

Извлечение из организационного раздела ООП  
НОО утвержденных приказом директора ГБОУ  
СОШ № 3 города Похвистнево  
№ 325-од от 31.08.2023 г.

**Программа курса внеурочной деятельности  
«БАСКЕТБОЛ»**

(направление: спортивно-оздоровительная деятельность)

Классы: 2-3.

Срок реализации: 3 года

Рассмотрена на заседании МО классных руководителей  
Протокол № 1 от 28.08.2023г.

Разработано: группой классных руководителей  
Проверено: заместителем директора по УВР  
Хмелевой В.В.

## Оглавление

1. Краткая аннотация.....	2
2. Пояснительная записка.....	2
3. Учебный план программы.....	7
3.1. Содержание образовательной деятельности 1 года обучения (стартовый уровень).....	7
3.2. Содержание образовательной деятельности 2 года обучения (базовый уровень). ....	18
3.3. Содержание образовательной деятельности 3 года обучения (продвинутый уровень). ....	28
4. Коррекционно-педагогическая работа тренера-преподавателя с детьми с ОВЗ.....	38
5. Ресурсное обеспечение программы.....	40
6. Приложение 1. Календарный учебный график программы «Баскетбол».....	42
7. Приложение 2. Оценочные материалы.....	55

## 1. Краткая аннотация

Разноуровневая модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» нацелена на укрепление здоровья детей и их всестороннее физическое развитие.

## 2. Пояснительная записка.

**Направленность** дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» - физкультурно-спортивная.

Данная Программа нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., направленных на физическое воспитание и формирование культуры здоровья, формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни, ориентирована на повышение качества физической подготовки, достижения высоких спортивных результатов и повышении доступности для населения услуг в области физической культуры и спорта, определенных Стратегией социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года от 12.07.2017.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации на период от 25 мая 2015 г. №996-р);
- Приказом Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 г №09-3242;
- Методическим рекомендациям по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ).

**Актуальность** программы заключается в том, что система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

**Новизна** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной, а так же она интегрирована с

подготовкой обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО, который предусматривает не только единство теоретической и физической подготовки обучающихся, но и преследует решение воспитательных задач (в том числе патриотических), направленных на формирование целеустремленной и всесторонне развитой личности ребенка, практикующей здоровый образ жизни.

**Педагогическая целесообразность** разноуровневой модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта, самоопределения и профориентации.

Программа обладает следующими **отличительными особенностями**:

- позволяет в условиях организации дополнительного образования спортивной направленности расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- программа дополнительного образования имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной реализации задач.

**Цель программы:** формирование здорового образа жизни посредством обучения командной игре «баскетбол».

**Задачи программы:**

*обучающие:*

- формировать элементарные представления в области физической культуры и спорта;
- формировать элементарные представления в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки;

*развивающие:*

- развить тактические навыки и умения;
- развить физические и специальные качества;
- расширить функциональные возможности организма;

*воспитательные:*

- сформировать организаторские навыки и умения действовать в команде;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- сформировать потребность к ведению здорового образа жизни.

**Коррекционные задачи:**

*Обучающие:*

- формировать комплекс специальных знаний, жизненно необходимых двигательных умений и навыков;

*Развивающие:*

- развивать основные физические и психические качества, повышаются функциональные возможности различных органов и систем.

*Воспитывающие:*

- формировать у занимающихся осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок;
- формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни.

**Возраст обучающихся программы:** 10 – 17 лет.

**Срок реализации программы.** Программа рассчитана на 1 год, 36 учебных недель с сентября по май включительно, 3,5 часа в неделю, 126 учебных часов в год.

**Форма обучения:** используются теоретические, практические, комбинированные. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, игры, соревнования, сдачу норм ГТО, самостоятельную работу.

**Форма организации деятельности обучающихся:** парная, групповая, индивидуальная.

Основными видами организации занятий являются:

- групповые практические тренировочные занятия;
- групповые теоретические;
- просмотр обучающего видеоконтента;
- контрольные занятия;
- открытые занятия;
- участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

**Режим занятий:** 4 занятия на нечётной /четной неделе, 3 занятия на чётной/нечетной неделе; 3,5 академических часа в неделю, с предусмотренным перерывом обучения не менее 5 минут между различными группами и 10 минут при парных занятиях в группах после каждых 45 минут обучения.

**Особенности формирования групп занимающихся.** Наполняемость группы из оптимального количественного состава 15 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе. Дети с ОВЗ обучаются совместно с детьми не имеющих особых образовательных потребностей. В группы зачисляются дети с детьми с нарушением слуха (уровень ограничения – частичное нарушение слуха (тугоухость)), с детьми с задержкой психического развития (ЗПР), с детьми с отклонениями интеллектуального развития (УО) (уровень ограничения - легкая и умеренная умственная отсталость).

Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Данная программа имеет Базовый уровень освоения знаний по баскетболу и направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, самовыражения и личностного роста ребенка, на оздоровление и разностороннее физическое развитие, а не на подготовку мастеров высокого класса.

**Ожидаемые результаты освоения программы.**

По окончании освоения программы обучающийся должен показать следующие результаты:

Предметные

**Должен знать:**

- начальные знания истории развития видов спорта в России;
- базовые основы здорового образа жизни, гигиены, анатомии и физиологии человека;
- причины травматизма и правила безопасности во время занятий;
- правила игры баскетбол;
- технические приемы игры;
- правила соревнований по баскетболу.

**Должен уметь:**

- технически правильно выполнять элементы и приемы игры;
- играть с соблюдением основных правил;
- участвовать в соревновательной деятельности.

Метапредметные

**Познавательные УУД:**

- работает с информацией;
- сравнивает, анализирует, классифицирует и систематизирует по нескольким основаниям и признакам виды спорта;
- определяет по схемам и знакам направленность действий игроков команды;

- определяет по знакам судьи правильность действий игроков команды.

**Коммуникативные УУД:**

- умеет слушать и слышать игроков своей команды и судей;
- взаимодействует по правилам игры в команде.

**Регулятивные УУД:**

- ставит цель при игре;
- планирует свою индивидуальную деятельность во время игры;
- находит и корректирует недочеты и ошибки в игре с помощью тренера-преподавателя;
- выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;
- организует деятельность игроков команды по ОФП с помощью тренера-преподавателя.

**Личностные**

**Проявляет**

- чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи;
- чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества; смелость, стойкость, решительность, выдержку, мужество;
- культуру здорового и безопасного образа жизни при проведении занятий и в повседневной жизни;
- культуру поведения болельщика во время просмотра игр.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов.**

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням: высокий (от 90 до 100% освоения программного материала), выше среднего (от 80 до 89% освоения программного материала), средний (от 51 до 79% освоения программного материала), низкий (менее 50% освоения программного материала).

Оценочные материалы — пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов представлен в *Приложении 2* к программе.

Дети с ОВЗ оцениваются на основе личных достижений от стартовой диагностики.

Уровни освоения	Результат
<b>Высокий уровень освоения программы</b>	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в содержании программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, умеют применять знания на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие золотому знаку отличия.
<b>Уровень освоения программы выше среднего</b>	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в содержании Программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, имеют незначительные затруднения при применении знаний на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие серебряному знаку отличия.
<b>Средний уровень освоения программы</b>	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в содержании Программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, имеют затруднения при применении знаний на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие бронзовому знаку отличия.

<p><b>Низкий уровень освоения программы</b></p>	<p>Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, не умеют применять полученные знания на практике.</p> <p>Нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) выполняет ниже соответствующих бронзовому знаку отличия.</p>
---	---

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в течение года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**. Текущий **контроль** проводится в конце изучения каждого модуля, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) самостоятельно разрабатывает содержание тестирования по основам теоретической подготовки, из тем, которые были изучены за весь период обучения.

*Оценка практической подготовки на итоговом контроле:* уровень по общей физической подготовке, специальной и технико-тактической подготовке определяется на основании контрольных испытаний.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- соревнования;
- открытые и контрольные занятия;
- сдача норм ГТО.

**Средства оценки результативности и эффективности реализации программы:**

- наблюдения;
- опрос;
- анкетирование;
- контрольные нормативы.

### 3. Учебный план программы.

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1 год обучения (стартовый уровень)</b>				
1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	10	2	8
2.	Общая физическая и специальная физическая подготовка	10	2	8
3.	Техническая и тактическая подготовка	14	4	10
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>
<b>2 год обучения (базовый уровень)</b>				
1.	Основа баскетбола	10	2	8
2.	Техника игры в баскетбол	10	2	8
3.	Баскетбол – командная игра	14	4	10
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>
<b>3 год обучения (продвинутый уровень)</b>				
1.	Быстрый. Сильный. Ловкий.	10	2	8
2.	«Движение вверх» юного баскетболиста	10	2	8
3.	Стритбол – брат баскетбола	14	4	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>

#### 3.1. Содержание образовательной деятельности 1 года обучения (стартовый уровень).

**Цель программы** - содействие всестороннему развитию личности ребёнка, его самоопределения посредством физической культуры, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям спортом, приобщение к здоровому образу жизни и гармоничному физическому развитию.

##### **Задачи программы:**

##### **Обучающие:**

- Ознакомить детей с историей развития физической культуры и спорта, терминологией упражнений и простейшими правилами соревнований;
- Сформировать представления об основных видах спорта, снарядах, инвентаре и соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- Ознакомить с физическими возможностями организма, режимом дня, правилами личной гигиеной, правильным питанием;

##### **Развивающие:**

- Формировать правильную осанку, развивать различные мышцы тела, развивать основные функциональные системы организма;
- Способствовать развитию физических качеств у обучающихся (гибкости, ловкости, координационных возможностей, скоростных способностей).

##### **Воспитательные:**

- Воспитывать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Прививать дружеские взаимоотношения со сверстниками, доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим;

- Воспитывать решительность, смелость, уверенность, способность к волевому усилию, настойчивость.

### Учебно-тематический план.

#### Модуль «Подвижные игры с элементами баскетбола»

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать укреплению здоровья.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- формирование знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой;
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- подвижных игр с учащимися своей группы.

### Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
3.	ОРУ. Личная гигиена занимающихся. П/и «Гонка мячей по кругу»	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
4.	ОРУ. Ведение мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Ведение мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Пять бросков»	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину»	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОРУ. Броски мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	ОРУ. Броски мяча в движении. П/и «Борьба за мяч»,	0	1	1	Наблюдение, беседа

	«Мяч капитану».				
10.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	2	8	10	

### Содержание модуля

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 3.** ОРУ. Личная гигиена занимающихся.

Теория: Изучение личной гигиены занимающихся.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование. П/и «Гонка ячей по кругу».

**Тема 4.** ОРУ. Ведение мяча на месте.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча на месте.

Практика: ОРУ, отработка техники ведения мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 5.** ОРУ. Ведение мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 6.** ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Пять бросков».

**Тема 7.** ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину».

**Тема 8.** ОРУ. Броски мяча с места.

Теория: наглядный пример и объяснение техники броска мяча с места.

Практика: отработка техники броска мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

**Тема 9.** ОРУ. Броски мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники броска мяча в движении.

Практика: отработка техники броска мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».

**Тема 10.** Контрольное тестирование.

Практика: сдача нормативов.

### Модуль «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию основных физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость).

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.
- формирование знаний об развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;
- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять общеразвивающие и специальных упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

**Учебно-тематический план  
«Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	2	8	10	

## **Содержание модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»**

- Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Практика: ОРУ, опрос, тестирование.
- Тема 2.** ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.  
Теория: обсуждение значимости использования скоростной подготовки на тренировках.  
Практика: ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.
- Тема 3.** ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.  
Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении.  
Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.
- Тема 4.** Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Игра в баскетбол.  
Теория: обсуждение общих характеристик сторон подготовки спортсмена.  
Практика: Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.
- Тема 5.** ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.  
Теория: обсуждение общей физической подготовки баскетболиста.  
Практика: ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.
- Тема 6.** ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).  
Теория: обсуждение значимости занятий акробатическими упражнениями.  
Практика: выполнение акробатических упражнений.
- Тема 7.** Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.  
Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения упражнений для развития ловкости.  
Практика: ОРУ. Эстафеты.
- Тема 8.** СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.  
Теория: наглядный пример и объяснение техники бросков мячей с места и в движении.  
Практика: Игра в баскетбол.
- Тема 9.** Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.  
Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения общеразвивающих упражнений.  
Практика: Выполнение ОРУ.
- Тема 10.** Контрольная игра в баскетбол.  
Практика: контрольная игра в баскетбол.

### **Модуль «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»**

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию технической подготовленности и тактического мышления.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;

развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

**Учебно-тематический план модуля «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
14.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	4	10	14	

**Содержание модуля «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»**

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.  
Практика: ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 3.** СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 4.** ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

**Тема 5.** ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 6.** СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: в СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

**Тема 7.** ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

**Тема 8.** Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 9.** ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

**Тема 10.** СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

**Тема 11.** ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

**Тема 12.** ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

**Тема 13.** Контрольное тестирование.

Практика: Контрольное тестирование.

**Тема 14.** Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Контрольная игра в баскетбол.

### **3.2. Содержание образовательной деятельности 2 года обучения (базовый уровень).**

*Цель программы* - содействие всестороннему развитию личности ребёнка, его самоопределения посредством физической культуры, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям спортом, приобщение к здоровому образу жизни и гармоничному физическому развитию.

#### ***Задачи программы:***

##### **Обучающие:**

- Ознакомить детей с историей развития физической культуры и спорта, терминологией упражнений и простейшими правилами соревнований;

- Сформировать представления об основных видах спорта, снарядах, инвентаре и соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- Ознакомить с физическими возможностями организма, режимом дня, правилами личной гигиены, правильным питанием;

**Развивающие:**

- Формировать правильную осанку, развивать различные мышцы тела, развивать основные функциональные системы организма;

- Способствовать развитию физических качеств у обучающихся (гибкости, ловкости, координационных возможностей, скоростных способностей).

**Воспитательные:**

- Воспитывать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- Прививать дружеские взаимоотношения со сверстниками, доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим;

- Воспитывать решительность, смелость, уверенность, способность к волевому усилию, настойчивость.

**Учебный план 2 года обучения.**

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы баскетбола	10	2	8
2.	Техника игры в баскетбол	10	2	8
3.	Баскетбол – командная игра	14	4	10
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>

**Модуль «Основы баскетбола»**

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать укреплению здоровья.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- формирование знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

### Учебно-тематический план «Основы баскетбола»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
2.	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
3.	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
4.	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
10.	Игровая подготовка	0	1	1	Наблюдение, беседа
Всего:		2	8	10	

### Содержание модуля «Основы баскетбола»

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОРУ. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.

**Тема 3.** ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.

**Тема 4.** ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.

Теория: Беседа о личной гигиене занимающихся.

Практика: ОФП, опрос, ведения мяча на месте и в движении.

**Тема 5.** ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.

Теория: Беседа о нравственные и волевые качества спортсмена

Практика: ОФП, опрос, броски мяча с точек.

**Тема 6.** ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Теория: Беседа о влияние физических упражнений на организм спортсмена

Практика: ОФП, опрос, отработка ведения мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

**Тема 7.** ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, бросков мяча с точек, передачи мяча двумя руками в прыжке.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 8.** ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, обводки соперника с поворотом и переводом мяча, бросков мяча в корзину параллельно щиту.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 9.** Контрольное тестирование.

Практика: тестирование.

**Тема 10.** Игровая подготовка

Практика: участие в соревнованиях.

### **Модуль «Техника игры в баскетбол»**

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию основных физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость).

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- формирование знаний об развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;

- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;

- формирование уважения к свои товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;

- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять общеразвивающие и специальных упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

### Учебно-тематический план «Техника игры в баскетбол»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
10.	Контрольная игра в баскетбол.	0	1	1	
Всего:		2	8	10	

#### Содержание модуля «Техника игры в баскетбол»

- Тема 1.** ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.  
Практика: ОФП, опрос, тестирование.
- Тема 2.** СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: Рассказ о гигиенических требованиях к занимающимся.  
Практика: СФП, опрос, броски с точек.
- Тема 3.** ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.  
Теория: Рассказ о профилактике травматизма.  
Практика: ОФП, опрос, совершенствование бросков.
- Тема 4.** СФП. Броски дальние. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.  
Практика: СФП, отработка дальних бросков, двухсторонняя игр.
- Тема 5.** ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: Беседа о гигиене.  
Практика: ОФП, отработка бросков мяча с точек.
- Тема 6.** СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.  
Практика: СФП, отработка ведения мяча в движении. Броски мяча дальние.
- Тема 7.** ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.  
Практика: ОФП, Изучение обводки соперника с переводом под ногой. Отработка бросков с точек. Учебная игра.

**Тема 8.** ОФП. СФП. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски мяча с точек. Учебная игра.

**Тема 9.** Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

**Тема 10.** Контрольная игра.

Практика: участие в соревнованиях.

### **Модуль «Баскетбол – командная игра»**

**Цель:** Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию технической подготовленности и тактического мышления.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

### **Учебно-тематический план модуля «Баскетбол – командная игра»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
7.	Контрольные игры.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Обводка соперника с использованием	0	1	1	Наблюдение,

	нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.				беседа
9.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
14.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	4	10	14	

### Содержание модуля «Баскетбол – командная игра»

**Тема 1.** ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма в спорте.

Практика: ОФП, опрос, ведение мяча, личная защита.

**Тема 3.** СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Теория: Рассказ о физических способностях.

Практика: СФП, броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

**Тема 4.** ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка ведения мяча, личная защита.

**Тема 5.** ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка дальних бросков. Заслон.

**Тема 6.** СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка дальних бросков. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

**Тема 7.** Контрольные игры.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 8.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

**Тема 9.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

**Тема 10.** СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

- Практика: СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Игра в баскетбол.
- Тема 11.** ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.  
Практика: ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.
- Тема 12.** СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.  
Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.  
Практика: СФП. Отработка передач мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.
- Тема 13.** Контрольное тестирование.  
Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.
- Тема 14.** Контрольная игра в баскетбол.  
Практика: Игра в баскетбол

### Содержание образовательной деятельности 3 года обучения (продвинутый уровень)

#### Учебный план 3 года обучения

№ модуля	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Быстрый. Сильный. Ловкий	10	2	8
2.	Движение «вверх» юного баскетболиста	10	2	8
3.	Стритбол – брат баскетбола	14	4	10
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>

#### Модуль «Быстрый. Сильный. Ловкий»

**Цель:** поддержание стойкого интереса к занятиям баскетболом; содействие развитию основных физических качеств: быстроты, силы, ловкости, выносливости и т.д.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- дополнение знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- поддержание интереса к занятиям физической культурой.
- совершенствование основных физических качеств.

Воспитательные:

- поддержание чувства патриотизма;
- поддержание уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты:**

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

#### Учебно-тематический план «Быстрый. Сильный. Ловкий»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	

1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
2.	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
3.	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
4.	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
10	Игровая подготовка	0	1	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	2	8	10	

### Содержание модуля «Быстрый. Сильный. Ловкий»

**Тема 1.** ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОРУ. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.

**Тема 3.** ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.

**Тема 4.** ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.

Теория: Беседа о личной гигиене занимающихся.

Практика: ОФП, опрос, ведения мяча на месте и в движении.

**Тема 5.** ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.

Теория: Беседа о нравственные и волевые качества спортсмена

Практика: ОФП, опрос, броски мяча с точек.

**Тема 6.** ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Теория: Беседа о влиянии физических упражнений на организм спортсмена

Практика: ОФП, опрос, отработка ведения мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

**Тема 7.** ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, бросков мяча с точек, передачи мяча двумя руками в прыжке.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 8.** ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, обводки соперника с поворотом и переводом мяча, бросков мяча в корзину параллельно щиту.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

**Тема 9.** Контрольное тестирование.

Практика: тестирование.

**Тема 10.** Игровая подготовка

Практика: участие в соревнованиях.

### **Модуль «Движение «вверх» юного баскетболиста»**

**Цель:** поддержание стойкого интереса к занятиям баскетболом, совершенствование технических и тактических показателей спортсменов.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- дополнение знаний о развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- поддержание интереса к занятиям физической культурой;

- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;

- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты:**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;

- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технически правильно выполнять общеразвивающие и специальные упражнения.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

### **Учебно-тематический план «Движение «вверх» юного баскетболиста»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование

2.	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
7.	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
10.	Контрольная игра в баскетбол.	0	1	1	
	Всего:	2	8	10	

### **Содержание модуля «Движение «вверх» юного баскетболиста»**

**Тема 1.** ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

**Тема 2.** СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Рассказ о гигиенических требованиях к занимающимся.

Практика: СФП, опрос, броски с точек.

**Тема 3.** ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование бросков.

**Тема 4.** СФП. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка дальних бросков, двухсторонняя игр.

**Тема 5.** ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Беседа о гигиене.

Практика: ОФП, отработка бросков мяча с точек.

**Тема 6.** СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка ведения мяча в движении. Броски мяча дальние.

**Тема 7.** ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, Изучение обводки соперника с переводом под ногой. Отработка бросков с точек. Учебная игра.

**Тема 8.** ОФП. СФП. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски мяча с точек. Учебная игра.

**Тема 9.** Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

**Тема 10.** Контрольная игра.

Практика: участие в соревнованиях.

### **Модуль «Стритбол – брат баскетбола»**

**Цель:** формирование стойкого интереса к занятиям физической культуры, содействие развитию технической подготовленности и тактического мышления.

**Задачи:**

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

**Предметные ожидаемые результаты**

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

**Учебно-тематический план «Стритбол – брат баскетбола»**

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
7.	Стритбол. Правила игры в стритбол. Отличие стритбола от баскетбола.	0	1	1	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении.	0	1	1	Наблюдение,

	Пересечение. Учебная игра.				беседа
13.	Контрольное тестирование.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
14.	Контрольная игра в баскетбол, стритбол.	0,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
	Всего:	4	10	14	

### Содержание модуля «Стритбол – брат баскетбола»

**Тема 1.** ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

**Тема 2.** ОФП. Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма в спорте.

Практика: ОФП, опрос, ведение мяча, личная защита.

**Тема 3.** СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Теория: Рассказ о физических способностях.

Практика: СФП, броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

**Тема 4.** ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка ведения мяча, личная защита.

**Тема 5.** ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка дальних бросков. Заслон.

**Тема 6.** СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка дальних бросков. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

**Тема 7.** Стритбол. Правила игры в стритбол. Отличие стритбола от баскетбола.

Теория: обсуждение правил игры в стритбол, его отличие от баскетбола.

Практика: Игра в баскетбол и стритбол с игровыми заданиями.

**Тема 8.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

**Тема 9.** ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

**Тема 10.** СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Игра в баскетбол.

**Тема 11.** ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Практика: ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

**Тема 12.** СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка передач мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

в движении одной рукой. Личная защита.

**Тема 13.** Контрольное тестирование.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

**Тема 14.** Контрольная игра в баскетбол, стритбол.

Практика: Игра в баскетбол, стритбол.

#### **4. Коррекционно-педагогическая работа тренера-преподавателя с детьми ОВЗ.**

##### Общие направления коррекционно-педагогической работы с детьми с ОВЗ:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- Адаптирование сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время занятий;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала);
- Релаксация во время занятия;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

##### **Коррекционно-педагогическая работы с детьми с нарушением слуха:**

1. *Использование невербальной (неречевой) передачи информации* в виде мимики, пластики, артикуляции, жестов.
2. *Использование наглядных методов*, основанных на комплексном включении всех сохранных видов ощущений при ведущей роли словесной речи:
  - плакаты для формирования знаний, наглядно-образных представлений;
  - показ движений в разных экспозициях со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию и сопряженной речью;
  - показ движений с одновременной словесной инструкцией (описанием, объяснением) и уточняющей мимикой, жестами, речью для считывания с лица;
  - плоскостные и объемные предметы, спортивный инвентарь и не стандартное оборудование, разные по цвету, форме, величине, весу для формирования пространственных представлений;
  - световые, знаковые, вибрационные сигналы для концентрации внимания, информации о начале или прекращении движений;
  - звуковые сигналы музыкальных инструментов для дифференциации и использование остаточного слухового восприятия при выполнении ритмических движений.

##### **Коррекционно-педагогическая работа с детьми с задержкой психического развития (ЗПР):**

- частое переключение, смена вида деятельности;
- разнообразие вербальных и невербальных методов и методических приемов, словесных и наглядных способов воздействия, музыки, внушения, активизирующих все органы чувств, концентрирующих психические процессы и эмоции на обучении и совершенствовании двигательных умений, занимающихся;
- применение индивидуального подхода к каждому ребёнку;
- использование игровых методов и приемов для эмоциональной насыщенности занятия;
- многократное повторение заданий, выделяя самые главные места голосом и жестом, сопровождая показом или совместными действиями;
- ограничивать до минимума отвлекающие факторы во время занятия;
- использовать игры на развитие волевой регуляции и внимания;
- дозировать выполнение упражнений для предупреждения переутомления и перевозбуждения детей.

## **Коррекционно-педагогическая работы с детьми с отклонениями интеллектуального развития (УО):**

*1. Одновременное поступление информации с рецепторов зрительного, слухового и двигательного анализаторов.* Двигательный образ становится ярче и быстрее запоминается обучающимся.

- одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения и выполнения;
- рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его;
- выполнение упражнения только по словесной инструкции, только по показу.

*2. Требования к непосредственному показу упражнений.*

- многократное повторение упражнений с ярким эмоциональным переживанием, вызывающее интерес.
- упражнения, выполняемые во фронтальной плоскости, необходимо показывать, встав лицом к обучающимся;
- упражнения, выполняемые в сагиттальной плоскости, необходимо демонстрировать, стоя боком;
- упражнения, выполняемые и во фронтальной, и в сагиттальной плоскости, целесообразно показывать дважды, стоя лицом, боком или полубоком;
- зеркальный показ необходим в тех случаях, когда упражнение содержит асимметричные движения;
- упражнения, выполняемые сидя или лежа, лучше показывать на возвышении, максимально концентрируя на себе внимание.

## **Коррекционно-педагогическая работа с детьми с тяжёлой речевой патологией (ТНР):**

- развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия;
- координации движений;
- общей и мелкой моторики;
- закрепление поставленных звуков в свободной речи;
- речевого и физиологического дыхания;
- формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи;
- работа над мимикой лица.

## **5. Ресурсное обеспечение программы**

### **Принципы реализации программы:**

- *Принцип систематичности* – чередовании нагрузки и отдыха.
- *Принцип индивидуальности* – предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка; расчет физических нагрузок согласно возрасту и уровню физического развития и здоровья детей.
- *Принцип развивающей направленности* – при обучении движениям учитывается «зона ближайшего развития».
- *Принцип воспитывающей направленности* – воспитание настойчивости, смелости, выдержки, нравственно-волевых качеств.
- *Принцип сознательности* – понимание детьми сути производимого ими того или иного движения.
- *Принцип наглядности* - созданию у ребенка при помощи различных органов чувств представления о физическом упражнении.
- *Принцип доступности* – обучение с учетом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физической подготовленности, а также преемственность и постепенность усложнения физических упражнений.

### **Методы реализации программы:**

- *Словесные методы* – методы, направленные на обращение к сознанию детей, помогают осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и другое).
- *Наглядные методы* – методы, направленные на создание зрительных представлений о движении (наглядно-зрительные приемы, показ физических упражнений, использование наглядных пособий и другое).
- *Практические методы* – методы, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и другое).
- *Равномерный метод* – метод, способствующий одновременному укреплению всех мускулов, исключая их перенапряжение.
- *Переменный метод* – попеременное усиление и ослабление нагрузки на мышцы.
- *Интервальный метод* – метод, применяющийся наиболее часто перед соревнованиями, характеризуется разными интервалами работы и отдыха
- *Повторный метод* – метод, основанный на передвижении со скоростью почти равной соревновательной.
- *Соревновательно-игровой метод* – метод, активизирующий внимание, улучшающий эмоциональное состояние воспитанников.

Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;
2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;
3. Постановка цели занятия перед учащимися;
4. Изложение нового материала;
5. Практическая работа;
6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;
7. Подведение итогов.

#### Методическое обеспечение:

- Наглядные изображения;
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (<https://nsportal.ru/>; <http://fcior.edu.ru/> и др.).

#### Материально-техническое оснащение программы:

Спортивная площадка  
 Спортивный зал  
 Щиты с кольцами — 6  
 Жгуты и экспандеры - 1  
 Секундомер — 1  
 Гимнастические скамейки — 6  
 Гимнастические маты — 10  
 Скакалки — 20  
 Мячи набивные различной массы — 3  
 Мячи баскетбольные – 15  
 Насос ручной -1  
 Рулетка – 1  
 Баскетбольное оборудование:  
 Обручи гимнастические -10  
 Конусы малые – 5  
 Свисток-1

#### Кадровое обеспечение программы:

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и

взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 298-н от 5 мая 2018 года.

**Информационное обеспечение**

**Литература для педагога:**

1. Орлан И.В. Баскетбол: основы обучения <https://iknigi.net/avtor-irina-orlan/105229-basketbol-osnovy-obucheniya-irina-orlan/read/page-1.html>
2. Баскетбол для тренеров <https://russiabasket.ru/Files/Documents/%d0%91%d0%b0%d1%81%d0%ba%d0%b5%d1%82%d0%b1%d0%be%d0%bb%20%d0%b4%d0%bb%d1%8f%20%d1%82%d1%80%d0%b5%d0%bd%d0%b5%d1%80%d0%be%d0%b2.pdf>
3. Руководство по организации и обучению детей в мини-баскетбол [https://russiabasket.ru/Files/Documents/Mini-Basketball\\_RUS.pdf](https://russiabasket.ru/Files/Documents/Mini-Basketball_RUS.pdf)

**Литература для обучающихся:**

1. Тригорлов В.В. Баскетбол. Для всех и каждого: учебно-методическое пособие [http://lit.lib.ru/t/trigorlow\\_w\\_w/text\\_0010.shtml](http://lit.lib.ru/t/trigorlow_w_w/text_0010.shtml)
2. Книги про баскетбол <https://monster-book.com/basketball>

### Оценочные материалы.

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и физической подготовленности проводится посредством опроса, беседы и выполнения тестирования.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и физической подготовленности обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

#### Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- участие в соревнованиях в течение года.

#### Формы подведения итогов

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

**Текущий** - осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

**Промежуточный**- выполнение упражнений

**Итоговый** - сдача нормативов.

#### Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Виды испытания	Возраст			
	8 лет		9-10 лет	
	д	м	д	м
Челночный бег 3x10 м(с)	9,6-10,4	9,1-10,4	9,4-10,2	9,0-9,8
Прыжок в длину с места (см)	90-110	100-120	110-130	120-140
Сгибание рук в висе на перекладине (кол.повт.)	2-6	1-2	5-10	1-4
Прыжок через скакалку (кол. раз за 1 мин)	30-50	25-40	70-100	60-90
Наклон вперед из положения сидя (см)	3-7	2-5	3-7	2-5

10-14 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,7	6,0
	Бег на 60 м (с)	10,9	11,3
2	Бег на 1,5 км ( мин,с)	8,20	8,55
	Или бег на 2 км (мин,с)	11,10	13,00
	Или бег на 3 км		
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	11	9
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	13	7
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+3	+4

14-18 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,5	5,9
	Бег на 60 м (с)	10,2	10,9
2	Бег на 1,5 км ( мин,с)	7,55	8,10
	Или бег на 2 км (мин,с)	10,10	12,50
	Или бег на 3 км	13,50	14,60
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	10	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	25	17
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	25	17
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+15	+15

Нормативы считаются выполненными при улучшении показателей.

#### Указания к выполнению контрольных упражнений

**Передвижение в защитной стойке.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу испытываемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок лицом вперед к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время (в секундах). Для обучающихся всех групп одинаковое задание.

Инвентарь: 4 стойки

Старт-                      финиш

**Скоростное ведение.** Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча. Преодолев последние, пятые ворота, игрок выполняет ведение правой рукой и бросок в движении с 2-х шагов (правой рукой). После подбора мяча игрок начинает ведение левой рукой в направлении стойки, стоящей в углу площадки, огибает ее и продолжает движение в ворота по схеме; преодолев последние ворота, выполняет ведение левой рукой и бросок в движении с 2-х шагов левой рукой. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива.

Инвентарь: 11 стоек, 1 баскетбольный мяч.

**старт**

**старт**

**финиш**

**Передачи мяча.** Игрок стоит у лицевой линии. Начинает движение к противоположному кольцу, выполняет передачу помощнику № 1, получает мяч, передает его помощнику № 2 и так же помощнику № 3. После передачи от помощника № 3 игрок должен выполнить атаку в кольцо. После подбора мяча повторяет тот же путь к противоположному кольцу. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива. Инвентарь: 1 баскетбольный мяч.

**старт    финиш**

**Штрафные броски.** Игрок выполняет 10 штрафных бросков (мяч после броска подает партнер). Оценивается количество попаданий.