

Управление образования Администрации муниципального образования  
«Муниципальный округ Кезский район Удмуртской Республики»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Степаненская средняя общеобразовательная школа»  
Кезского района Удмуртской Республики

РАССМОТРЕНО

на заседании Методического совета  
Протокол № 2 от 04.05.2023 года

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от 13.05.2023 г. № 99  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ И.С.Пантелеева

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета  
Протокол № 4 от 12.05.2023 года

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

**«Баскетбол»**

для детей 14 – 16 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Макаров Дмитрий Сергеевич

педагог дополнительного образования

Степаненки, 2023

## 1.1. Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» составлена на основе авторской программы под редакцией А.П.Матвеева.

Главная задача которой, развить у ребенка интерес к занятиям спорта, укрепить здоровье подрастающего поколения, научить основным приемам игры.

**Направленность (профиль) программы** – физкультурно- спортивная.

**Обобщенные ориентиры направленности:** укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

**Нормативно-правовая база.** Программа отвечает требованиям *нормативно-правовых документов*, регламентирующих организацию образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
7. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике».
8. Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022 г. № 842 – р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года».
9. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах
10. Устав школы

**Уровень программы** - базовый.

**Актуальность программы** - целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть

необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «баскетбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

**Отличительные особенности программы** - важными качествами данной программы являются:

1. Социальная полезность. У обучающихся формируются навыки содержательного проведения собственного досуга, что в дальнейшем уберезет их от сомнительных компаний и бесцельной траты свободного времени.

2. Занятия любимым делом позволят подростку наиболее полно реализовать себя, пережить ситуацию успеха, повысить собственную самооценку.

3. Программа позволит приобрести практические знания и навыки в игре баскетбол.

**Новизна** - программа «Баскетбол» дает возможность заниматься с «нуля» тем детям, которые еще не начали проходить раздел «баскетбол» в школе, заинтересовать занимающихся, используя средства и методы воспитания и обучения. Известно, что существует большое количество детей имеющих слабое физическое развитие, но желающих заниматься физической культурой и спортом. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

**Педагогическая целесообразность** - заключается в регулярных занятиях физической культурой. Систематические занятия баскетболом совершенствуют приспособительные механизмы организма, снимают нервно-психическое перенапряжение, улучшают процессы обмена веществ и кровоснабжения тканей и органов, что положительно отражается на физическом состоянии, самочувствии и работоспособности. Такие занятия применяются и как средство профилактики и лечения многих недугов.

**Адресат программы** - программа рассчитана на обучающихся 8 – 10 кл., 14-16 лет в количестве от 10-15 человек. Основная группа здоровья.

**Практическая значимость для целевой группы** - 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.

**Преимственность программы** - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения, чтобы обеспечить в учебно- тренировочном

процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности.

**Объем и срок освоения программы** - программа рассчитана на 1 год обучения, 68 часов, 9 месяцев, 34 недели в год.

**Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса** - спортивные праздники, конкурсы; - матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста; - соревнования школьного и сельского масштабов. Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год. Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре- октябре и в апреле – мае. Формы деятельности – индивидуальные, групповые, соревновательные.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий** – 2 часа в неделю (академически час длится 45 минут).

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель** - Укрепление здоровья, формирование культуры здорового образа жизни обучающихся, через занятия игры баскетбол.

**Задачи:**

**Личностные:**

- формировать здоровый образ жизни;

**Метапредметные:**

**-регулятивные:**

- способность ставить новые учебные цели и задачи;
- планировать свою деятельность для достижения поставленных задач;

**-познавательные:**

- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- приобретение необходимых теоретических знаний;

**-коммуникативные:**

-учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

-работать в команде.

**Предметные:**

- ознакомить и научить соблюдать правила игры, технике безопасности на занятиях, ведению мяча, передачам, броскам по кольцу, игре в нападении и в защите.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№	Наименование раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Ведение мяча.</b>	24	3	21	-----
1.1	Правила игры. Стойка игрока, передвижение по площадке. Техника безопасности при ведении мяча.	1	0,5	0,5	Наблюдение, самоконтроль
1.2	Техника выполнения ведения мяча.	1	0,5	0,5	-----
1.3	Ведение мяча правой рукой	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.4	Ведение мяча левой рукой.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения.
1.5	Ведение мяча правой и левой рукой на месте и шагом.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения.
1.6	Техника выполнения ведения мяча в движении.	1	0,5	0,5	-----
1.7	Ведение мяча в движении правой рукой.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.8	Ведение мяча в движении левой рукой.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.9	Ведение мяча в движении левой и правой рукой поочередно.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.10	Ведение мяча на месте, шагом, бегом.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.11	Техника выполнения ведения мяча с обводкой.	1	0,5	0,5	-----
1.12	Ведение мяча с обводкой стоящих кеглей шагом и бегом.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.13	Ведение мяча с обводкой спокойно стоящего соперника.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.14	Техника выполнения ведения мяча с обводкой нападающего соперника.	1	0,5	0,5	-----
1.15	Выполнение тестовых упражнений по нормативам	1	-----	1	Техника выполнения, выполнение нормативов.
1.16	Ведения мяча с изменением направления.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.17	Ведение мяча с изменением скорости.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.18	Ведение мяча по прямой.	1	-----	1	Наблюдение, техника

					выполнения, самоконтроль.
1.19	Ведение мяча с обводкой соперника, кругов, кеглей.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.20	Техника выполнения ведения разноименно двумя руками.	1	0,5	0,5	-----
1.21	Ведение мяча разноименно двумя руками на месте.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.22	Ведение мяча разноименно двумя руками с шагом.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.23	Ведение мяча разноименно двумя руками бегом.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
1.24	Ведение мяча разноименно двумя руками, шагом и бегом прямо.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
2.	<b>Передачи мяча.</b>	8	1	7	-----
2.1	Техника выполнения передач мяча двумя руками.	1	0,5	0,5	-----
2.2	Передача мяча двумя руками от груди на месте.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
2.3	Передача мяча двумя руками от груди в движении.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
2.4	Передача мяча двумя руками от груди на стенку.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
2.5	Передача мяча двумя руками от груди партнеру.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
2.6	Техника выполнения передач мяча одной рукой.	1	0,5	0,5	-----
2.7	Выполнение тестовых упражнений по нормативам	1	-----	1	Техника выполнения, выполнение нормативов.
2.8	Передача мяча одной рукой, отскоком от пола на стенку.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.	<b>Броски мяча по кольцу.</b>	25	2,5	22,5	-----
3.1	Техника выполнения бросков мяча по кольцу	1	0,5	0,5	-----

	двумя руками.				
3.2	Броски мяча двумя руками по кольцу, имитация.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.3	Броски мяча двумя руками по кольцу с разгибанием ног.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.4	Бросок по кольцу двумя руками с места.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.5	Бросок мяча двумя руками по кольцу, после ловли на месте.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.6	Броски по кольцу, штрафной бросок, двумя руками.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.7	Техника выполнения бросков мяча по кольцу одной рукой.	1	0,5	0,5	-----
3.8	Броски мяча по кольцу в зоне одной рукой.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.9	Броски мяча по кольцу в зоне с разных точек.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.10	Броски мяча по кольцу с 6 метровой линии.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.11	Броски мяча по кольцу с 6 метровой линии с разных точек.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.12	Броски мяча одной рукой по кольцу с разгибанием ног.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.13	Броски мяча одной рукой по кольцу, имитация броска, броски вверх с разгибанием ног и движение руки с мячом	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.14	Техника выполнения броска мяча по кольцу после ведения.	1	0,5	0,5	-----
3.15	Бросок по кольцу с двух шагов после ведения с правой стороны.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.16	Бросок по кольцу с двух шагов после ведения с левой стороны.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.17	Бросок по кольцу после двух шагов.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.18	Бросок по кольцу после	1	-----	1	Наблюдение, техника

	ведения со штрафной линии.				выполнения, самоконтроль.
3.19	Техника выполнения броска мяча по кольцу после ловли.	1	0,5	0,5	-----
3.20	Выполнение тестовых упражнений по нормативам	1	-----	1	Техника выполнения, выполнение нормативов.
3.21	Бросок мяча по кольцу после ловли в движении.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.22	Бросок мяча по кольцу после ловли с правой стороны корзины.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.23	Бросок мяча по кольцу после ловли с левой стороны корзины.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.24	Броски мяча одной рукой по кольцу, имитация броска, броски вверх с разгибанием ног и движение руки с мячом	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
3.25	Техника выполнения броска мяча по кольцу, штрафной бросок, двумя руками.	1	0,5	0,5	-----
4.	<b>Тактическая подготовка.</b>	11	2	9	-----
4.1	Техника выполнения взаимодействия игроков в нападении.	1	0,5	0,5	-----
4.2	Взаимодействие игроков в нападении по одному.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
4.3	Взаимодействие игроков в нападении в парах.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
4.4	Взаимодействие игроков в нападении командой.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
4.5	Выполнение тестовых упражнений по нормативам.	1	-----	1	Техника выполнения, выполнение нормативов.
4.6	Взаимодействие игроков в нападении четверками .	1	-----	1	-----
4.7	Техника выполнения взаимодействие игроков в защите .	1	0,5	0,5	-----
4.8	Взаимодействие игроков в защите по одному.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
4.9	Взаимодействие игроков в защите в парах.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.
4.10	Взаимодействие игроков в защите четверками.	1	-----	1	Наблюдение, техника выполнения, самоконтроль.

4.11	Итоговое занятие.	1	1	-----	-----
	Итого часов:	68	8,5	59,5	-----

## Содержание учебного плана

### 1. Ведение мяча.

1.1. Правила игры в баскетбол, количество игроков на площадке, безопасное поведение на площадке, правильная стойка игрока, техническое передвижение по площадке.

Теория: Правила игры. Техника безопасности при ведении мяча.

Практика: Стойка игрока, передвижение по площадке.

1.2. Работа кисти при ведении мяча, направление мяча для удара об пол, встреча мяча после отскока от пола.

Теория: Техника выполнения ведения мяча.

Практика: Ведение мяча.

1.3. Ведение мяча правой рукой.

Практика: Ведение мяча правой рукой.

1.4. Удар мячом в пол, работа пальцев левой руки при толкании мяча.

Практика: Ведение мяча левой рукой.

1.5. Стойка игрока при ведении мяча на месте, передвижение по площадке при ведении мяча шагом.

Практика: Ведение мяча правой и левой рукой на месте и шагом.

1.6. Расположение рук, ног, туловища при ведении мяча в движении, угол толкания мяча в пол.

Теория: Техника выполнения ведения мяча в движении.

Практика: Ведение мяча в движении.

1.7. Расположение рук, ног, туловища при ведении мяча в движении, угол толкания мяча в пол правой рукой.

Практика: Ведение мяча в движении правой рукой.

1.8. Расположение рук, ног, туловища при ведении мяча в движении, угол толкания мяча в пол левой рукой.

Практика: Ведение мяча в движении левой рукой.

1.9. Ведение мяча правой рукой передача мяча в левую руку, правильная передача, чтобы не было двойного ведения.

Практика: Ведение мяча в движении левой и правой рукой поочередно.

1.10. Техника ведения мяча на месте, переход в ведении шагом, ведение бегом.

Практика: Ведение мяча на месте, шагом, бегом.

1.11. Ведение мяча с обводкой, изменение направления движения, остановка после ведения без нарушения правил.

Теория: Техника выполнения ведения мяча с обводкой.

Практика: Ведение мяча с обводкой.

1.12. Ведение мяча с обводкой, изменение направления движения, остановка после ведения без нарушения правил.

Практика: Ведение мяча с обводкой стоящих кеглей шагом и бегом.

1.13. Ведение мяча с обводкой, изменение направления движения, остановка после ведения без нарушения правил.

Практика: Ведение мяча с обводкой спокойно стоящего соперника.

1.14. Защита от нападающего соперника свободной рукой, техника выполнения обводки, учитывая технику соперника.

Теория: Техника выполнения ведения мяча с обводкой нападающего соперника.

Практика: Ведение мяча с обводкой нападающего соперника.

1.15. Выполнение тестовых упражнений по нормативам.

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Выполнение упражнений по нормативам.

1.16. Защита от нападающего соперника свободной рукой, техника выполнения обводки, учитывая технику соперника.

Практика: Введение мяча с изменением направления.

1.17. Защита от нападающего соперника свободной рукой, техника выполнения обводки, учитывая технику соперника.

Практика: Введение мяча с изменением скорости.

1.18. Защита от нападающего соперника свободной рукой, техника выполнения обводки, учитывая технику соперника.

Практика: Введение мяча по прямой.

1.19. Защита от нападающего соперника свободной рукой, техника выполнения обводки, учитывая технику соперника.

Практика: Ведение мяча с обводкой соперника, кругов, кеглей.

1.20. Ведение мяча , постановки кисти, работа ног, правильная передача мяча с одной руки на другую, не делая ошибок.

Теория: Техника выполнения ведения разноименно двумя руками.

Практика: Ведение мяча разноименно двумя руками.

1.21. Ведение мяча , постановки кисти, работа ног, правильная передача мяча с одной руки на другую на месте.

Практика: Ведение мяча на месте разноименно двумя руками на месте.

1.22. Ведение мяча , постановки кисти, работа ног, правильная передача мяча с одной руки на другую с шагом.

Практика: Ведение мяча на месте разноименно двумя руками с шагом.

1.23. Ведение мяча , постановки кисти, работа ног, правильная передача мяча с одной руки на другую бегом.

Практика: Ведение мяча разноименно двумя руками бегом.

1.24. Ведение мяча , постановки кисти, работа ног, правильная передача мяча с одной руки на другую шагом и бегом.

Практика: Ведение мяча разноименно двумя руками, шагом и бегом прямо.

## **2. Передачи мяча.**

2.1. Удержание мяча в руках, работа пальцев, предплечий, передача по прямой.

Теория: Техника выполнения передач мяча двумя руками.

Практика: Передача мяча двумя руками.

2.2. Удержание мяча в руках, работа пальцев, предплечий, передача по прямой.

Практика: Передача мяча двумя руками от груди на месте.

2.3. Удержание мяча в руках, работа пальцев, предплечий, передача в движении.

Практика: Передача мяча двумя руками от груди в движении.

2.4. Удержание мяча в руках, работа пальцев, предплечий, передача на стенку, ловля мяча после отскока.

Практика: Передача мяча двумя руками от груди на стенку.

2.5. Удержание мяча в руках, работа пальцев, предплечий, прием мяча от партнера.

Практика: Передача мяча двумя руками от груди партнеру.

2.6. Удержание мяча в руке, работа пальцев, предплечья, угол передачи мяча.

Теория: Техника выполнения передач мяча одной рукой.

Практика: Передача мяча одной рукой.

2.7. Выполнение тестовых упражнений по нормативам.

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Выполнение упражнений по нормативам.

2.8. Удержание мяча в руке, работа пальцев, предплечья, угол передачи мяча об пол

Практика: Передача мяча одной рукой, отскоком от пола на стенку.

### **3. Броски мяча по кольцу.**

3.1. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча. Теория: Техника выполнения бросков мяча по кольцу двумя руками.

Практика: Броски мяча по кольцу двумя руками.

3.2. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, имитации я броска.

Практика: Броски мяча двумя руками по кольцу, имитация.

3.3. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча подключение ног для усиления броска .

Практика: Броски мяча двумя руками по кольцу с разгибанием ног.

3.4. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, броски с места.

Практика: Бросок по кольцу двумя руками с места.

3.5. Концентрация внимания на партнере, ловля мяча, бросок по кольцу.

Практика: Бросок мяча двумя руками по кольцу, после ловли на месте.

3.6. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча.

Практика: Броски по кольцу, штрафной бросок, двумя руками.

3.7. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа руки, правильное держание мяча.

Теория: Техника выполнения бросков мяча по кольцу одной рукой.

Практика: Броски мяча по кольцу одной рукой.

3.8. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, бросок мяча одной рукой в трехсекундной зоне.

Практика: Броски мяча по кольцу в зоне одной рукой.

3.9. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, бросок мяча с разных точек.

Практика: Броски мяча по кольцу в зоне с разных точек.

3.10. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, бросок мяча с разных точек, с 6 метровой линии.

Практика: Броски мяча по кольцу с 6 метровой линии.

3.11. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, бросок мяча с разных точек.

Практика: Броски мяча по кольцу с 6 метровой линии с разных точек.

3.12. Прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, бросок мяча с разных точек, с разгибанием ног.

Практика: Броски мяча одной рукой по кольцу с разгибанием ног.

3.13. Практика: Броски мяча одной рукой по кольцу, имитация броска, броски вверх с разгибанием ног и движение руки с мячом.

3.14. Правильное ведение мяча, прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча.

Теория: Техника выполнения броска мяча по кольцу после ведения.

Практика: Бросок мяча по кольцу после ведения.

3.15. Правильное ведение мяча, прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, с правой стороны.

Практика: Бросок по кольцу с двух шагов после ведения с правой стороны.

3.16. Правильное ведение мяча, прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, с левой стороны.

Практика: Бросок по кольцу с двух шагов после ведения с левой стороны.

3.17. Правильное ведение мяча, прицеливание по кольцу, высота броска, работа рук, правильное держание мяча, после двух шагов.

Практика: Бросок по кольцу после двух шагов.

3.18. Выполнение тестовых упражнений по нормативам.

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Выполнение упражнений по нормативам.

3.20. Коррекция внимания на ловлю мяча от партнера, бросок по кольцу.

Теория: Техника выполнения броска мяча по кольцу после ловли.

Практика: Бросок мяча по кольцу после ловли.

3.21. Коррекция внимания на ловлю мяча от партнера, бросок по кольцу, в движении.

Практика: Бросок мяча по кольцу после ловли в движении.

3.22. Коррекция внимания на ловлю мяча от партнера, бросок по кольцу, в движении с правой стороны корзины.

Практика: Бросок мяча по кольцу после ловли с правой стороны корзины.

3.23. Коррекция внимания на ловлю мяча от партнера, бросок по кольцу, в движении с левой стороны корзины.

Практика: Бросок мяча по кольцу после ловли с левой стороны корзины.

3.24. Практика: Броски мяча одной рукой по кольцу, имитация броска, броски вверх с разгибанием ног и движение руки с мячом.

3.25. Теория: Техника выполнения броска мяча по кольцу, штрафной бросок, двумя руками.

Практика: Бросок мяча по кольцу, штрафной бросок, двумя руками.

#### **4. Тактическая подготовка.**

4.1. Растановка игроков на площадке при нападении, действия нападающих, защитников, блокирующих.

Теория: Техника выполнения взаимодействия игроков в нападении.

Практика: Взаимодействие игроков в нападении.

4.2. Действие игрока в одиночку при нападении, ведение, обводка, бросок по кольцу.

Практика: Взаимодействие игроков в нападении по одному.

4.3. Действие игроков в парах при нападении, ведение, обводка, бросок по кольцу. Практика: Взаимодействие игроков в нападении в парах.

4.4. Действие игроков в командой при нападении, ведение, обводка, бросок по кольцу.

Практика: Взаимодействие игроков в нападении командой.

4.5. Выполнение тестовых упражнений по нормативам.

Теория: Техника выполнения упражнений.

Практика: Выполнение упражнений по нормативам.

4.6. Действие игроков в четверках при нападении, ведение, обводка, бросок по кольцу.

Практика: Взаимодействие игроков в нападении четверками .

4.7. Действия игроков в защите, блокирование нападающих, каждый защитник блокирует прикрепленного нападающего.

Теория: Техника выполнения взаимодействия игроков в защите .

Практика: Взаимодействие игроков в защите.

4.8. Действия игрока в защите, блокирование нападающего.

Практика: Взаимодействие игроков в защите по одному.

4.9. Практика: Взаимодействие игроков в защите в парах.

4.10. Практика: Взаимодействие игроков в защите четверками.

4.11. Итоговое занятие.

#### **1.4. Планируемые результаты**

Эффективность достижения целей программы будет оцениваться:

Во-первых: уровнем сформированности таких ценностных ориентиров, как интерес к здоровому образу жизни; компетентности в сфере самостоятельной познавательной деятельности, основанной на усвоении способов приобретения знаний из различных источников информации; компетентности в сфере физкультурно – спортивной деятельности;

Во-вторых: результатами участия в муниципальных и районных спортивных мероприятиях.

#### **Метапредметные результаты:**

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

##### **-Регулятивные УУД:**

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятий;
- Учиться работать по определенному алгоритму;
- Адекватно воспринимать оценку учителя.

##### **-Познавательные УУД:**

- Уметь делать выводы в результате совместной работы учителя и учащихся;
- Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Активно включаться в процесс по выполнению заданий;
- Выражать творческое отношение к выполнению заданий.

##### **-Коммуникативные УУД:**

- Умение оформлять свои мысли в устной форме;
- Слушать и понимать речь других;
- Учиться работать в паре, группе, выполнять различные роли;
- Участвовать в коллективном обсуждении.

#### **Личностные результаты:**

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- в формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности

## **Предметные результаты:**

- формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;
- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к учащимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь учащимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме обучающихся к саморазвитию и самообразованию с учётом устойчивых познавательных интересов;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Реализация программы «Баскетбол – путь к здоровью» это не только овладение техникой и тактикой игры, но и воспитание качеств личности:

- мгновенно оценивать обстановку;
- действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации;
- проявления высокой самостоятельности;
- умение управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями;
- умение работать в группе и подчинять свои интересы коллективу, что способствует социализации уч-ся.

## 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1 Календарный учебный график

№п/п	Месяц	Число	Номер темы	Коли-во часов	Место проведения	Контроль
1.	Сентябрь	14.09.2023	1.1	1	кабинет № 14	ВК
2.	Сентябрь	14.09.2023	1.2	1	кабинет № 14	
3.	Сентябрь	21.09.2023	1.3	1	кабинет № 14	
4.	Сентябрь	21.09.2023	1.4	1	кабинет № 14	
5.	Сентябрь	28.09.2023	1.5	1	кабинет № 14	
6.	Сентябрь	28.09.2023	1.6	1	кабинет № 14	
7.	Октябрь	05.10.2023	1.7	1	кабинет № 14	
8.	Октябрь	05.10.2023	1.8	1	кабинет № 14	
9.	Октябрь	12.10.2023	1.9	1	кабинет № 14	
10.	Октябрь	12.10.2023	1.10	1	кабинет № 14	
11.	Октябрь	19.10.2023	1.11	1	кабинет № 14	
12.	Октябрь	19.10.2023	1.12	1	кабинет № 14	
13.	Октябрь	26.10.2023	1.13	1	кабинет № 14	
14.	Октябрь	26.10.2023	1.14	1	кабинет № 14	
15.	Ноябрь	02.11.2023	1.15	1	кабинет № 14	ПА
16.	Ноябрь	02.11.2023	1.16	1	кабинет № 14	
17.	Ноябрь	09.11.2023	1.17	1	кабинет № 14	
18.	Ноябрь	09.11.2023	1.18	1	кабинет № 14	
19.	Ноябрь	16.11.2023	1.19	1	кабинет № 14	
20.	Ноябрь	16.11.2023	1.20	1	кабинет № 14	
21.	Ноябрь	23.11.2023	1.21	1	кабинет № 14	
22.	Ноябрь	23.11.2023	1.22	1	кабинет № 14	
23.	Ноябрь	30.11.2023	1.23	1	кабинет № 14	
24.	Ноябрь	30.11.2023	1.24	1	кабинет № 14	
25.	Декабрь	07.12.2023	2.1	1	кабинет № 14	
26.	Декабрь	07.12.2023	2.2	1	кабинет № 14	
27.	Декабрь	14.12.2023	2.3	1	кабинет № 14	
28.	Декабрь	14.12.2023	2.4	1	кабинет № 14	
29.	Декабрь	21.12.2023	2.5	1	кабинет № 14	
30.	Декабрь	21.12.2023	2.6	1	кабинет № 14	
31.	Декабрь	28.12.2023	2.7	1	кабинет № 14	ПА
32.	Декабрь	28.12.2023	2.8	1	кабинет № 14	
33.	Январь	11.01.2024	3.1	1	кабинет № 14	
34.	Январь	11.01.2024	3.2	1	кабинет № 14	
35.	Январь	18.01.2024	3.3	1	кабинет № 14	
36.	Январь	18.01.2024	3.4	1	кабинет № 14	
37.	Январь	25.01.2024	3.5	1	кабинет № 14	
38.	Январь	25.01.2024	3.6	1	кабинет № 14	
39.	Февраль	01.02.2024	3.7	1	кабинет № 14	
40.	Февраль	01.02.2024	3.8	1	кабинет № 14	
41.	Февраль	08.02.2024	3.9	1	кабинет № 14	
42.	Февраль	08.02.2024	3.10	1	кабинет № 14	
43.	Февраль	15.02.2024	3.11	1	кабинет № 14	
44.	Февраль	15.02.2024	3.12	1	кабинет № 14	
45.	Февраль	22.02.2024	3.13	1	кабинет № 14	

46.	Февраль	22.02.2024	3.14	1	кабинет № 14	
47.	Март	29.02.2024	3.15	1	кабинет № 14	
48.	Март	29.02.2024	3.16	1	кабинет № 14	
49.	Март	07.03.2024	3.17	1	кабинет № 14	
50.	Март	07.03.2024	3.18	1	кабинет № 14	
51.	Март	14.03.2024	3.19	1	кабинет № 14	
52.	Март	14.03.2024	3.20	1	кабинет № 14	ПА
53.	Март	21.03.2024	3.21	1	кабинет № 14	
54.	Март	21.03.2024	3.22	1	кабинет № 14	
55.	Март	28.03.2024	3.23	1	кабинет № 14	
56.	Март	28.03.2024	3.24	1	кабинет № 14	
57.	Апрель	04.04.2024	3.25	1	кабинет № 14	
58.	Апрель	04.04.2024	4.1	1	кабинет № 14	
59.	Апрель	11.04.2024	4.2	1	кабинет № 14	
60.	Апрель	11.04.2024	4.3	1	кабинет № 14	
61.	Апрель	18.04.2024	4.4	1	кабинет № 14	
62.	Апрель	18.04.2024	4.5	1	кабинет № 14	ИК
63.	Апрель	25.04.2024	4.6	1	кабинет № 14	
64.	Апрель	25.04.2024	4.7	1	кабинет № 14	
65.	Май	02.05.2024	4.8	1	кабинет № 14	
66.	Май	02.05.2024	4.9	1	кабинет № 14	
67.	Май	16.05.2024	4.10	1	кабинет № 14	
68.	Май	16.05.2024	4.11	1	кабинет № 14	
<b>Итого:</b>				<b>68 ч.</b>		

**ВК – входной контроль, ПА – промежуточная аттестация, ИК – итоговый контроль**

## 2.2 Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение** – реализацией программы может заниматься педагог дополнительного образования.

**Материально – техническое обеспечение** - кабинет № 14 соответствует санитарным нормам. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», (утв. Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021)

Оснащение кабинета учебным оборудованием.

№ п/п	Наименование	Количество
1	Обруч взрослый	9
2	Скакалка спортивная	14
3	Мяч баскетбольный	12
4	Гимнастические маты	8
5	Канат для перетягивания	1
6	Сетка баскетбольная	2
7	Корзина баскетбольная	6
8	Скамья гимнастическая	11
9	Перекладина навесная	4

10	Стенка шведская	4
11	Насос для накачивания мячей	1
12	Баскетбольные щиты	2
13	Секундомер	1
14	Аптечка медицинская	1
15	Кегли для ведения мяча	27
15	Мишени для точных бросков мяча	4
16	Набивные мячи	10
17	Свисток	2

**Информационные ресурсы** - кабинет №14 не оснащен необходимой компьютерной техникой: интерактивной доской, проектором, ноутбуком, но занятия баскетболом, на которых используется интерактивная доска, проходят в кабинете №16, оснащенный данным оборудованием, а на занятия с использованием мультимедийного проектора оборудование приносится в кабинет. Созданные учащимися электронные образовательные ресурсы, сопровождаемые презентацией, рефератом, эффективно используются для объяснения нового материала или повторения пройденного; знакомства с историей физкультуры и спорта, спортсменами.

### 2.3 Формы аттестации /контроля.

- Диагностика
- Практические занятия
- Самоконтроль
- Самоанализ

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** видеозапись, грамота, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио достижений учащихся, фото, отзыв детей и родителей, анкеты, опрос и т.д..

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** участие в соревнованиях, в турнирах по баскетболу, олимпиадах по спортивным играм, спортивных праздниках, в спортивных фестивалях.

### Оценочные материалы

Раздел программы	Методы диагностики	Описание
<b>Ведение мяча</b>	Входная диагностика.	Вопросы по правилам игры, по технике безопасности поведения на занятиях по спортивным играм(баскетбол).
	Наблюдение.	Наблюдение за техникой безопасности, за техникой выполнения приемов игры, за развитием терпения, самоконтроля.
	Анализ выполненных работ.	Критерии: степень самостоятельности выполнения игровых приемов, качество выполнения приемов, качество товарищества, взаимопонимания в команде.
	Тестовые	Перечень тестовых упражнений, которые

	упражнения по нормативам.	выполняются по нормативам. (Приложение № 1).
<b>Передачи мяча</b>	Наблюдение.	Наблюдение за техникой безопасности, за техникой выполнения приемов игры, за развитием терпения, самоконтроля.
	Анализ выполненных работ.	Критерии: степень самостоятельности выполнения игровых приемов, качество выполнения приемов, качество товарищества, взаимопонимания в команде.
	Тестовые упражнения по нормативам.	Перечень тестовых упражнений, которые выполняются по нормативам. (Приложение № 1).
<b>Броски мяча по кольцу</b>	Наблюдение.	Наблюдение за техникой безопасности, за техникой выполнения приемов игры, за развитием терпения, самоконтроля.
	Анализ выполненных работ.	Критерии: степень самостоятельности выполнения игровых приемов, качество выполнения приемов, качество товарищества, взаимопонимания в команде.
	Тестовые упражнения по нормативам.	Перечень тестовых упражнений, которые выполняются по нормативам. (Приложение № 1).
<b>Тактическая подготовка</b>	Наблюдение.	Наблюдение за техникой безопасности, за техникой выполнения приемов игры, за развитием терпения, самоконтроля.
	Анализ выполненных работ.	Критерии: степень самостоятельности выполнения игровых приемов, качество выполнения приемов, качество товарищества, взаимопонимания в команде.
	Тестовые упражнения по нормативам.	Перечень тестовых упражнений, которые выполняются по нормативам. (Приложение № 1).

Основной показатель работы секции по баскетболу - выполнение программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде контрольных упражнений.

Контрольные упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 4 раза в год.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные упражнения незаменимы при подготовке к соревнованиям, выступлению на спортивных фестивалях, турнирах по баскетболу, в спортивных праздниках.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

## 2.4 Методические материалы

**Методические особенности организации образовательного процесса** - рабочая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» предназначена для реализации на базе МБОУ «Степаненская СОШ» в группе учащихся 5-7 классов. Форма обучения - очная.

### **Методы обучения и воспитания –**

- 1.Словесный – объяснение физических упражнений, двигательных действий, правила игр.
  - 2.Наглядный практический – наглядный показ физического упражнения или двигательного действия учителем, выполнение показанных двигательных действий обучающимися.
  - 3.Объяснительно-иллюстративный – объяснение правил игры и судейство по иллюстрациям, через мультимедийный проектор, информация из учебника или показ упражнений, двигательных действий.
  - 4.Игровой – объяснение и показ тактических приемов в игре, технику нападения и защиты, действия игроков в парах, тройках, четверках, командой – при нападении и защите, ведение, передачи, броски мяча в корзину.
  - 5.Дискуссионный – выявление ошибок после занятия, обсуждение игровых приемов, уделение внимания на самые проблематичные ситуации на занятии и после игры и их дальнейшее устранение.
- 1.Убеждение – внушение обучающимся, что занятия баскетболом воспитывают товарищество, ответственность друг за друга, дают физическое и духовное воспитание.
  - 2.Поощрение – выявлять самых лучших игроков и разрешить им участвовать в соревнованиях.

**Формы организации образовательного процесса** - групповая.

**Формы организации учебного занятия** - соревнования, открытые спортивные мероприятия, турниры, лекции, показ слайдов игровых приемов.

**Педагогические технологии** – технология индивидуального обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

**Алгоритм учебного занятия** – структура занятия: подготовительная часть – построение, тема урока, техника безопасности, разминка; основная часть – повторение темы прошлого занятия, изучение новой темы, учебная игра; заключительная часть – упражнения на расслабление организма, построение, разбор занятия, выявление ошибок и их исправление.

### **Дидактические материалы и методические разработки**

Разделы	Темы	Учебно-методические, наглядные дидактические материалы, методические разработки, материально-	Литература
---------	------	---	------------

		техническое оснащение.	
1.Ведение мяча	1.1 – 1.24	Инструкции по технике безопасности. Нормативы к тестовым упражнениям. Мячи баскетбольные. Мячи набивные. Свисток. Корзины баскетбольные. Секундомер. Маты гимнастические. Мостик гимнастический. Учебный фильм «Баскетбол в школе, техника выполнения приемов игры». Учебное пособие «Правила игры в баскетбол».	Грасмс, А. Специальные упражнения баскетболиста. - М.,1967. Кудряшов, В., Мирошникова, Р. Технические приемы игры в баскетбол. - Минск, 2007. Нортон, Б. Упражнения в баскетболе. - М., 2009.
2. Передачи мяча.	2.1 – 2.8	Инструкции по технике безопасности. Нормативы к тестовым упражнениям. Мячи баскетбольные. Мячи набивные. Свисток. Корзины баскетбольные. Секундомер. Маты гимнастические. Мостик гимнастический. Учебный фильм «Баскетбол в школе, техника выполнения приемов игры». Учебное пособие «Правила игры в баскетбол».	Питхолстер, Г. Энциклопедия баскетбольных упражнений (перевод с англ.). - М., 2006. Кудряшов, В., Мирошникова, Р. Технические приемы игры в баскетбол. - Минск, 2007. Яхонтов, Е. Р., Кит, Л. С. Индивидуальные упражнения баскетболиста. - М, 2010.
3.Броски мяча по кольцу.	3.1 -	Инструкции по технике безопасности. Нормативы к тестовым упражнениям. Мячи баскетбольные. Мячи набивные. Свисток. Корзины баскетбольные. Секундомер. Маты гимнастические. Мостик гимнастический. Учебный фильм «Баскетбол в школе, техника выполнения приемов игры». Учебное пособие «Правила игры в баскетбол».	Стонкус, С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. -М.,2007. Кудряшов, В., Мирошникова, Р. Технические приемы игры в баскетбол. - Минск, 2007. Яхонтов, Е. Р., Кит, Л. С. Индивидуальные упражнения баскетболиста. - М, 2010.
4. Тактическая подготовка.	4.1 – 4.11	Инструкции по технике безопасности. Нормативы к тестовым упражнениям. Мячи баскетбольные. Мячи набивные. Свисток. Корзины баскетбольные.	Скоростно-силовая подготовка юных спортсменов. /Под общей ред. В. П. Филина. - М., 2008. Гомельский, А. Я. Тактика баскетбола. - М.,2006. Грасмс, А. Специальные упражнения

		<p>Секундомер. Маты гимнастические. Мостик гимнастический. Учебный фильм «Баскетбол в школе, техника выполнения приемов игры». Учебное пособие «Правила игры в баскетбол».</p>	<p>баскетболиста. - М.,1967. Линдеберг, Ф. Баскетбол. Игра и обучение. - М., 2010.</p>
--	--	--	--

### **Рабочая программа воспитания**

**Характеристика объединения «Баскетбол».**

**Деятельность объединения «Баскетбол»** имеет физкультурно- спортивную направленность.

**Количество обучающихся объединения «Баскетбол»** составляет 10-15 человек. Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 14 до 16 лет.

**Формы работы** – индивидуальные, групповые, соревновательные.

**Цель воспитания** - воспитание положительного отношения к занятиям спортом, ведения ЗОЖ через приобщение к регулярным занятиям баскетболом, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего района.

**Задачи воспитания** –

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности;
- воспитание умения работать в коллективе, уважать старших, доброжелательного отношения друг к другу, умения и желания оказывать помощь,
- дисциплинированность, корректность, требовательность к себе;
- формирование устойчивого интереса и привычку к систематическим занятиям баскетболом.

**Результат воспитания** – формирование физически здоровой личности, умения работать в коллективе, уважать старших, доброжелательного отношения друг к другу, умения и желания оказывать помощь, дисциплинированность, корректность, требовательность к себе посредством занятий баскетболом и физическими упражнениями;

-занятия баскетболом и физическими упражнениями помогли духовному и физическому самосовершенствованию, настойчивости, дисциплинированности, смелости и воле;

- формирование устойчивого интереса и привычку к систематическим занятиям баскетболом.

**Работа с коллективом обучающихся** -

- формирование практических умений по организации проведения разминок, физических упражнений и игр по баскетболу, организовать судейство при проведении игр;

- обучение умениям и навыкам самоорганизации, формированию ответственности за себя и других на занятиях по выполнении физических упражнений и спортивных игр;

- развитие творческого культурного, коммуникативного, физического потенциала ребят в процессе участия в физкультурных праздниках, спортивных соревнованиях;

### **Работа с родителями-**

- индивидуальные беседы с родителями о воспитанниках;

- проведение коллективных встреч с родителями и детьми;

- привлечение родителей для проведения спортивных праздников, соревнований, игр и судейства;

- проведение и участие родителей с детьми в совместных соревнованиях и праздниках.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Дни открытых дверей	Привлечение внимания учащихся и их родителей к деятельности кружка «Баскетбол».	Сентябрь	
2	Соревнования по «Баскетболу» между 5-7, 8-9 классами.	По игре выбрать лучших игроков и класс.	Декабрь	
3	Соревнования по «Баскетболу» между учениками, учителями и родителями.	Вовлечь как можно больше участников к занятиям физкультурой и спортом.	Январь	
4	Выезд на кустовые соревнования по «Баскетболу» в с.Кулига.	Сборной команде набраться больше опыта и тренированности в соревновательной деятельности.	Февраль	
5	Кустовые соревнования по «Баскетболу» в д.Степаненки.	Сборной команде набраться больше опыта и тренированности в соревновательной деятельности.	Февраль	

6	Выезд на районные соревнования по «Баскетболу» в п.Кез.	Сборной команде набраться больше опыта и тренированности в соревновательной деятельности.	Март	
---	---	---	------	--

## 2.7 Список литературы

### Нормативная литература

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. «Методический конструктор дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»// АОУ УР Региональный образовательный Центр одаренных детей, Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Удмуртской Республике. – Ижевск, 2023 – 17с.
3. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Постановлением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
8. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике».
9. Распоряжение Правительства УР от 01.08.2022 г. № 842 – р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей по реализации Концепции развития дополнительного образования детей в УР до 2030 года».
10. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах
11. Устав школы

### Литература для педагогов

1. Волков, В. М. Тренеру о подростке. - М., 2007.
2. Гандельсман, А. Б., Смирнов, К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М., 2010.
3. Гомельский, А. Я. Управление командой в баскетболе. - М., 2006.
4. Давыдов М., Минков Б. Методические рекомендации по судейству \* баскетбольных матчей. - Минск, 1981.
5. Набатникова, М. Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. - М., 2009.
6. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. Пособие для студ. высш. уч. завед. /Д.И.Нестеровский.- 3-е изд., стер. - М., Издательский центр «Академия», 2007.
7. Петровский, В. В. Организация спортивной тренировки. - Киев, 2008.

8.Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки. -М.,2010.

### Литература для учащихся

- 1.Грасмс, А. Специальные упражнения баскетболиста. - М.,1967.
- 2.Гомельский, А. Я. Тактика баскетбола. - М.,2006.
- 3.Зациорский, В. М. Физические качества спортсмена. - М., 2010.
- 4.Нортон, Б. Упражнения в баскетболе. - М., 2009.
- 5.Стонкус, С. Индивидуальная тренировка баскетболистов. -М.,2007.
- 6.Яхонтов, Е. Р. Индивидуальная подготовка баскетболистов. - СПб., 2006.
- 7.Яхонтов, Е. Р., Кит, Л. С. Индивидуальные упражнения баскетболиста. - М, 2010.
- 8.Скоростно-силовая подготовка юных спортсменов. /Под общей ред. В. П. Филина. - М., 2008.

### Наглядный материал

Таблицы с изображением игровых приемов, карты судейства игры, видеоматериалы двигательных действий и игровых приемов, просмотр через интернет баскетбольных матчей, узнать про выдающихся баскетболистов, история развития баскетбола в нашей стране и за рубежом.

### Приложение № 1.

Контрольно – измерительные испытания и нормативы к ним.

№	Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30м, сек	4,8	5,1	5,5	5,1	5,4	5,8
2.	Челночный бег 3х10м, сек	7,3	7,7	7,9	7,6	7,9	8,3
3.	Бег 60м, сек	8,7	9,7	10,0	9,6	10,6	10,0
4.	Подтягивание, раз	10	6	4	18	11	9
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, раз	34	29	23	17	12	10
6.	Поднимание туловища из положения лежа руки за головой за 1 мин, раз	49	42	38	43	39	32
7.	Бег 1000м, мин сек	3.35	3.55	4.10	3.45	4.05	4.20
8.	Бег 2000м, мин сек	8.40	8.59	9.20	9.00	10.00	10.50
9.	Прыжки в длину, см	400	340	310	340	2.90	2.80
10.	Прыжки в длину с места, см	205	190	175	185	155	150
11.	Прыжки в	120	110	100	110	100	90

	высоту, см						
12.	Метание мяча весом 150 грамм, метр	42	38	32	34	30	26
13.	Бег 400м, мин сек	1.05	1.30	1.35	1.20	1.37	1.45
14.	Бег 800м, мин сек	2.35	2.50	3.10	2.45	3.10	3.40
15.	Бег 3000м, мин сек	Без учета времени					
16.	Бег 200м, сек	27,2	30,1	33,8	30,6	32,7	36,4
17.	Бег 100м, сек	15.0	15.6	16.0	15.6	16.0	16.4