа в школьном сообществе;

2) вовлекать школьников в кружки, секции, клубы, студии и иные объединения, работающие по школьным программам внеурочной деятельности, реализовывать их воспитательные возможности;

3) поддерживать деятельность функционирующих на базе школы детских общественных объединений и организаций;

4) планомерная реализация поставленных задач позволит организовать в школе интересную и событийно насыщенную жизнь детей и педагогов, что станет эффективным способом профилактики антисоциального поведения школьников.

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	«День здоровья»	Товарищеская встреча по баскетболу среди учащихся 8-11 классов	Сентябрь
2	«Янтарный мяч»	Подготовка и отборочные соревнования среди учащихся 7-9 классов	Сентябрь

3	«Международный день учителя»	Турнир по баскетболу среди учащихся и педагогов	Октябрь
4	«КЭС-баскет»	Подготовка и отборочные соревнования среди учащихся 7-11 классов	Сентябрь-ноябрь
5	«Президентские спортивные игры»	Подготовка и отборочные соревнования среди учащихся 6-9 классов	Сентябрь-апрель
6	«Рождественские каникулы»	Соревнования по стрит-болу среди учащихся 7-11 классов	Январь
7	«День защитника Отечества»	Турнир по баскетболу среди юношей 9-11 классов	Февраль
8	«Международный женский день 8 Марта»	Турнир по стрит-болу среди девушек 7-11 классов	Март
9	«День Победы советского народа в ВОВ 1941 –1945 (9 мая)»	Турнир по баскетболу среди сборных команд 8-11 классов	Май
10	Международный день семьи, учрежден Генеральной Ассамблеей ООН в 1993 году	Товарищеская игра среди родителей учащихся нашей школы.	Май

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
3. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

5. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
6. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
7. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

Список литературы для педагогов:

1. Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: метод, разраб. / С.Н.Анискина. - М.: ГЦОЛИФК, 1991. - 38 с.
2. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры / под общ. ред. Ю.М. Портнова. - М., 1997. - 450 с.
3. Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.Д. Железняк. - М.: Советский спорт, 2004. - 100 с.
4. Баула Н.П. Баскетбол: Тактика игры 5-6 классы / Н.П. Баула, В.И.Кучеренко. - М.:Чистые пруды, 2005. - 32 с.
5. Башкирова М.М. Спортивно-оздоровительные клубы за рубежом/М.М.Башкирова, СИ. Гуськов. - М.: ВНИИФК, 1994.-40 с.
6. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса /Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1985.- 176 с.
7. Волков В.М. Спортивный отбор(медико-биологически очерк)/В.М.Волков. -Смоленск, 1979. - 60 с.
8. Вуден Д.Р. Современный баскетбол / сокр. пер. с англ. - М.: Физкультура и спорт,1987. - 254 с.
9. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Б. Гат-мен, Т.Финнеган / пер. с англ. Т.А. Бобровой. - М.: АСТ: Астрель, 2007. - 303 с.
10. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений / А.Я. Гомельский. - М.: Гранд, 1997. - 224 с.
11. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского/А.Я.Гомельский. - М.: Гранд, 2002. - 352 с.
12. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболистов: учеб. пособие / А.М. Грасис. - М.: Физкультура и спорт, 1967. - 112 с.
13. Грошев А.М. Обеспечение надежности бросков мяча в баскетболе: автореф.дисс. канд. пед. наук / А.М. Грошев. - Малаховка, 2005. - с.15.
14. Губа В.П. Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, СВ. Чернов. - М.: Физкультура и спорт, 2006. -144 с.

Интернет-ресурсы:

1. <https://edugalaxy.intel.ru/> - сообщество учителей. Обмен опытом.
2. <http://www.fizkult-ura.ru/>
3. https://basketball-training.org.ua/about_site
4. <https://www.basketbolist.org.ua/>