

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

Муниципальное образование Динской район

МАОУ МО Динской район СОШ №5 имени А.П.Компанишца

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

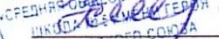
Протокол №1 от 29.08.2023

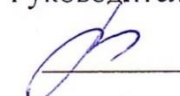
Зам.директора по УВР

Приказом № _____ от 31.08.2023

Руководитель МО

 Маницкая Е.Н.

 Устьянова Л.Н.

 Ф.И.О



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Баскетбол»**

Уровень программы : ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год(102ч)
Возрастная категория: от 11 до 18 лет
Вид программы: модифицированная

Автор составитель:
Кашаева Алина Дмитриевна
Учитель физической культуры

ст.Пластуновская,2023г

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	10
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	12
2.1. Календарный учебный график (Приложение № 1)	12
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы аттестации	12
2.4. Оценочные материалы	12
2.5. Методические материалы	13
2.6. Список литературы	14

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» соответствует физкультурно-спортивной *направленности*. Данная программа *является модифицированной*. Программа разработана на основе программы общеобразовательных учреждений под редакцией А.П. Матвеева, 2007 год. За основу взята программа «Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ» 2004года.

Данная программа предназначена для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию в МАОУ МО Динской район СОШ №5 имени А.П.Компанийца

Общеобразовательная программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающегося по данному направлению подготовки и включает в себя: рабочий учебный план, календарный учебный график, методические материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии дополнительного образования и материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

Направленность программы «Баскетбол» предусматривает прежде всего повышение уровня разносторонней физической подготовленности обучающихся, а также расширение и углубление объема баскетбольных навыков и умений; на развитие склонностей, интересов и способностей, занимающихся к социальному и профессиональному самоопределению.

Актуальность программы.

Актуальность данной программы заключается в том, что она реализует потребности, учащихся в двигательной активности, помогает сбалансировать развитие учащихся, занимающихся малоподвижными видами интеллектуальной и творческой деятельности, закладывает основы знаний и умений организации здорового образа жизни.

Кроме того, в школе сложились определенные спортивные традиции. Это ежегодные выступления сборных команд по баскетболу в соревнованиях Спартакиады школ Динского района и Краснодарского края, участие в турнирах и товарищеских встречах, проведение школьного чемпионата, в котором играют 8-10 команд. Популярность и значимость этих мероприятий велика. Для того, чтобы сохранять все эти традиции и обеспечивать достаточно высокий уровень организации и выступлений, необходимо дать возможность наиболее способным и заинтересованным учащимся развивать и совершенствовать навыки и умения, расширять опыт и знания. Все это возможно при наличии организованных занятий в системе дополнительного образования во внеурочное время. Замечено также, что учащиеся, занимающиеся в спортивных секциях, являются образцом для подражания для сверстников и верными помощниками для учителя, что улучшает учебный процесс по предмету «Физическая культура» в школе в целом.

Педагогическая целесообразность программы баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Отличительные особенности программы.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что она состоит из трех разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.

Адресат программы.

Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол, который является одним из разделов рабочей программы предмета и дисциплины «Физическая культура» и представлена как обязательный вид спорта в государственном стандарте. Кроме того, баскетбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в школе. В реализации данной программы участвуют обучающиеся в возрасте от 12 до 18 лет, набор производится по следующим параметрам: наличие способностей, базовых знаний и желание обучающихся совершенствовать свои умения и навыки в игре баскетбол. Заниматься могут обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям.

Объем программы.

Уровень программы — ознакомительный, объем — 204 часа, срок реализации программы — 1 год.

Форма обучения: очная.

Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 1,5 академических часа.

Особенности организации образовательного процесса

В группе обучаются дети одного или разного возраста, количество учащихся до 20 человек. Формы организации учебного занятия:

- **групповые теоретические и практические занятия;**

- участие в матчевых встречах;
- участие в соревнованиях;
- тестирование.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы могут использоваться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Формирование физических, психических и интеллектуальных способностей, учащихся посредством игры в баскетбол, формирование культуры здорового образа жизни, укрепления здоровья учащихся, а также выявление сильнейших спортсменов и подготовка сборных команд (юношей и девушек) школы для успешного выступления в соревнованиях различного уровня.

Задачи:

Обучающие

Образовательные

- обучение техническим приемам игры в баскетбол и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей, учащихся;
- совершенствование уровня игровой культуры на основе изучения правил игры в баскетбол и игрового опыта учащихся;
- овладение практическими навыками организации и судейства соревнований по баскетболу.

Развивающие

- формирование развития мышления на основе расширения вариативности игровых приемов и взаимодействия партнеров;
- развитие физических способностей учащихся, а также способности концентрироваться и понимать психологию других людей во время игры в баскетбол;
- развитие способности принимать решения быстро и логически точно.

Воспитательные

- формирование дисциплины, самостоятельности, ответственности и инициативности в выборе и принятии решений;
- формирование потребности в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков, воспитание трудолюбия, выдержки;
- воспитание волевые качества спортсмена.

**1.3. Содержание программы
Учебный план**

№ п\п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
	Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий)		2	-
	Передвижения и остановки без мяча		1	9
	Ловля мяча		-	2
	Передача мяча		1	6
	Ведение мяча		-	9
	Броски мяча		1	11
	Отбор мяча		1	5
	Отвлекающие приемы (финты)		1	5
	Выполнение комбинаций из основных элементов техники перемещений и владения мячом		5	35
	Подвижные игры и эстафеты			2
	Физическая подготовка			4
	Судейская практика		1	1
	Итого:	102	13	89

Содержание учебного плана

Раздел 1.

Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий) (2ч)

Инструктаж по ТБ, профилактики травматизма на занятиях по баскетболу (1ч)
Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей (1ч)

Раздел 2.

Передвижения и остановки без мяча(10ч)

Инструктаж по ТБ. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево (2ч)
Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной в перед. Скоростные рывки из различных исходных положений.(2ч)
Остановки: двумя шагами, прыжком(2ч)
Прыжки, повороты вперед, назад(2ч)
Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, повороты, рывки)(2ч)

Раздел 3.

Ловля мяча(2ч.)

Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке) (1ч)
Ловля мяча: -одной рукой на уровне груди; - одной рукой «высокого» мяча (в прыжке)(1ч)

Раздел 4.

Передача мяча (7 ч.)

Передача мяча двумя руками на месте и в движении(1ч)
Передача одной рукой от плеча(1ч)
Передача мяча двумя руками с отскоком от пола(1ч)
Передача мяча двумя руками сверху(1ч)

Передача мяча одной рукой снизу вперед(1ч)
Передача мяча одной рукой снизу назад(1ч)
Передача мяча одной рукой из-за спины(1ч)

Раздел 5.

Ведение мяча(9ч)

Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)(1ч)
Ведение мяча с изменением скорости передвижения(1ч)
Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)(1ч)
Ведение мяча в движении с переводом на другую руку(2ч)
Ведение мяча с изменением направления движения(2ч)
Ведение мяча с обводкой препятствий(2ч)

Раздел 6.

Броски мяча(12ч)

Бросок двумя руками от груди с места(2ч)
Бросок одной рукой от плеча с места(2ч)
Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения(3ч)
Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке(3ч)
Штрафной бросок(2ч)

Раздел 7.

Отбор мяча(6ч)

Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении(2ч)
Вырывание мяча из рук соперника(2ч)
Накрывание мяча при броске(2ч)

Раздел 8.

Отвлекающие приемы(финты) (6ч)

Финты без мяча(3ч)
Финты с мячом(3ч)

Раздел 9.

Выполнение комбинаций из основных элементов техники перемещений и владения мячом(40ч)

Сочетание приемов без бросков мяча в кольцо(1ч)
Сочетание приемов с броском мяча в кольцо(2ч)

Индивидуальные действия в нападении и защите(2ч)
Групповые действия в нападении и защите(2ч)
- взаимодействие двух игроков;(2ч)
- взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2X1);(2ч)
- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2X2);(2ч)
- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;(2ч)
- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3X2);(2ч)
- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);(2ч)
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);(3ч)
- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)(3ч)
Командные действия в нападении и защите:
- позиционное нападение;
- зонная защита(3ч)
Двухсторонняя учебная игра(12ч)

Раздел 10.

Подвижные игры и эстафеты (2ч)

Игра и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий(1ч)
Игры, развивающие физические способности(1ч)

Раздел 11.

Физическая подготовка (4ч)

Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способности, гибкости(4ч)
--

Раздел 12.

Судейская практика (2ч)

Судейство игры в баскетбол(2ч)

Планируемые результаты реализации программы

Предметные результаты

Обучающиеся должны:

Знать:

- историю развития баскетбола и воздействие этого вида спорта на организм человека;
- значение здорового образа жизни;
- правила техники безопасности при занятиях данным видом спорта;
- правила игры;
- терминологию игры и жесты судьи;
- технику изученных приёмов и тактику, индивидуальных и коллективных действий;

Уметь:

- правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в баскетболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- применять в игре изученные тактические действия и приёмы;
- соблюдать правила игры;
- владеть индивидуальными навыками владения мячом;
- применять основные приемы игры в баскетбол (перемещение, ведение мяча, передачи обманные движения, броски в кольцо различными способами);
- ориентироваться в действиях с партнерами и соперниками;
- выполнять броски по кольцу различными способами;
- осуществлять соревновательную деятельность.

Метапредметные результаты:

1. Регулятивные УУД.

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному педагогом плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с педагогом и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД.

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график (Приложение № 1)

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал .
- Уличная баскетбольная площадка.
- Стойки для обводки-15 шт
- Гимнастические маты- 6 шт.
- Баскетбольные мячи- 30 штук.
- Набивные мячи -12 штук.
- Гимнастические скамейки.-4шт
- Секундомеры.
- Спортивные коврики
- Свистки.
- Компьютер с выходом в Интернет, программное обеспечение, экран, проектор, компакт-диски с учебным материалом.
- Скакалки- 20шт

2. Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования, учитель физкультуры

2.3. Формы аттестации

- Результаты участия в соревнованиях и турнирах:
- турнир по баскетболу среди школ ст.Пластуновской;
- Беседы, просмотр и обсуждение игр разного уровня, самостоятельное изучение правил игры
- Контрольные упражнения и тесты по ОФП и СФП.
- Контрольные упражнения по ТТП.

2.4. Оценочные материалы

Приложение №2 «Нормативные требования по общей и специальной физической подготовке», «Нормативные требования по технической подготовке»

Приложение №3 «Протокол выполнения контрольных упражнений по физической подготовке»
 Приложение №4 «Протокол выполнения контрольных упражнений по технической подготовке»
 Приложение №5 «Итоговая индивидуальная карта контроля, обучающегося»

2.5. Методические материалы

№ пп	Компоненты учебно-методического комплекса	Преподаватель	Учащийся
1	Нормативно-правовой блок		
1.1	Федеральный закон об образовании от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»	*	
1.2	Приказ от 29.08. 2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».	*	
1.3	Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры. Баскетбол»	*	
1.4	Приказ директора «Об открытии спортивного клуба».	*	
1.5	Положение «О школьном спортивном клубе на базе МАОУ МО Динской район СОШ №5 имени А.П.Компанийца».	*	*
1.6	План работы ШСК «Старт».	*	*
1.7	Положения о проведении соревнований <ul style="list-style-type: none"> • внутри школьные • районные • городские • всероссийские 	*	*
1.8	Инструкции по ТБ, памятки <ul style="list-style-type: none"> • инструкция по противопожарной безопасности • инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм • инструкция по охране труда при проведении соревнований • инструкция по охране труда при занятиях в тренажёрном зале • памятка по правилам поведения в спортивном зале и раздевалках 	*	*
2	Блок методико-прикладных средств		
2.1	Планы-конспекты учебно-тренировочных занятий	*	*
2.2	Комплексы динамически активных упражнений для разминки	*	*
3	Средства обучения		
3.1	Таблицы с нормативами по физической и технико-тактической подготовке	*	*
3.2	Видеоматериалы по технической и тактической подготовке	*	*
4	Блок контроля результативности		
4.1	Вводный (выявление первоначальных представлений, тесты по ОФП)	*	*

4.2	Текущий контроль (тесты по ОФП и СФП, ТПП), учебные игры	*	*
4.3	Итоговый контроль (тесты по ОФП, СФП и ТПП), участие в соревнованиях	*	*

2.6. Список литературы

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004г.
2. Программа общеобразовательных учреждений «физическая культура» 5-11 кл.-М. Просвещение, 2007
3. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 1997г.
4. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1972.
5. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.
6. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2010г.
7. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 1973
8. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 1967.
9. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 1970.
10. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999.
11. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1971, 1972.
12. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002г
13. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1981, 1985.

Приложение № 1

Календарный учебный график

№ п/п	Дата		Тема занятия	кол-во часов	фор ма заня тия	место проведен ия	фор ма конт роля	Приложение
	плани-руемая	факти-ческая						
I	Основы знаний (в процессе учебно-тренировочных занятий)			2				
1.	05.09		Инструктаж по ТБ, профилактики травматизма на занятиях по баскетболу	1	груп повая	МАОУ СОШ№5	набл юден ие	
2.	05.09 07.09		Терминология в баскетболе. Техника выполнения игровых приемов. Тактические действия в баскетболе. Правила соревнований по баскетболу. Жесты судей	1	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
II	Передвижения и остановки без мяча			10				
3.	07.09 12.09		Инструктаж по ТБ. Стойка игрока. Перемещение в защитной стойке: вперед, назад, вправо, влево	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5	..	
4.	12.09 14.09		Бег: лицом вперед, приставными шагами в стороны, вперед и назад, спиной в перед. Скоростные рывки из различных исходных положений.	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
5.	19.09 21.09		Остановки: двумя шагами, прыжком	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
6.	21.09 26.09		Прыжки, повороты вперед, назад	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
III	Ловля мяча			2				

7.	26.09 28.09		Ловля мяча: - двумя руками на уровне груди; - двумя руками «высокого» мяча (в прыжке)	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
8.	28.09		Ловля мяча: - одной рукой на уровне груди; - одной рукой «высокого» мяча (в прыжке)	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
IV	Передача мяча			7				
9.	03.10		Передача мяча двумя руками на месте и в движении	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
10.	03.10 05.10		Передача одной рукой от плеча	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
11.	05.10		Передача мяча двумя руками с отскоком от пола	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
12.	10.10		Передача мяча двумя руками сверху	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
13.	10.10 12.10		Передача мяча одной рукой снизу вперед	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
14.	12.10		Передача мяча одной рукой снизу назад	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
15.	17.10		Передача мяча одной рукой из-за спины	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
V	Ведение мяча			9				
16.	17.10 19.10		Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком (на месте и в движении)	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
17.	19.10		Ведение мяча с изменением скорости передвижения	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
18.	24.10		Ведение мяча с изменением высоты отскока (на месте и в движении)	1	Групповая	МАОУ СОШ№5		
19.	24.10 26.10		Ведение мяча в движении с переводом на другую руку	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
20.	07.11 09.11		Ведение мяча с изменением направления движения	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		

21.	09.11 14.11		Ведение мяча с обводкой препятствий	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
VI	Броски мяча			12				
22.	14.11 16.11		Бросок двумя руками от груди с места	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
23.	21.11 23.11		Бросок одной рукой от плеча с места	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
24.	23.11 28.11 30.11		Бросок одной рукой от плеча в движении после ведения	3	Групповая	МАОУ СОШ№5		
25.	30.11 05.12 07.12		Бросок в кольцо одной рукой сверху в прыжке	3	Групповая	МАОУ СОШ№5		
26.	07.12 12.12		Штрафной бросок	2	Групповая	МБОУ СОШ№5		
VII	Отбор мяча			6				
27.	12.12 14.12		Выбивание мяча из рук соперника, выбивание мяча при ведении	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
28.	19.12 21.12		Вырывание мяча из рук соперника	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
29.	21.12 26.12		Накрывание мяча при броске	2	Групповая	МАОУ СОШ№5		
VIII	Отвлекающие приемы (финты)			6				
30.	26.12 28.12 09.01		Финты без мяча	3	Групповая	МАОУ СОШ№5		
31.	09.01 11.01 16.01		Финты с мячом	3	Групповая	МАОУ СОШ№5		
IX	Выполнение комбинаций из основных элементов техники перемещений и владения мячом			40				
32.	16.01		Сочетание приемов без бросков	1	Групповая	МАОУ		

			мяча в кольцо		повая	СОШ№5		
33.	18.01 23.01		Сочетание приемов с броском мяча в кольцо	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
34.	23.01 25.01		Индивидуальные действия в нападении и защите	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
35.	25.01 30.01		Групповые действия в нападении и защите	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
36.	30.01 01.02		- взаимодействие двух игроков;	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
37.	06.02 08.02		- взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2Х1);	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
38.	08.02 13.02		- взаимодействие двух нападающих против двух защитников (2Х2);	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
39.	13.02 15.02		- взаимодействие двух игроков в нападении через «заслон»;	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
40.	15.02 20.02		- взаимодействие трех нападающих против двух защитников (3Х2);	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
41.	22.02 27.02		- взаимодействие в нападении с участием двух игроков («передай мяч и выйди на свободное место»);	2	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
42.	27.02 29.02 05.03		- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («тройка»);	3	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
43.	05.03 07.03 12.03		- взаимодействие в нападении с участием трех игроков («малая восьмерка»)	3	Груп повая	МАОУ СОШ№5		
44.	12.03 14.03 19.03		Командные действия в нападении и защите: - позиционное нападение; - зонная защита	3	Груп повая	МАОУ СОШ№5		

45.	19.03 21.03 02.04 04.04 09.04 11.04 16.04 18.04 23.04		Двухсторонняя учебная игра	12	Групповая	МАОУ СОШ№5			
X	Подвижные игры и эстафеты			2					
46.	23.04 25.04		Игра и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	Групповая	МАОУ СОШ№5			
47.	25.04		Игры, развивающие физические способности	1	Групповая	МАОУ СОШ№5			
XI	Физическая подготовка			4					
48.	07.05 14.05 16.05		Развитие скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных способности, гибкости	4	Групповая	МАОУ СОШ№5			
XII	Судейская практика			2					
49.	16.05 21.05		Судейство игры в баскетбол	2	Групповая	МАОУ СОШ№5			
Итого:				102					
СОГЛАСОВАНО					СОГЛАСОВАНО				
Протокол заседания ШМО учителей физической культуры №1 от 31 августа 2023 года _____ /					Заместитель директора по ВР _____ Слюсаренко В.А. 31.08.2023года				

Нормативные требования по общей и специальной физической подготовке

Год обучения группы	Прыжок в длину с места (см)		Высота подскока (см) (по Абалакову)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (1 год) 600 м (2.3 и 4 год)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	Девочки
1-й год	175	170	30	25	4,0	4,2	5 п	5 п	1.07	1.10
2-й год	185	180	38	30	3,8	4,0	5 п и 6м	5 п и 3м	1,45	1,55
3-й год	200	185	41	35	3,5	3,8	6 п	5 п и 6м	1,35	1,50
4-й год	220	190	45	38	3,3	3,5	6.5 п	6 п	1,32	1,45

Нормативные требования по технической подготовке

Год обучения группы	Передвижения в защитной стойке (с)		Скоростное ведение (с, попадания)		Передачи мяча (с, попадания)		Дистанционные броски (% попаданий)		Штрафные броски (% попаданий)	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1-й год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,5	30	30	20	20
2-й год	9,0	9,5	14,2	14,7	13,8	14,3	40	40	30	30
3-й год	8,5	8,8	14,0	14,5	13,5	14,1	50	50	40	40
4-й год	8,3	8,5	13,6	14,2	13,2	13,8	55	55	50	50

Педагог дополнительного образования _____

Приложение №5

Итоговая индивидуальная карта контроля обучающегося

Фамилия, Имя _____

Год обучения _____

Контрольные упражнения	Норматив	Этапы контроля		
		начальный	текущий	итоговый
Физическая и специальная физическая подготовка				
Прыжок в длину с места (см)				
Высота подскока (см)				
Бег 20 м (сек)				
Бег 40 сек (м)				
Бег 300, 600 метров				
Тактическая подготовка				
Передвижения в защитной стойке (сек)				
Скоростное ведение (с, попадания)				
Передачи мяча (сек, попадания)				
Дистанционные броски (% попаданий)				
Штрафные броски (% попаданий)				

Педагог дополнительного образования _____

Итоговая индивидуальная карта контроля обучающегося

Фамилия, Имя _____

Год обучения _____

Контрольные упражнения	Норматив	Этапы контроля		
		начальный	текущий	итоговый
Физическая и специальная физическая подготовка				
Прыжок в длину с места (см)				
Высота подскока (см)				
Бег 20 м (сек)				
Бег 40 сек (м)				
Бег 300, 600 метров				
Тактическая подготовка				
Передвижения в защитной стойке (сек)				
Скоростное ведение (с, попадания)				
Передачи мяча (сек, попадания)				
Дистанционные броски (% попаданий)				
Штрафные броски (% попаданий)				

Педагог дополнительного образования _____