АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДИЩЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ГОРОДИЩЕНСКАЯ РАЙОННАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

СОГЛАСОВАНО:
Педагогическим советом
(протокол от 30 августа 2024 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНА:
приказом МБУ ДОД
«Городищенская ДЮСШ»
от 2 сентября 2024 г. № 106

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: разноуровневая «ознакомительный, базовый, продвинутый»

«БАСКЕТБОЛ»

Возраст обучающихся: 8-17 лет
Срок реализации программы: 3 года

Авторы:
Буренко Валерий Анатольевич,
тренер-преподаватель;
Вербицкий Павел Витальевич,
тренер-преподаватель;
Русанова Анна Александровна,
заместитель директора по УВР.

р.п. Городище
2024

СОДЕРЖАНИЕ

1	Основные характеристики программы	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	5
1.3	Содержание программы	6
1.4	Планируемые результаты	10
2	Организационно-педагогические условия	14
2.1	Календарный учебный график обучения по виду спорта баскетбол	14
2.2	Рабочие программы по предметным областям	14
2.3	Календарный план воспитательной работы	20
2.4	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	23
2.5	Формы аттестации и оценочные материалы	24
2.6	Методические материалы	29
2.7	Условия реализации программы	34

1. Основные характеристики программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Баскетбол» (далее-программа) предназначена для организации дополнительного образования по виду спорта «баскетбол» в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования детей «Городищенская районная детско-юношеская спортивная школа» (далее-учреждение).

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 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»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403).

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Программа разработана под условия, созданные в МБУ ДОД «Городищенская ДЮСШ» для занятий баскетболом с обучающимися разного возраста с учетом двигательного режима обучающихся.

Отличительная особенность программы «Баскетбол» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий баскетболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям баскетболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Обучение по программе «Баскетбол» стимулирует учащегося к дальнейшему совершенствованию его физической и интеллектуальной сферы. Программа также предоставляет возможность воспитанникам, ранее занимающимся баскетболом в спортивных школах, и по каким- либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к предмету образовательной деятельности, продолжить обучение по программе «Баскетбол».

Адресат программы. Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 8 - 17 лет, не имеющие медицинских

противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 3 года обучения. Учебная нагрузка в первый год обучения составляет 152 часа, второй и третий года обучения – 228 часов. Всего за **3** года **608** часов.

Формирование групп производится в начале учебного года, согласно Уставу МБУ ДОД «Городищенская ДЮСШ» и санитарно - эпидемиологических правил и требований к наполняемости учебных групп.

Состав группы – постоянный.

Организационные формы обучения – групповые.

Занятия проводятся в группах обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий. Максимальная наполняемость группы 25 человек.

Начало занятий для всех возрастных групп – не ранее 8:00

Окончание занятий не позднее 20:00 (для детей 10-18 лет – не позднее 21:00)

Виды занятий:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- соревновательная практика;
- мастер-классы и открытые уроки;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в различных соревнованиях и учебно-тренировочных сборах;
- инструкторская и судейская практика (по необходимости);
- самостоятельная работа (на время летних каникул);
- медицинское обследование и восстановительные мероприятия.

Форма обучения – традиционная, очная. Но допускается и очно-дистанционная форма. Возможно использование смешанной технологии, при которой часть программы реализуется в очной форме, а часть - в дистанционной форме.

Данная программа является **разноуровневой**.

Учебный год длится в течение 38 учебных недель. Начало учебного года - 1 сентября. Окончание учебного года – 31 мая.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом.

Продолжительность одного академического часа - 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации Программы не должна превышать трех часов.

Режим учебно-тренировочных занятий (распределение годовой нагрузки)

Параметры	Спортивно-оздоровительный этап (ознакомительный уровень)	Спортивно-оздоровительный этап (базовый уровень)	Спортивно-оздоровительный этап (продвинутый уровень)
	1	2	3
Кол-во часов в неделю	4	6	6

Количество занятий в неделю	2	3	3
Продолжительность одного занятия	2	2	2
Общее количество часов в год	152	228	228

Продолжительность этапов, минимальный возраст лиц для зачисления, минимальная и максимальная наполняемость групп:

Уровни сложности программы	Продолжительность уровней (в годах)	Группа, минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп минимальная/максимальная (человек)
Ознакомительный	1	СОГ-1, 8 лет	14-25
Базовый	2	СОГ - 2, 10 лет	14-25
Продвинутый	3	СОГ - 3, 14 лет	14-25

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: создание оптимальных условий для физического и психического воспитания личности, укрепления здоровья, выявление одаренных детей и получения ими знаний о физической культуре и спорте, достижение хороших спортивных результатов.

Задачи программы:

1.Образовательные:

- обучить упражнениям развивающего характера;
- обучить технике и тактике баскетбола;
- обучить основам гигиены;
- изучить историю баскетбола;
- развить и корректировать двигательные качества;
- повысить физическую и умственную работоспособности;
- обучить приемам саморегуляции организма (дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, приемы самомассажа, изучение вариантов закаливания);
- развить основные физические качества: силу, ловкость, скорость, выносливость, быстроту реакции, гибкость;
- развить технико-тактическое мышление;
- развить познавательные интересы, творческую активность и инициативность.

2.Личностные:

- укрепить здоровье и содействовать правильному разностороннему физическому развитию учащегося;
- закалить организм обучающихся, повысить общую физическую готовность;
- сформировать общественно активную личность, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме, навыки здорового образа жизни;
- повысить интерес обучающихся к участию в соревнованиях различного уровня.

3. Метапредметные:

- развить умение самостоятельно определять цели своего обучения, самостоятельно планировать пути достижения целей;
- развить умение осуществлять контроль своей деятельности, владение основами самоконтроля, самооценки;
- развить умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность;
- развить навыки работать индивидуально и в группе (команде), уметь разрешать конфликты;
- сформировать основы спортивной этики и эстетики.

1.3 Содержание программы

Данная программа имеет три уровня подготовки:

Спортивно-оздоровительный этап – ознакомительный уровень – СОГ-1 (учебный процесс носит игровой характер и строится по типу общей подготовки. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоениюбазовых элементов техники баскетбола, а также знакомству с историей развития баскетбола в России и за рубежом, понятием физической культуры и ее составляющей).

Спортивно-оздоровительный этап – базовый уровень – СОГ-2 (предусматривает увеличение объема учебной нагрузки по всем темам программы, основной задачей учебного процесса является повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности учащихся, а также большое внимание уделяется совершенствованию техники и тактики игры в баскетбол при помощи специальных упражнений, углубление знаний по истории баскетбола, основам гигиенических знаний, врачебного контроля и др.).

Спортивно-оздоровительный этап – продвинутый уровень – СОГ-3 (предусматривается снижение объема теоретической подготовки и физической подготовки, увеличение времени, отводимого на техническую подготовку и участие в соревнованиях. Наряду с упражнениями из различных видов спорта, используются комплексы специальных подготовительных упражнений и методы тренировки, направленные на развитие специальной подготовки.).

Учебный план

на 38 недель учебно-тренировочных занятий

Название раздела программы	**Количество часов**			**Формы аттестации**
	всего	теория	практика	
Спортивно-оздоровительный этап -ознакомительный уровень				
Теоретическая подготовка	8	8		Опрос, тест, регулярность посещения
Общая физическая подготовка	76	5	71	Сдача норматива по ОФП
Техническая-подготовка	30	2	28	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Тактическая подготовка	30	2	28	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Контрольные нормативы и	8		8	Промежуточная и итоговая аттестация (нормативы),

соревновательная деятельность				наблюдение, самоконтроль, выполнение указаний тренера.
Итого:	**152**	**17**	**135**	
Спортивно-оздоровительный этап - базовый уровень				
Теоретическая подготовка	10	10		Опрос, тест, регулярность посещения
Общая физическая подготовка	105	5	100	Сдача норматива по ОФП
Техническая-подготовка	51	3	48	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Тактическая подготовка	52	2	50	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Контрольные нормативы и соревновательная деятельность	10		10	Промежуточная и итоговая аттестация (нормативы), наблюдение, самоконтроль, выполнение указаний тренера.
Итого:	**228**	**20**	**208**	
Спортивно-оздоровительный этап -продвинутый уровень				
Теоретическая подготовка	14	14		Опрос, тест, регулярность посещения
Общая физическая подготовка	60	5	55	Сдача норматива по ОФП
Специальная физическая подготовка	40	5	35	Сдача норматива по СФП
Техническая-подготовка	50	2	48	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Тактическая подготовка	50	2	48	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Контрольные нормативы и соревновательная	14		14	Промежуточная и итоговая аттестация (нормативы), наблюдение, самоконтроль,

деятельность				выполнение указаний тренера.
Итого:	**228**	**28**	**200**	

Учебно-тематический план
Спортивно-оздоровительный этап (ознакомительный уровень)

№ п/п	Содержание	Общее количество часов	
		Теория	**Практика**
1. Теоретическая подготовка			
1	Техника безопасности	2	
2	Теоретическая подготовка	6	
	Итого часов	**8**	
	Всего по разделу	**8**	
2. Общая физическая подготовка			
1	Бег	1	15
2	Прыжки	1	14
3	Легкая атлетика	1	14
4	Подвижные игры	1	14
5	Эстафета	1	14
	Итого часов	**5**	**71**
	Всего по разделу	**76**	
3. Техническая подготовка			
1	Техника нападения	1	14
2	Техника защиты	1	14
	Итого часов	**2**	**28**
	Всего по разделу	**30**	
4. Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения	1	14
2	Тактика защиты	1	14
	Итого часов	**2**	**28**
	Всего по разделу	**30**	
5. Контрольные нормативы и соревновательная деятельность			
1	Прием нормативов		**4**
2	Соревновательная деятельность		**4**
	Итого часов		**8**
	Всего по разделу	**8**	
Итого часов		**17**	**135**
Всего часов		**152**	

Спортивно-оздоровительный этап (базовый уровень)

№ п/п	Содержание	Общее количество часов	
		Теория	**Практика**
1. Теоретическая подготовка			
1	Техника безопасности	4	
2	Теоретическая подготовка	6	
	Итого часов	**10**	
	Всего по разделу	**10**	
2. Общая физическая подготовка			
1	Бег	1	20
2	Прыжки	1	20

3	Легкая атлетика	1	20
4	Подвижные игры	1	20
5	Эстафета	1	20
	Итого часов	**5**	**100**
	Всего по разделу	**105**	
3. Техническая подготовка			
1	Техника нападения	1	24
2	Техника защиты	2	24
	Итого часов	**3**	**48**
	Всего по разделу	**51**	
4. Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения	1	25
2	Тактика защиты	1	25
	Итого часов	**2**	**50**
	Всего по разделу	**52**	
5. Контрольные нормативы и соревновательная деятельность			
1	Прием нормативов		**4**
2	Соревновательная деятельность		**6**
	Итого часов		**10**
	Всего по разделу	**10**	
Итого часов		**20**	**208**
Всего часов		**228**	

Спортивно-оздоровительный этап (продвинутый уровень)

№ п/п	**Содержание**	**Общее количество часов**	
		Теория	**Практика**
1. Теоретическая подготовка			
1	Техника безопасности	4	
2	Теоретическая подготовка	10	
	Итого часов	**14**	
	Всего по разделу	**14**	
2. Общая физическая подготовка			
1	Бег	1	9
2	Прыжки	1	9
3	Легкая атлетика	1	9
4	Подвижные игры	1	9
5	Эстафета	1	9
	Итого часов	**5**	**45**
	Всего по разделу	**50**	
3. Специальная физическая подготовка			
1	Выносливость	1	9
2	Силовые способности	1	9
3	Быстрота	1	9
4	Ловкость	1	9
5	Гибкость	1	9
	Итого часов	**5**	**45**
	Всего по разделу	**50**	
4. **Техническая подготовка**			
1	Техника нападения	1	24
2	Техника защиты	2	24

	Итого часов	**2**	**48**
	Всего по разделу	**66**	
5. Тактическая подготовка			
1	Тактика нападения	1	24
2	Тактика защиты	2	24
	Итого часов	**2**	**48**
	Всего по разделу	**66**	
6. Контрольные нормативы и соревновательная деятельность			
1	Прием нормативов		4
2	Соревновательная деятельность		10
	Итого часов		**14**
	Всего по разделу	**14**	
Итого часов		**28**	**200**
Всего часов		**228**	

1.4 Планируемые результаты

Предметные результаты

- умеют выполнять упражнения развивающего характера;
- знают технику и тактику игры в баскетбол;
- знают историю развития Российского и мирового баскетбола;
- знают и умеют применять приемы саморегуляции организма (дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, приемы самомассажа);
- сформированы основные физические качества: сила, ловкость, скорость, выносливость, быстрота реакции, гибкость;
- знают правила техники безопасности и профилактики травматизма.

Личностные результаты

- сформировано ответственное отношение к учению, трудолюбию, упорству к достижению поставленных целей;
- умеют управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умеют оказывать помощь своим сверстникам;
- знают ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты

- умеют самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирают наиболее эффективные способы решениязадач;
- умеют находить ошибки при выполнении заданий и их исправлять;
- умеют объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умеют осуществлять контроль своей деятельности.

В процессе обучения решаются следующие задачи обучения:

Спортивно-оздоровительный этап (ознакомительный уровень)

1. Приобретение основ теоретических знаний.
2. Укрепление здоровья и закаливание организма детей.
3. Формирование интереса к занятиям спортом.
4. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей.
5. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
6. Ознакомление с основными приёмам техники игры баскетбол

7. Ознакомление с основными тактическим действиям игры в баскетбол.
8. Привитие навыков соревновательной деятельности.
9. Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива

Спортивно-оздоровительный этап (базовый уровень)

1. Дальнейшее освоение основ теоретических знаний.
2. Дальнейшее укрепление здоровья и закаливание организма детей.
3. Формирование стойкого интереса к занятиям.
4. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей.
5. Повышение общефизической подготовленности (особенно гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностей).
6. Овладение приёмами техники.
7. Овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями.
8. Овладение основами тактики командных действий.
9. Воспитание навыков соревновательной деятельности по баскетболу.
10. Способствовать формированию у детей коммуникативных навыков, в том числе на соревнованиях.

Спортивно-оздоровительный этап (продвинутый уровень)

1. Дальнейшее освоение основ теоретических знаний.
2. Дальнейшее укрепление здоровья и закаливание организма детей.
3. Формирование стойкого интереса к занятиям спортом.
4. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей.
5. Совершенствование общефизической подготовленности (особенно гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностей).
6. Совершенствование приёмов техники на уровне умений и навыков.
7. Совершенствование командных тактических действий
8. Воспитание самостоятельных навыков соревновательной деятельности по баскетболу.
9. Способствовать формированию у детей интереса к продолжению занятий баскетболом, в том числе в детских юношеских спортивных школах.

По окончании каждого года обучения уровень знаний, умений и навыков, обучающихся должен соответствовать требованиям контрольного тестирования.

По итогам 1 уровня обучения обучающиеся должны знать:

1. Понятие техники безопасности, правила техники безопасности во время занятий физической культурой и спортивными играми
2. Понятие физическая культура и ее значение для укрепления здоровья и физического развития, ее роль в воспитании
3. Основные сведения о спортивной квалификации
4. Историю развития баскетбола в мире и в России, а также в регионе и городе
5. Достижения отечественных баскетболистов на международной арене, количество занимающихся по всему миру
6. Понятия об анатомическом строении тела (костная система, мышцы, связочный
7. Общее понятие о системах кровообращения, выделения, дыхания, пищеварения
8. Общее представление об основных системах энергообеспечения человека. и его значении для жизнедеятельности человека, жизненной емкости легких и потреблении кислорода
9. Понятие о гигиене и санитарии, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, значение сна и утренней гигиенической гимнастики в режиме юного спортсмена
10. Гигиенические требования к питанию спортсменов, значение и нормы витаминов и минеральных солей, режим питания, регулирование веса;
11. Костюм игроков, состав команды, основные правила игры в баскетбол, права и

обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности.
12. Понятия спорный мяч и спорный бросок
13. Разметку и размеры баскетбольной площадки, баскетбольный инвентарь, правила обращения с ним и хранение;
14. Общее представление о физических качествах (сила, быстрота, гибкость, ловкость, выносливость), их характеристиках, способы их развития
15. Основы техники нападения и защиты
16. Основы тактики нападения и защиты

По итогам 2 уровня обучения должны знать:

1. Понятие техники безопасности, правила техники безопасности во время занятий физической культурой, на тренировочном занятии и во время спортивных игр
2. Правила поведения в спортивном зале, на соревнованиях и иных массовых мероприятиях
3. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях
4. Роль физической культуры в воспитании
5. Основные сведения о спортивной квалификации
6. Способы воспитания и развития двигательных качеств человека
7. Значение режима дня, сна и утреней гимнастики для юного спортсмена
8. Реакции организма на различные нагрузки
9. Значение и важность постановки целей в процессе самосовершенствования и самовоспитания в целях повышения двигательной и технической подготовленности
10. Понятие физкультурно-спортивной этики
11. Понятие дисциплины, правила взаимоотношений в команде, правила поведения в конфликтных ситуациях.
12. Понятия об анатомическом строении тела (костная система, мышцы, связочный аппарат)
13. О системах кровообращения, выделения, дыхания, пищеварения
14. Понятие о гигиене и санитарии, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, значение сна и утренней гигиенической гимнастики в режиме юного спортсмена
15. Гигиенические требования к питанию спортсменов, значение витаминов, минеральных солей, их нормы, режим питания, регулирование веса
16. Историю развития баскетбола в мире и в России, а также в регионе и городе
17. Понятия спорный бросок, спорный мяч, штрафной бросок
18. Характеристики нападения и защиты
19. Значение самосовершенствования в целях повышения уровня двигательной и технической подготовленности
20. Об основных системах энергообеспечения человека. О дыхании и его значении для жизнедеятельности человека, жизненной емкости легких и потреблении кислорода
21. Разметку и размеры баскетбольной площадки, баскетбольный инвентарь, правила обращения с ним и хранение;
22. Жесты баскетбольного арбитра
23. Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите
24. Основы командных действий в нападении и защите
25. Костюм игроков, состав команды, основные правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности.

По итогам 3 уровня обучения, обучающиеся должны знать:

1. Понятие техники безопасности, правила техники безопасности во время занятий физической культурой, на тренировочном занятии и во время спортивных игр
2. Правила поведения в спортивном зале, на соревнованиях и иных массовых мероприятиях
3. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях

4. Значение режима дня, сна и утреней гимнастики для юного спортсмена
5. Функции клеток в выделении энергии
6. Значение физических упражнений для развития организма на клеточном уровне
7. Правила самостоятельного выполнения упражнений, способствующих развитию выносливости.
8. Роль физической культуры в воспитании
9. Основные сведения о спортивной квалификации
10. Способы воспитания и развития двигательных качеств человека
11. Реакции организма на различные нагрузки
12. Значение и важность постановки целей в процессе самосовершенствования и самовоспитания в целях повышения двигательной и технической подготовленности
13. Понятие физкультурно-спортивной этики
14. Понятие дисциплины, правила взаимоотношений в команде, правила поведения в конфликтных ситуациях.
15. Понятия об анатомическом строении тела (костная система, мышцы, связочный аппарат)
16. Общее понятие о системах кровообращения, выделения, дыхания, пищеварения
17. Понятие о гигиене и санитарии, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, значение сна и утренней гигиенической гимнастики в режиме юного спортсмена
18. Гигиенические требования к питанию спортсменов, значение витаминов, минеральных солей, их нормы, режим питания, регулирование веса
19. Историю развития баскетбола в мире и в России, а также в регионе и городе
20. Понятия спорный бросок, спорный мяч, штрафной бросок
21. Характеристики нападения и защиты
22. Значение самосовершенствования в целях повышения уровня двигательной и технической подготовленности
23. Общее представление об основных системах энергообеспечения человека. О дыхании и его значении для жизнедеятельности человека, жизненной емкости легких и потреблении кислорода
24. Разметку и размеры баскетбольной площадки, баскетбольный инвентарь, правила обращения с ним и хранение;
25. Жесты баскетбольного арбитра
26. Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите
27. Основы командных действий в нападении и защите
28. Костюм игроков, состав команды, основные правила игры в баскетбол, права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Должны уметь:

Выполнять передачу, ведение, бросок мяча в корзину, анализировать и оценивать игровую ситуацию, обладать тактикой нападения и защиты.

Должны иметь навыки:

Владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного броска в корзину, различных видов ведения мяча, проведения успешного командного нападения и различных видов защиты;

Применять индивидуальные, групповые и командные действия, как в нападении, так и в защите, самостоятельно применять все виды перемещения, как с мячом, так и без мяча.

Раздел 2. Организационно-педагогические условия

2.1 Календарный учебный график

№ п/п	Содержание	Уровень подготовки		
		СОГ-1 (ознакомительный)	СОГ-2 (базовый)	СОГ-3 (продвинутый)
1.	Начало учебного года	1 сентября	1 сентября	1 сентября
2.	Окончание учебного года	31 мая	31 мая	31 мая
3.	Продолжительность учебного года	38 недель	38 недель	38 недель
4.	Продолжительность занятий	90 мин	90 мин	90 мин
5.	Перерыв между занятиями	10 мин	10 мин	10 мин
6.	Сроки проведения педагогической диагностики (аттестации)	01.09.-25.09. 20.04.-20.05.	01.09.-25.09. 20.04.-20.05.	01.09.-25.09. 20.04.-20.05.
7.	Продолжительность каникул (кал.дня)	92	92	92
8.	Формы организации образовательного процесса	Групповое учебно-тренировочное занятие		
9.	Формы промежуточной аттестации	Тестирование спортивной подготовленности (ОФП, СФП, ТТП.).		
10.	Время проведения занятий	Индивидуальное расписание занятий тренера-преподавателя		
11.	Место проведения	Спортивный зал общеобразовательной школы (Котлубанская СШ, Новожизненская СШ, Грачевская СШ)		

2.2 Рабочие программы по предметным областям

Общие указания по проведению занятий

1.Занятия проводятся в игровых спортивных залах на базе общеобразовательных школ. Форма одежды спортивная. В ходе занятия периодически осуществляется текущее обследование занимающихся для контроля и оценки их функционального состояния

2.Занятия по баскетболу состоят из подготовительной, основной и заключительной частей. Перед тем как приступить к изучению материала, важно провести инструктаж по технике безопасности, которые позволят избежать травм, как на занятиях, так и в повседневной жизни. Необходимо также подготовить все суставы и связки организма к выполнению нестандартных движений и нагрузок. Упор делается на укрепление и развитие мышц и связок. К основным подготовительным упражнениям относятся:

- разминка;
- офп;
- сфп.

Кроме того, в подготовительной части уделяется большое внимание физической подготовке обучаемых, для чего используются и коллективные упражнения на развитие силы и выносливости.

Все упражнения выполняются с различной интенсивностью и дыханием, соответствующим нагрузке. Необходимо иметь в виду, что сильное утомление во время

разминки может негативно отразиться на основной части занятия, поэтому необходимо постоянно концентрировать внимание на правильности дыхания и интенсивности нагрузки.

Спортивно-оздоровительный этап
(ознакомительный уровень)
(4 часа в неделю)

Это один из наиболее важных уровней спортивной подготовки, поскольку на этом уровне формируется основа дальнейшего овладения спортивным мастерством в избранном виде спорта.

На данном уровне следует выдвигать на первый план задачу достижения разносторонней физической подготовленности и целенаправленно развивать физические качества, применяя специальные комплексы упражнений и игр с учетом подготовленности спортсмена. Тем самым достигается единство общей и специальной подготовки.

Задачи:

- укреплениездоровья, содействиеправильному физическому развитиюподростков;
- развитие физических качеств в соответствии с возрастными особенностями организма;
- изучение основ тактики и техники игры в баскетбол;
- воспитание стойкого интереса к регулярным занятиям баскетболом;
- формирование спортивного коллектива.

Общая физическая подготовка

Возраст 8-10 лет - лучший период для начала работы по овладению спортивной моторикой. Особое внимание следует уделить развитию ловкости, быстроты, общей выносливости, силовых способностей. Упражнения для воспитания гибкости включаются в подготовительную часть каждого занятия.

Благоприятные условия складываются для развития скоростных способностей, а именно частоты движений.

Воспитание ловкости должно быть направлено на ориентирование в пространстве и точности движений по временным характеристикам.

При воспитании быстроты следует уделить внимание всем ее компонентам: времени двигательной реакции, скорости одиночного движения и частоте движений.

При развитии силовых способностей внимание следует концентрировать на повышение уровня «взрывной» силы.

Общую выносливость занимающихся лучше развивать с помощью подвижных игр средней и низкой интенсивности: «Попади в мяч», «Бросай, беги», «Гонка мячей по кругу», «День и ночь» и т.д.

Техническая подготовка

Техника нападения.

Техника передвижения: Стойка баскетболиста, ходьба, бег, передвижения приставными шагами (лицом вперед, влево, вправо, спиной вперед), остановки (прыжком, двумя шагами), повороты на месте (вперед, назад).

Техника владения мячом.

Ловля мяча (двумя руками на уровне груди, двумя руками «высокого», «низкого», «катящегося» мяча), передачи мяча (одной рукой от плеча, двумя руками от груди, «сверху», «снизу», с отскоком от пола), броски мяча (с места двумя руками от груди и сверхмодной рукой от плеча), ведение мяча (с высоким отскоком, с изменением высоты отскока, с изменением скорости передвижения с переводом на другую руку, с изменением направления движения и обводкой препятствия).

Техника защиты.

Техника передвижения. Стойка защитника с выставленной ногой вперед, стойка защитника со ступенями на одной линии, передвижение в защитной стойке вперед, назад, влево, вправо.

Техника овладения мячом.

Вырывание, выбивание и перехват мяча.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Действия игрока без мяча. Выход на свободное место с целью освобождения от опеки противника и получения мяча.

Действия игрока с мячом. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча; выбор способа передачи в зависимости от расстояния, применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.

Групповые действия. Взаимодействия двух игроков "передай мяч и выходи", взаимодействие трех игроков "треугольник".

Командные действия. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Выбор места по отношению к нападающему с мячом; применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и местонахождения нападающего; выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча; противодействие выхода на свободное место для получения мяча; действия одного защитника против двух нападающих.

Групповые действия: взаимодействия двух игроков «подстраховка».

Командные действия: переключения от действия в нападении к действиям в защите.

Специальные физические качества в этом возрасте развиваются непосредственно в процессе упражнений с мячом и подвижных подготовительных игр к баскетболу: «Охотники и утки», «День и ночь», «Удочка», «Круговорот» и т.д.

Данный возраст благоприятен для развития координационных способностей (равновесия, сложных координации), скоростно-силовых способностей.

Спортивно-оздоровительный этап
(базовый уровень)
(6 часов в неделю)

Задачи:

- укрепление здоровья, содействие разностороннему физическому развитию занимающихся;
- развитие физических способностей согласно возрастной периодизации;
- изучение техники и тактики игрыв баскетбол, закрепление ранее изученных технических элементов и тактических комбинаций;
- овладение основами игровой деятельности и приобретениесоревновательного опыта;
- воспитание стойкого интереса к регулярным занятиям баскетболом;
- дальнейшее формирование спортивного коллектива.

Общая физическая подготовка

Особенности данного периода заключаются в неравномерности развития физических способностей у девочек и у мальчиков. Наиболее благоприятные условия складываются для развития собственно-силовых способностей, скорости (времени

двигательной реакции, частота движений), анаэробной и общей выносливости у девочек и скоростно-силовых, скоростной выносливости общей выносливости, сложных координации у мальчиков.

Воспитание гибкости у мальчиков 10-13 лет должно быть направлено на ее совершенствование, а у девочек на поддержание достигнутого уровня.

Техническая подготовка.

Техника нападения.

Техника передвижения. Повороты в движении, сочетание способов передвижения. Сочетание способов передвижения и ранее изученных технических приемов.

Техника владения мячом:

- ловля мяча (двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди,при встречном движении, при поступательном движении);

- передача мяча (одной рукой от плеча, сверху, снизу, одной рукой по площадке, передача изученными способами по площадке при поступательном движении);

- броски мяча (одной рукой сверху в движении, двумя руками снизу в движении, одной рукой сверху в прыжке, штрафной бросок);

- ведение мяча (с изменением высоты отскока и скорости передвижения, с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног), обводка противника с изменением высоты отскока, с изменением скорости, без зрительного контроля;

- обманные действия: финт на рывок, финт на бросок, финт на проход.

Техника защиты.

Техника перемещения: сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.

Техника овладения мячом: выбивание мяча при ведении впереди, накрывание мяча спереди при броске в корзину, перехват мяча при ведении.

Тактическая подготовка

Тактика нападения.

Индивидуальные действия игрока без мяча.

Выбор места на площадке с целью адекватного взаимодействия с партнерами по команде.

Действия игрока с мячом:

- применение изученных способов ловли в зависимости от расположения и действия защитников;

- применение изученных способов передач и их сочетание с финтами в зависимости от действий противника и расстояния до него;

- применение изученных способов ведения мяча в зависимости от противодействия защитника), выбор способа броска мяча в корзину в зависимости от расстояния до нее.

Групповые действия. Взаимодействие двух игроков с заслонами (внутренним, наружным): групповые взаимодействия в системе быстрого прорыва.

Командные действия. Позиционное нападение с применением заслонов; быстрый прорыв длинной передачей к щиту противника и вдоль боковой линии.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия:

- противодействия при бросках мяча в корзину;

- выбор момента для применения выбивания, перехвата мяча при ведении;

- действия одного защитника против двух нападающих в системе быстрого

прорыва.

Групповые действия: взаимодействие двух игроков -"переключение".

Командные действия: организация командных действий против применения быстрого прорыва, личная система защиты.

Специальные физические качества в этом возрасте развиваются непосредственно в процессе упражнений с мячом и подвижных подготовительныхигр к баскетболу.

Спортивно-оздоровительный этап
(продвинутый уровень)
(6 часа в неделю)

Задачи:

- укрепление здоровья на базе полученной физической подготовки;
- направленное развитие физических способностей в соответствии с возрастными особенностями;
- освоение более сложных тактических комбинаций, технических элементов игры;
- изучение личной системы защиты;
- овладение основами теории и методики проведения вводной части тренировочного занятия;
- начало формирования команды;
- развитие морально-волевых качеств.

Общая физическая подготовка

В возрасте 13-14 лет интенсивный рост всего тела, особенно конечностей преобладает над приростом мышечной массы. Заметнее это выражено у девочек, однако и у юношей большую роль в физическом развитии играют упражнения для мышц костно-связочного аппарата.

Благоприятен данный период для развития у девочек силы, скоростной выносливости, сложных координации, ловкости; у мальчиков - скорости, общей выносливости, ловкости, быстроты реакции.

Подростки осваивают технические приемы из спортивных игр, гимнастики, акробатики, легкой атлетики.

Специальная физическая подготовка

Задачи специальной физической подготовки решают с помощью увеличения доли силовых упражнений, времени на развитие выносливости быстроты и ловкости применительно к требованиям игровой деятельности.

Целесообразно в тренировочный процесс включить упражнения для развития специальной выносливости, упражнения для развития качеств необходимых при выполнении ловли, передачи и броска мяча.

Используемые упражнения сочетают с действиями выполняемые с мячом, используя зрительные сигналы. Увеличивают объем и интенсивность упражнений. Наряду с комплексными занятиями применяют специализированные тренировки по технике и тактике игры. Необходимо уделить внимание на воспитание морально-волевых качеств.

Техническая подготовка.

Техника нападения.

Техника передвижения. Прыжки толчком одной и двух ног в движении; сочетание выполнения изученных способов передвижения в быстром беге; сочетание выполнения изученных способов передвижения с техническими приемами.

Техника владения мячом.Ловля мяча:

- одной рукой высокого, низкого, катящегося мяча с низкого отскока;

- сочетание изученных приемов ловли мяча в движении, различных по направлению, скорости передвижения, расстоянию.

Передачи мяча: одной рукой с отскоком от пола, одной рукой сбоку, сочетание выполнения изученных передач мяча в движениях различных по направлению, скорости передвижения, расстоянию, передача мяча двумя и одной рукой в прыжке.

Броски мяча: по щиту; одной рукой в движении после проходов в различных направлениях, сочетание выполнения изученных способов бросков мяча из различных точек, равноудаленных от щита;

- броски мяча в прыжке одной рукой сверху, броски мяча изученными способами после выполнения других технических приемов нападения, добивание мяча с отскоком от щита;
- штрафной бросок.

Ведение мяча:

- чередование различных способов ведения мяча;
- ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости передвижения без зрительного контроля;
- обводка с асинхронным ритмом движения руки с мячом и ног;
- изменение способа ведения мяча и скорости передвижения в зависимости от зрительного сигнала;
- ведение мяча с сопротивлением;
- сочетание выполнения ведения мяча с изученными техническими приемами нападения, ведение мяча с маневрированием.

Обманные действия: сочетание финтов с последующим выполнением технического действия нападения.

Техника защиты.

Техника передвижения:

- сохранение защитной стойки во время передвижения и остановок;
- работа рук и ног защитника при движении противника справа и слева;
- сочетание способов передвижения защитника с выполнением технических приемов игры в защите.

Техника овладения мячом:

- перехват мяча при передачах в движении;
- овладение катящимся мячом;
- выбивание мяча сзади при его ведении;
- отбивание мяча при бросках с места;
- накрывание мяча при бросках в движении.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия:

- выбор места для действия в передней и задней линиях нападения;
- выбор позиции и момента для получения мяча в трехсекундной зоне;
- выбор способа и момента для передачи мяча игроками передней и задней линии нападения между собой;
- применение изученных приемов техники нападения в зависимости от видаопеки;
- адекватное применение сочетания изученных способов техники нападения.

Групповые действия:

- взаимодействие двух игроков с заслонами в движении;
- взаимодействие двух игроков с наведением;

- взаимодействие трех игроков - противодействие "тройке";
- взаимодействие двухи игроков с заслонами в условиях низкого сопротивления.

Командные действия:

- распределение обязанностей и организация действий игроков при позиционном нападении и нападении быстрым прорывом;
- позиционное нападение с применением изученных групповых взаимодействий.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия:

- опека нападающего находящегося в трехсекундной зоне;
- опека нападающего находящегося в передней и задней линиях площадки;
- опека нападающего расположенного у лицевой линии в зависимости отместа нахождения мяча, опека нападающего при личном прессинге.

Групповые действия:

- взаимодействие двух игроков - противодействие наведению;
- взаимодействие трех игроков - противодействие "тройке";
- взаимодействие двух игроков групповой отбор мяча.

Командные действия:

- плотная личная система защиты;
- рассредоточенная личная система защиты;
- личная система защиты с групповым отбором мяча, личная система защиты с переключением;
- личный прессинг;
- организация командных действий при противодействии быстрому прорыву.

Тренировочные игры.

Обязательное требование - применение изученныхтехнических приемов и тактических действий.

В систему заданий в игру последовательно включается программный материал для данного года спортивнойподготовки.

2.3 Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	**Профориентационная деятельность**		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: –практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; –приобретение навыков помощи в судействе матчевых встреч и соревнований; –формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; –воспитание внутренней установки на строгое и неукоснительное соблюдение правил вида спорта	В течение года
2.	**Здоровьесберегающая деятельность**		

2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Проведение бесед с обучающимися и специальных акций (дней здоровья и др.), предусматривающих: –формирование ответственного отношения к своему здоровью и установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); –осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;	В течение года
2.2.	Здоровьесберегающее воспитание в системе учебно-тренировочных занятий	Обеспечение направленности учебно-тренировочных занятий на: –формирование гигиенических навыков, связанных с двигательной активностью и занятием избранным спортом; –обеспечение соблюдения режима дня, закаливание организма; –знание и соблюдение основ спортивного питания; –формирование знаний и навыков, связанных с соблюдением требования техники безопасности при занятиях избранным спортом;	В течение года
2.3	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);	В течение года
3.	**Патриотическое воспитание**		
3.1.	Теоретическая подготовка	Включение в содержание теоретической подготовки вопросов патриотического воспитания (формирование качеств юного спортсмена – гражданина своей страны, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, воспитание уважения к государственным символам (герб, флаг, гимн), готовности к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе)	В течение года

3.2.	Формирование чувства гордости за достижения нашей страны в мировом и отечественном спорте	Через систему учебно-тренировочных занятий.	В течение года
3.3.	Проведение физкультурных и спортивных мероприятий, посвященных дням воинской славы и памятным датам России	23 февраля – День защитника Отечества	февраля
		12 апреля – День космонавтики	апрель
		9 мая – День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941 - 1945 годов	май
		22 июня – День памяти и скорби – день начала Великой Отечественной войны	июнь
		4 ноября – День народного единства	ноябрь
		9 декабря – День Героев Отечества	декабрь
3.4.	Формирование уважения к российским спортсменам – героям спорта	Через систему учебно-тренировочных занятий	В течение года
3.5.		Организация церемоний открытия и закрытия физкультурных и спортивных мероприятий (подъем государственного флага, исполнение государственного гимна, проведение спортивного парада, вручение наград и наградной атрибутики и т.д.) Использование атрибутики, эмблемы физкультурных мероприятий и спортивных соревнований	По графику (плану) проведения физкультурных мероприятий и спортивных соревнований
4.	**Развитие творческого мышления**		
4.1	Развитие творческого мышления на учебно-тренировочных занятиях	развитие изобретательности и логического мышления; развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи; развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия в период проведения тренировочных занятий (в том числе в спортивных соревнованиях	В течение года
5	**Нравственное воспитание**		
5.1		Воспитание коллективизма, чувства товарищества, готовности к взаимовыручке, честности, справедливости, ответственности, настойчивости, воли, дисциплинированности через систему учебно-тренировочных занятий	В течение года

5.2		Проведение бесед с обучающимися, направленных на соблюдение этических норм поведения в спорте	В течение года

2.4 План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

План направлен на решение следующих задач:

1) формирование ценностно-мотивационной сферы, способствующей привитию честных способов борьбы в спорте;

2) опровержение стереотипного мнения о повсеместном распространении допинга в большом спорте и невозможности достижения выдающихся результатов без него, а также о том, что допинг способен заменить тренировочный процесс;

3) раскрытие перед занимающимися баскетболом воспитанников тех возможностей для роста результатов, которые дают обычные тренировочные средства, а также психологическая подготовка (развитие стрессоустойчивости, волевых качеств);

4) формирование у обучающихся, занимающихся баскетболом более широкого взгляда на жизненные и, в частности, профессиональные перспективы, где спорт будет не самоцелью, а лишь одной из ступенек на пути к достижению жизненных успехов;

5) воспитание ответственности, привычки самостоятельно принимать решения и прогнозировать их возможные последствия, избегание перекладывания ответственности на третьих лиц;

6) пропаганда принципов fair-play («честная игра»), отношения к спорту как к площадке для честной конкуренции и воспитания личностных качеств;

7) повышение в глазах обучающихся ценности здоровья и пропаганда отношения к спорту как к способу его достижения, а не как к площадке для самоутверждения, где нужно побеждать любой ценой.

№ п/п	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения (этап подготовки)	Рекомендации по проведению мероприятий
1.	Моральные и этические ценности физической культуры и спорта (беседа)	первый этап	Особенности данных мероприятий на первом и втором году подготовки связаны с новым статусом ребенка – статусом спортсмена. Необходимо сформировать начальные детские убеждения о высокой нравственности физической культуры и спорта. Главной задачей антидопинговых мероприятий на первом и втором году подготовки является формирование у детей устойчивого положительного опыта соблюдения моральных и этических норм в учебно-тренировочной и
2.	Ознакомление с принципом честной спортивной борьбы fair-play, с пояснением его особенностей и демонстрацией примеров в спорте (беседа)	первый, второй этап	
3.	Примеры соблюдения принципа fair-play юными спортсменами в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в баскетболе (беседа)	первый, второй этап	
4.	Пропаганда принципов fair-play, отношения к спорту как к площадке для честной конкуренции и воспитания личностных качеств (беседа)	второй этап	
5.	Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек (беседа)	второй, третий этап	

6.	Вредные привычки и их преодоление (беседа)	второй, третий этап	соревновательной деятельности, и их применение в повседневной жизни, формирование основ знаний о здоровом образе жизни, профилактике вредных привычек (соответствующих данному возрасту), знаний о гигиене спортсмена. С третьего года обучения юный спортсмен в совокупности с повторением ранее пройденного материала, обязан иметь общие представления о допинге и его вреде для здоровья спортсмена, о существовании и особенностях деятельности организаций, осуществляющих борьбу с применением допинга в спорте.
7.	Ознакомление с правами и обязанностями баскетболиста (беседа)	третий этап	
8.	Формирование критического отношения к допингу (беседа)	третий этап	
9.	Организации, осуществляющие борьбу с применением допинга в спорте (беседа)	третий этап	

2.5 Формы аттестации и оценочные материалы

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении.

Перечень видов спортивной подготовки, для прохождения тестирования

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала. Теоретическая подготовка осуществляется по средствам использования таких методов как: опрос, собеседование, творческое задание.

Общефизическая подготовка. Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводится по результатам контрольных упражнений. Формой контроля по освоению обучающимися упражнений по ОФП и СФП является мониторинг по ОФП и технико-тактической подготовке. Инструментом мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учётом возрастной категории обучающихся.

Тестирование проводится в начале и конце учебного года.

Техническая подготовка Контроль освоения обучающимися технических элементов баскетбола проверяется систематическим визуальным наблюдением за качеством выполнения движения.

Тактическая подготовка Контроль освоения обучающимися игровых действий заключается в вынесении оценочных суждений по выполнению обучающимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Методом контроля является метод наблюдения.

Применяются следующие **виды и формы контроля**:

- годовая (промежуточная) аттестация, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний.
- итоговая аттестация -позволяет оценить уровень полного курса программы. Аттестация проводится в форме выполнения обучающимися контрольно-тестовых упражнений.

Годовая (промежуточная) аттестация проводится в конце учебного года (апрель-май) Контрольно-переводные нормативы принимаются комиссией, созданной на основании приказа директора ДЮСШ, в состав которой входят: председатель комиссии (директор), члены комиссии (заместитель директора по УВР и тренеры- преподаватели). Результаты контрольно-переводных нормативов заносятся в протокол и выносятся на утверждение на педагогическом совете. По итогам мониторинга обучающийся переводиться на следующий учебный год.

Оценочные материалы проверки теоретических знаний

№	Тема	Минимальный уровень знаний	Средний уровень знаний	Оптимальный уровень знаний
1	Требования техники безопасности при занятиях баскетболом.	Знает правила безопасности	Может рассказать правила безопасности	Может рассказать правила поведения на улице, в спортзале, о необходимых требованиях правил поведения и норм техники безопасности на занятиях баскетболом во избежание травм, о соблюдении правил безопасности.
2	Терминология, техника и тактика игры.	Знает некоторые термины	Знает основные сведения о технике и тактике игры	Знает основные сведенияо технике и тактике игры; о её значении для роста спортивного мастерства
3	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	Может рассказать о гигиенических требованиях к местам проведения занятий о временных ограничениях и противопоказаниях к занятиям баскетболом.	Может рассказать о гигиенических требованиях к местам проведения занятий о временных ограничениях и противопоказаниях к занятиям баскетболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика.	Может рассказать о гигиенических требованиях к местам проведения занятий о временных ограничениях и противопоказаниях к занятиям баскетболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок. Правильный рацион дня по питанию.

4	Правила игры.	Знает некоторые термины и правила	Знает состав команды, продолжительность игры. Начало и конец игры. Мяч в игре. Спорный мяч и опорный бросок. Вбрасывание мяча. Замена игроков. Ведение мяча. Броски, передачи и ловля мяча. Выполнение штрафного броска. Результат игры.	Может рассказатьо составе команды, продолжительности игры. Начало и конец игры. Мяч в игре. Спорный мяч и опорный бросок. Вбрасывание мяча. Замена игроков. Ведение мяча. Броски, передачи и ловля мяча. Выполнение штрафного броска. Результат игры. Правила мини - баскетбола.
5	Возникновение и развитие баскетбола.	Затрудняется в ответах	Знает об истории развития баскетбола в мире и в нашей стране.	Может рассказатьоб истории развития баскетбола в мире и в нашей стране,о достижение российских баскетболистов на мировой арене
6.	Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке.	Знает общие сведения об инвентаре, оборудовании и экипировке, необходимой для проведения тренировочных занятий и соревнований.	Знает общие сведения об инвентаре, оборудовании и экипировки, необходимой для проведения тренировочных занятий и соревнований. Подготовка мест для тренировочных занятий. Уход за инвентарем и оборудованием.	Может рассказатьоб общей характеристики инвентаря, оборудования и экипировки, необходимого для проведения тренировочных занятийи соревнований. Подготовка мест для тренировочных занятий. Уход за инвентарем и оборудованием. Выбор экипировки и уход за ней.

Оценочные материалы по общей физической и технико-тактической подготовке.

Для обучающихся определенных возрастных категорий нормативы представлены в таблицах.

Контрольные нормативы (возрастная категория 8-9 лет)

Контрольный норматив/уровень подготовки	Девочки			Мальчики		
	Минимальный	средний	Оптимальный	Минимальный	средний	Оптимальный
ОФП						
Челночный бег 3 х 10 м	11.5	10.8	10.3	10.8	10.2	9.9
Прыжок в длину с места	90	125	155	110	125	165
Технико-тактическая подготовка						
Бег 20 м	5.2	5.1	5.0	5.0	4.9	4.8

Прыжок в высоту с места со взмахом руками	15	17	19	18	20	22
Скоростное ведение мяча 20 метров (сек)	13.0	12.5	12.0	12.5	12.0	11.5
Передача мяча в стену (30 сек)	22	24	26	24	26	28

Контрольные нормативы (возрастная категория 10-13 лет)

Контрольный норматив/ уровень подготовки	Девочки			Мальчики		
	Минимальный	средний	Оптимальный	Минимальный	средний	Оптимальный
ОФП						
Челночный бег 3 х 10 м	10.8	10.3	9.3	10.2	9.9	8.8
Прыжок в длину с места	110	135	160	120	130	175
Технико-тактическая подготовка						
Бег 20 м	5.1	4.9	4.7	4.9	4.7	4.5
Прыжок в высоту с места со взмахом руками	16	18	20	20	22	24
Скоростное ведение мяча 20 метров (сек)	12.5	12.0	11.5	12.0	11.5	11.0
Передача мяча в стену (30 сек)	24	26	28	25	27	29

Контрольные нормативы (возрастная категория 14-17 лет)

Контрольный норматив/ уровень подготовки	Девочки			Мальчики		
	Минимальный	средний	Оптимальный	Минимальный	средний	Оптимальный
ОФП						
Челночный бег 3 х 10 м	10.4	9.5	9.1	9.9	9.5	8.6
Прыжок в длину с места	120	140	170	130	150	185
Технико-тактическая подготовка						
Бег 20 м	4.8	4.6	4.5	4.6	4.4	4.3
Прыжок в высоту с места со взмахом руками	22	24	26	26	28	30
Скоростное ведение мяча 20 метров (сек)	12.0	11.5	11.0	11.5	11.0	10.5
Передача мяча в стену (30 сек)	25	27	29	26	28	30

Методические указания по проведению аттестации.

Челночный бег 3х10 метров.

Стандартные условия выполнения действий: тест проводится в спортивном зале или на стадионе. На расстоянии 10 метров чертится стартовая и финишная линии. По команде «На старт!» испытуемый подходит к стартовой линии. По команде «Марш!» начинает бег по направлению к финишной линии, касается ее ногой и возвращается к стартовой линии, касаясь ее ногой. Затем возвращается к финишной линии, за пределами которой заканчивает задание.

Система оценок: фиксируется время прохождения дистанции. Время фиксируется секундомером. Результат измеряется в секундах, с точностью до десятой доли секунды. Предоставляется одна попытка.

Прыжок в длину с места.

Стандартные условия выполнения действий: тест проводится в спортивном зале, на стадионе. По команде испытуемый подходит к стартовой линии и выполняетпрыжок толчком двух ног.

Система оценок: фиксируется дальность прыжка. Дальность прыжка определяется расстоянием от стартовой линии до точки приземления, за которую принимается наиболее близкая к линии старта точка соприкосновения любой части тела испытуемого с полом. Результат измеряется в сантиметрах с точностью до 1 см. Предоставляются три попытки, лучший результат идет в зачет.

Бег 20 метров

Стандартные условия выполнения действий: тест проводится в спортивном зале или на стадионе. По команде «На старт!» испытуемый подходит к линии старта и принимает высокий (стойка баскетболиста) старт. По команде «Марш!» начинает бег, стараясь как можно быстрее преодолеть дистанцию.

Система оценок: фиксируется время прохождения дистанции. Время фиксируется секундомером. Результат измеряется в секундах, с точностью до десятой доли секунды. Предоставляется одна попытка.

Прыжок вверх с места со взмахом руками

Стандартные условия выполнения действий: тест проводится в спортивном зале. Перед тестированием на баскетбольный щит вертикально прикрепляется сантиметровая лента, начало которой берется от нижнего края щита. Такая же лента прикрепляется на ровную поверхность одной из стен зала, начало которой устанавливается на высоте 2 м. Испытуемый встает боком к стене и поднимает одноименную руку - отмечается деление, которого он коснулся. Затем испытуемый располагается под щитом, и из исходного положения полуприседа активно разгибая ноги, туловище и выполняя мах руками, выпрыгивает вверх, доставая рукой как можно более высокую точку на сантиметровой ленте, укрепленной на щите. Отмечается деление, которого он коснулся.

Система оценок: показатель прыгучести рассчитывается по разнице между высотой доставания в прыжке и высотой доставания рукой стоя на полу. Результат учитывается в сантиметрах, с точностью до одного сантиметра. Предоставляются три попытки, лучший результат идет в зачет.

Скоростное ведение мяча 20 метров

Стандартные условия выполнения действий: тест проводится в спортивном зале. По команде «На старт!» испытуемый с мячом подходит к линии старта. По команде «Марш» испытуемый выполняет прямолинейный рывок с ведением мяча на 20 метров, стараясь как можно быстрее преодолеть дистанцию.

Система оценок: фиксируется время прохождения дистанции. Время фиксируется секундомером. Результат измеряется в секундах, с точностью до десятой доли секунды. Предоставляется одна попытка.

Передача мяча в стену

Стандартные условия выполнения действий: Тест проводится в спортивном зале. По команде «На старт!» испытуемый с мячом подходит к линии 2 м от стены и по команде "Марш" начинает делать передачу. Передача выполняется одной рукой от плеча

Система оценок: Фиксируется количество ударов за 30 сек.

Перед проведением контрольно-переводных нормативов необходимо объяснить занимающимся цель, методику выполнения, критерии оценки за отдельные задания.

Перед началом сдачи контрольно-переводных нормативов должна быть проведена разминка.

Сдача контрольно-переводных нормативов проводится согласно утвержденному директором ДЮСШ планом.

В конце третьего года обучения (апрель) проводится **итоговая аттестация**.

Выпуск обучающихся – май.
Выполнение спортивных разрядов – в течение года.

2.6 Методические материалы

Подготовка юного баскетболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно- тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включаются: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основой структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к

выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

Подвижные игры при обучении баскетболу

Многолетняя практика работы показывает, что для обучения целому ряду тактических элементов, закрепления и совершенствования навыков выполнения технических упражнений лучше всего создать специальные игровые условия. Наилучшим образом это можно сделать с помощью подвижных игр. В большинстве случаев их использование позволяет повысить интерес детей к занятиям.

Баскетбол- это игра, следовательно, к ней гораздо проще перейти после подвижных игр, чем после обычных учебных упражнений.

Подбор подвижных игросуществляется с учётом задач учебно-тренировочных занятий ,содержания основного учебного материала, возможностей ДЮСШ.

Важно учитывать интересы детей, их физические возможности, особенности психического развития.

Учащиеся спортивно-оздоровительных групп ознакомительного уровня (8-9 лет) характеризуется достаточным развитием сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Это позволяет проводить игры со значительной интенсивностью действий. Однако, несмотря на большую подвижность, дети быстро утомляются, внимание их неустойчиво. Поэтому в ходе игр важны короткие перерывы отдыха. Этим возрастным особенностям отвечают игры типа пробежек («Салки», «День и ночь», «Вызов номеров» и т.п.).

Сравнительно слабое развитие мышечной системы (особенно брюшного пресса и спины) не допускает игры с активным единоборством, переноской и передачей друг другу набивных мячей и других тяжёлых предметов. Вместе с тем мальчикам 3-го класса не противопоказаны игры с кратковременными силовыми напряжениями (перетягивание, выталкивание).

Обучающиеся 9 лет начинают интересоваться играми, требующими решения довольно сложных двигательных задач и, в частности, умения владеть мячом: передача, ловля («Мяч в центр», «Попади в мяч»; «Охотники и утки» и др.). В занятия включаются игры с комбинированными действиями: бег в сочетании с метаниями, с подлезанием, перелезаниями и пр.

Таким образом, характер подвижных игр в этих возрастах разнообразен, но преобладают коллективные игры с водящим, командные игры без вступления в непосредственное соприкосновение с противником. Главное содержание игр - движения, способствующие совершенствованию и обогащению двигательного опыта: игры с бегом, прыжками, увертыванием, метаниями в цель и на дальность, преодолением небольших препятствий, требующие проявления ловкости и быстроты без больших двигательных напряжений.

Учащиеся спортивно- оздоровительных групп базового уровня (10-13 лет) характеризуется растущей устойчивостью организма по отношению к проявлению физических усилий. Резко повышаются функциональные возможности, исчезают неэкономные движения, требующие излишней затраты сил, что позволяет юным спортсменам участвовать в играх с большой интенсивностью и относительной длительностью двигательных действий.

В этом возрасте крепнет костно-связочный аппарат, продолжает развиваться мышечная система. Дети, особенно мальчики, любят игры, где преимущественно

развивается сила («Бой петухов», перетягивание через черту, «Сильные и ловкие» и др.). Мальчики имеют некоторые преимущества перед девочками в играх с бегом на скорость, с метанием на дальность, в цель.

Обучающиеся этого возраста стремятся приобщиться к спорту, успешно выполняют технические приёмы игры в баскетбол, увлекаются подвижными играми с довольно сложными двигательными задачами. Для них большую группу составляют игры с бегом и преодолением подвижных и движущихся препятствий, с метанием, более продолжительными силовыми напряжениями. В этом возрасте формируется и укрепляется волевая сфера, ярче проявляются такие качества, как смелость, самостоятельность, решительность, инициатива.

Организуя игры, тренер-преподаватель стремится развивать самостоятельность детей, нередко предоставляя им право самим выбирать водящих, распределяться по командам, устанавливать план действий в игре. Подвижные игры с большой физической и психической нагрузкой нередко вызывают вспышки резкости, нетерпеливости. Тренер-преподаватель должен помнить об этом, не допуская излишнего возбуждения и напряжения.

У учащихся спортивно-оздоровительных групп продвинутого уровня (14-15 лет) наблюдается особенно интенсивное развитие и перестройка всего организма. В занятиях физическими упражнениями и подвижными играми находят отражение многие особенности этого переходного периода. Усиленно растёт костная система (особенно трубчатые кости), в связи с чем дети особенно прибавляют в росте. Продолжает развиваться и мышечная система (увеличивается масса мышц и их сила), хотя она ещё отстаёт от обычного роста тела.

Мальчиков этого возраста особенно привлекают игры с элементами силовой борьбы: «Вытягивание из круга», «Перетягивание каната», поединки в парах и т.д.

К 14-15 годам заканчивается развитие двигательного анализатора, что способствует улучшению координации, точности и экономичности движений. Поэтому значительное место в играх отводится проявлению ловкости, скоростно-силовых качеств.

Многие игры характеризуются ярко выраженным соревновательным началом, содержат элементы спортивной техники и тактики.

В этом возрасте заканчивается формирование характера, но вместе с тем физиологическая перестройка организма осложняет деятельность нервной системы, что нередко выражается в нарушении уравновешенности, в обострении чувства самолюбия и др. Поэтому руководить играми нужно с особым тактом, выдержкой, умением, сочетая эти качества с требовательностью, умением избегать конфликтных ситуаций.

В работе со спортсменами спортивно-оздоровительных групп продвинутого уровня могут быть использованы игры обучающихся предшествующей возрастной группы. Однако они должны быть усложнены в смысле повышения требований к точности выполнения тех или иных технических приёмов. Широкое применение находят эстафеты, в которых действия выполняются в парах.

Методика проведения подвижных игр

Подвижные игры используются на тренировках для:

- закрепления и совершенствования изучаемых приёмов игры;
- совершенствования сочетания отдельных элементов игры;
- развития умения ориентироваться на площадке во время игры (видеть площадку);
- решения тактических задач;
- развития физических качеств;
- увеличения моторной плотности занятия по сравнению с обычной игрой, особенно на начальном этапе обучения.

Все подвижные игры, используемые при обучении баскетболу, можно разделить на пять групп:

«Перемещение игроков и ведение мяча»,

«Передачи»,

«Броски»,

«Защитные действия и овладение мячом»,

«Учебные игры».

Перемещение игроков и ведение мяча

Перемещение может быть с ведением и без ведения мяча. По сути дела, ведение - это перемещение игрока с мячом.

При использовании игр с элементами перемещений очень важно научить игроков не касаться друг друга, а также стен, скамеек и т.п. Поэтому в большинстве игр касание стен или других предметов (например, лежащих в углу зала матов) следует считать ошибкой, а игрока, которого коснулся мяч, - ослабленным. Игрокам не следует выставлять руки вперёд во избежание столкновений. Надо больше внимания уделять ногам, сильнее сгибая их в коленях, рассчитывать скорость своего перемещения, быть готовыми в любой момент остановиться или изменить направление.

Большинство игр данной группы развивают у школьников умение ориентироваться на площадке, что очень важно для баскетбола.

Передачи

При проведении игр с использованием передач следует обращать внимание на то, чтобы обучающиеся выполняли передачи технически правильно.

В ряде случаев можно использовать строго определённые передачи в соответствии с задачами урока.

Очень часто обучающиеся выполняют передачи сверху из-за головы и бросают мяч над головами водящих и других игроков, причём даже в тех случаях, когда это сделать просто невозможно, при этом совершенно забывая о передачах двумя руками от груди, одной или двумя руками снизу, передачах с отскоком от пола и т.п.

В таких случаях целесообразно вводить запрет на использование передач выше головы играющих и подъём мяча над головой, удерживаемого в руках.

В ряде подвижных игр, особенно с бросками, игроки подают друг другу мяч. Надо обращать внимание обучающихся на то, чтобы они делали это не просто так, а с использованием техники передач, как в игре.

Броски

Условно в учебных целях все броски можно разделить на:

-броски, выполняемые с близкого расстояния (ближние);

-броски, выполняемые со среднего расстояния (средние);

-броски, выполняемые с дальнего расстояния (дальние);

-броски, выполняемые с очень дальнего расстояния (трёхочковые).

Все учебные и тренировочные броски при проведении подвижных игр выполняются обучающимися со следующих расстояний:

-учащиеся 1-го этапа обучения - только с близкого расстояния;

-учащиеся 2 и 3 этапов обучения - с близкого, среднего и дальнего расстояния.

На тренировках при проведении подвижных игр с большим количеством участников не рекомендуется выполнять броски в кольцо с дальнего расстояния. Дело в том, что польза от этого невелика, а вот опасность для окружающих большая. Мяч, брошенный с дальнего расстояния, отскакивает от кольца или щита с гораздо большей силой и скоростью, чем с близкого. Кроме того, участники игры, как

правило, не видят момент броска, выполняемого издали, и отскок получается ещё более внезапным. В результате обучающиеся не всегда могут увернуться от мяча или иным образом защититься, что может привести к травмам.

Защитные действия и овладение мячом

Если нападающий в результате действий защитника не смог точно выполнить задуманное, значит, тот свою задачу выполнил: например, нападающий бросил мяч в кольцо, но промахнулся или выполнил передачу, но неточно и т.п.

Однако ученики стараются любой ценой остановить нападающего, не дать ему бросить, выбить у него мяч и т.п., при этом нередко допуская откровенную грубость.

Тренер в таких случаях должен объяснить им, что соперника надо переиграть, а не «перегрубить». Переиграть гораздо сложнее - это требует большей ловкости, быстроты и выносливости. Именно эти качества развиваются, когда игрок старается просто переиграть нападающего. Кроме того, за грубую игру игроки получают предупреждения, а тренер наказывает всю команду.

Таким образом, следует проводить и подвижные игры, поощряя чистую игру в защите и наказывая участников за грубость.

Учебные игры

Учебные игры не должны проводиться по так называемым упрощённым правилам, которые на практике сводятся к одному - разрешению нарушать общепринятые правила игры в баскетбол: например, разрешают пробежки или допускают грубую игру во время отбора мяча и т.п.

Упрощённые правила должны лишь учитывать условия, в которых проводится игра, а в остальном общие правила должны соблюдаться неукоснительно.

Кроме того, всегда надо помнить о том, что чёткое соблюдение правил баскетбола во всех играх стимулирует обучение, заставляя обучающихся работать над техникой.

Примерный перечень подвижных игр,
которые можно использовать при обучении баскетболу.

1. *Игры для совершенствования перемещений игроков и ведения мяча:*

«Молекулы», «Морозики», «Светофор», «Бегай, как я», «Ловля парами», «Коршун и цыплята», «Охотники и утки», «Смотри на мяч», «День и ночь», «Зеркало», «Салки», «Охота на волка», «Выбей мяч», «Перестрелка», «Нападение акулы», «Невод», «Догони мяч».

2. *Игры для совершенствования передач:*

«Мяч свободному», «Гонка мячей», «Обгони мяч», «Бык в круге», «Салки мячом», «Борьба за мяч», «Передай мяч», «Мяч через сетку», «Мяч в центр», «Мяч ловцу», «Не дай мяч водящему», «Передал - садись», «Выручи передачей», «Горячий мяч», «Одиннадцать», «Летающая мишень», «Передал - беги», «Передачи по номерам», «Точно в цель».

3. *Игры для совершенствования бросков:*

«Двадцать одно», «Подбор», «Дальний бросок», «Куда глаза глядят», «Американка», «Пятачки», «Ненасытный баскетболист», «Баскетбольная дорожка», «Меткие броски».

4. *Игры для совершенствования защитных действий и овладения мячом:*

«Прилипала», «Собачки», «Борьба за мяч», «Вырви мяч», «Кто быстрее возьмёт мяч», «Борьба за отскок», «Наперегонки с мячом», «Отними мяч», «Пираньи».

2.7 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для прохождения подготовки:

N п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	спортивный зал с оборудованием:		
2.	баскетбольные мячи, № 5, 6, 7	штук	22
3.	накидки разных цветов	штук	по 7
4.	легкоатлетические барьеры	штук	5
5.	гантели массивные от 1 до 5 кг	штук	3
6.	снаряды для метания	штук	20
7.	гимнастические скамейки	штук	2
8.	скакалки	штук	20
9.	утяжелители для ног/рук	комплект	4
10.	мяч футбольный	штук	2
11.	мяч волейбольный	штук	2
12.	мячи теннисные	штук	10
13	фишки переносные	штук	10

Кадровое обеспечение

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку по общеразвивающей программе, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденным приказом Минтруда России от 22.09.2021 N 652н

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей

Непрерывность профессионального развития тренерско-преподавательского состава осуществляется за счет:

- прохождения курсов повышением квалификации (1 раз в три года);
- участие его воспитанников в соревнованиях разного ранга/уровня;
- участие в различных учебно-методических, тренерских и судейских семинарах;
- проведения открытых учебно-тренировочных занятий и мастер-классов;
- участия в конкурсах педагогического мастерства;
- публикации своих материалов на различных специализированных сайтах.

Информационное обеспечение

В работе широко используется фото и видео техника. Соревнования снимаются на камеру, затем вместе с обучающимися, просматриваются и анализируются. Выявляются ошибки и недочеты.

Интернет ресурсы

Наименование интернет-ресурса	Адрес интернет-ресурса
Министерство спорта РФ	http://www.minsport.gov.ru/
Министерство Просвещения РФ	https://edu.gov.ru/
Комитет по физической культуре и спорту Волгоградской области	https://sport.volgograd.ru/
Комитет по образованию Волгоградской области	https://obraz.volgograd.ru/

Единая всероссийская спортивная классификация	https://minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska/
ЕКП межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, положения о всероссийских соревнованиях	https://minsport.gov.ru/useful_documents.php
Российское антидопинговое агентство	http://www.rusada.ru
Российская федерация баскетбола.	http://www.russiabasket.ru
Все в мире баскетбола.	http://allbasketball.org
Баскетбольные тренировки в видеоформате. От азов к мастерству вместе с нами.	http://basketball-training.org.ua
Блок про баскетбол для начинающих	http://pro-basketball.ru

Список литературных источников

1. Анискина С.Н. Методика обучения тактике игры в баскетбол: метод, разраб. / С.Н. Анискина. - М.: ГЦОЛИФК, 1991. - 38 с.
2. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры / под общ. ред. .М.Портнова. - М., 1997. - 450 с.
3. Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Ю.Д. Железняк. - М.: Советский спорт, 2004. - 100 с.
4. Баула Н.П. Баскетбол: Тактика игры 5-6 классы / Н.П. Баула, В.И. Кучеренко. - М.: Чистые пруды, 2005. - 32 с.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса /Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 176 с.
6. Вуден Д.Р. Современный баскетбол / сокр. пер. с англ. - М.: Физкультура и спорт,1987. - 254 с.
7. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Б. Гат-мен, Т. Финнеган / пер.с англ. Т.А. Бобровой. - М.: АСТ: Астрель, 2007. - 303 с.
8. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства, 1000 баскетбольных упражнений /А.Я. Гомельский. - М.: Гранд, 1997. - 224 с.
9. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский. - М.: Гранд, 2002. - 352 с.
10. Губа В.П. Особенности отбора в баскетболе / В.П. Губа, С.Г. Фомин, СВ. Чернов.
11. - М.: Физкультура и спорт, 2006. -144 с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643084

Владелец Ефремова Наталья Владимировна

Действителен С 12.03.2025 по 12.03.2026