

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9
с углубленным изучением отдельных предметов»**

Рассмотрена на заседании кафедры трудового, физического, эстетического образования и воспитания Протокол №1 от 29.08.25 г. Заведующий кафедрой Тунгусова Н.А.	Согласована с заместителем директора по УВР Баклановой Л.В.	Утверждена приказом директора школы Ключко О.М. №138-О от 17.09.25 г.
---	--	--

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Савченко Вячеслав Васильевич,
учитель физической культуры МАОУ СОШ №9

Пояснительная записка

В системе физического воспитания школьников одним из направлений является внеклассная работа. Основу ее составляет организация работы школьной спортивной секции. Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся общеобразовательного учреждения с использованием способов двигательной деятельности из раздела «Баскетбол».

Баскетбол - один из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении. Кроме того, спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Актуальность программы в приобщении ребенка к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Педагогическая целесообразность применения данной программы по баскетболу в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. И, что ещё очень важно, что мяч является постоянным источником положительных эмоций и может стать надежным другом человека на всю жизнь. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их школьники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма

Цели и задачи программы:

Цели:

1. Обеспечить учащихся знаниями о специальных приемах и действиях баскетболистов.
2. Содействовать укреплению здоровья детей.
3. Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся.

Задачи:

1. расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «баскетбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни;
2. совершенствование функциональных возможностей организма;
3. формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия;
4. обучение основным элементам игры в баскетбол.

Универсальные учебные действия.

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 учителем 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 учителем 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.

4. Личностные УУД.

Выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

Выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности;

Выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Содержание программы

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической и тактической.

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа. 144 часа в год.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 15-ти минутных бесед в процессе практических занятий, а также в форме отдельного занятия.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной программы (Матвеев А.П., 2005). При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки.

Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Кроме того, в программе представлены контрольные тесты для занимающихся по физической и технической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени. Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям, представленным в методическом пособии В.Т. Чичикина, П.В. Игнатьева «Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении» (НГЦ, Н. Новгород, 2005). Тестирование уровня физической

подготовленности занимающихся проводится по региональным тестам в начале и в конце учебного года с их последующим анализом и представлением занимающимся.

Содержательное обеспечение разделов программы.

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу. 10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка
 - 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
 - 1.2. Подвижные игры.
 - 1.3. Эстафеты.
 - 1.4. Полосы препятствий. 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).
2. Специальная физическая подготовка
 - 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
 - 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча
 - 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
 - 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.
 - 1.3. Передвижение правым – левым боком.
 - 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
 - 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
 - 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
 - 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
 - 1.8. Повороты на месте.
 - 1.9. Повороты в движении.
 - 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
 - 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.
2. Ловля и передача мяча
 - 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
 - 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
 - 2.3. Двумя руками от груди в движении.
 - 2.4. Передача одной рукой от плеча.
 - 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
 - 2.6. То же после ведения мяча.
 - 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
 - 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.

- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.
3. Ведение мяча
 - 3.1. На месте.
 - 3.2. В движении шагом.
 - 3.3. В движении бегом.
 - 3.4. То же с изменением направления и скорости.
 - 3.5. То же с изменением высоты отскока.
 - 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
 - 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
 - 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.
4. Броски мяча
 - 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
 - 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
 - 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
 - 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
 - 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
 - 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
 - 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
 - 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
 - 4.9. В прыжке одной рукой с места.
 - 4.10. Штрафной.
 - 4.11. Двумя руками снизу в движении.
 - 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
 - 4.13. В прыжке со средней дистанции.
 - 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
 - 4.15. Вырывание мяча.
 - 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.
7. Командные действия в нападении.
8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Тематический план занятий

№ п/п	Содержание занятий	Количество		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Развитие баскетбола в России	1	1	0
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	0
3.	Общая и специальная физическая подготовка	50	2	48

4.	Основы техники и тактики игры	84	4	80
5.	Контрольные игры и соревнования	6	1	5
6.	Тестирование	2	1	1
Итого:		144	10	134

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятий	Тема занятий
1	Инструктаж ТБ. Развитие баскетбола в России и за рубежом. <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
2	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях. <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i> Учебная игра
3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
4	Закрепление передач двумя руками над головой <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
5	Закрепление техники передач двумя руками в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
6	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
7	Закрепление техники броска после ведения мяча. <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
8	Закрепление техники поворотов в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
9	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
10	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
11	Закрепление техники броскам в прыжке с места <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
12	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
13	Закрепление техники <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
14	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
15	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
16	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
17	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
18	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
19	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>

20	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
21	Учет по технической подготовке
22	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
23	Закрепление техники ведения и передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
24	Закрепление техники ведения и передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
25	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
26	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
27	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
28	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
29	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
30	Закрепление техники выбивания мяча после ведения (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
31	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
32	Закрепление техники выбивания мяча после ведения (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
33	Закрепление выбивания мяча при ведении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
34	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
35	Закрепление передач одной рукой с поворотом (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
36	Прием нормативов по технической подготовке (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
37	Закрепление передач в движении в парах (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
38	Закрепление передач в тройках в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
39	Закрепление передач в тройках в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
40	Закрепление через центрального, заслоны. (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
41	Закрепление передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
42	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
43	Закрепление техники передач мяча (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
44	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
45	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
46	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
47	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной

	площадки (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
48	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
49	Закрепление через центрального, заслоны. (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
50	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
51	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
52	Прием нормативов по технической подготовке
53	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
54	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
55	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
56	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
57	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
58	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
59	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
60	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
61	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
62	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
63	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
64	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом под щит, (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
65	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
66	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
67	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
68	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
69	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
70	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).

71	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
72	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
73	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
74	Закрепление пройденного материала (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
75	Закрепление пройденного материала (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
76	Закрепление техники ведения на максимальной скорости (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
77	Закрепление техники ведения на максимальной скорости (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
78	Прием нормативов по технической и специальной подготовки
79	Прием нормативов по технической и специальной подготовки
80	Закрепление техники добивания мяча в корзину (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
81	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
82	Закрепление техники бросков и передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
83	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
84	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
85	Закрепление бросков в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
86	Прием нормативов по технической и специальной подготовке
87	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
88	Совершенствование в технических приемах передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
89	Совершенствование в технических приемах передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
90	Совершенствование в технических приемах (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
91	Прием нормативов по технической подготовке
92	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
93	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
94	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
95	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
96	Закрепление быстрого прорыва, заслона центральным игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).

97	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
98	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
99	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
100	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
101	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
102	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
103	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
104	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
105	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
106	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
107	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
108	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
109	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
110	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
111	Закрепление пройденного материала (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
112	Закрепление пройденного материала (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
113	Закрепление техники ведения на максимальной скорости (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
114	Закрепление техники ведения на максимальной скорости (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
115	Прием нормативов по технической и специальной подготовки
116	Закрепление техники добивания мяча в корзину (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
117	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
118	Закрепление техники бросков и передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
119	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
120	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).

121	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
122	Закрепление бросков в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
123	Прием нормативов по технической и специальной подготовке
124	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
125	Совершенствование в технических приемах (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
126	Совершенствование в технических приемах (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
127	Совершенствование в технических приемах (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
128	Закрепление техники и тактики в игре, бросков (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
129	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
130-134	Закрепление техники добивания мяча в корзину (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
135-140	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).
140-144	Закрепление техники бросков и передач в движении (возможно обучение с использованием электронных ресурсов).

Требования к учащимся после прохождения учебного материала

После прохождения учебного материала учащийся должен

знать:

- характеристику современных форм построения занятий по баскетболу;
- использование ОРУ в решении задач физического развития здоровья;
- возрастные особенности ведущих психических процессов (внимания, памяти, мышления);
- возрастные особенности развития основных физических качеств.

уметь:

- быстро и ловко передвигаться по площадке (в нападении - уметь правильно “открываться”, в защите - уметь правильно “закрывать” защитника);
- свободно ловить и передавать мяч различными способами и на различные расстояния; мяч правой и левой рукой;
- вести мяч правой и левой рукой;
- выполнять броски мяча с близкого расстояния;
- осуществить контроль функционального состояния организма при выполнении физических упражнений;
- определить уровень достижений оздоровительного эффекта и физического совершенства.

демонстрировать:

- изученные элементы баскетбола в двусторонней учебной игре;
- взаимодействия с командой в двусторонней учебной игре;
- развитие физических способностей по социальным тестам средствами баскетбола и региональным тестам физической подготовленности;
- возрастную динамику физической подготовленности;
- оценку показателей физического развития.

Материально- техническое обеспечение:

1. Помещение спортзала (баскетбольная площадка);
2. Баскетбольные мячи – 20 шт;
3. Баскетбольный щит – 4 шт;
4. Набивные мячи – 10 шт;
5. Скакалки – 20 шт;
6. Стойки – 6 шт;

Литература

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4:
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакуют чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, N3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968. 5.Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983 г.
7. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
8. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2003 г.
9. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.

Документы, регламентирующие деятельность в сфере дополнительного образования детей

1. Нормативные документы в дополнительном образовании детей

Федеральный уровень

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
4. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018 – 2027 годы».
6. Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Требования к организации образовательного процесса, таблица 6.6).
8. Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».
10. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».
11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
12. Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).
13. Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16; протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3).
14. Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
15. Приказ Минпросвещения России от 02 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».
16. Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
17. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Документ вступает в силу с 01 марта 2023 г. и отменяет Приказ № 196).
18. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
19. Письмо Минпросвещения России от 07 апреля 2021 г. № 06-433 «О направлении методических

рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации стратегии развития воспитания на уровне субъекта Российской Федерации до 2025 года).

20. Письмо Минобрнауки России от 18 августа 2017 г. № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

21. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

22. Приказ Минобрнауки России от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

23. Особый ребенок. Методические рекомендации по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья. – СПб: ГБНОУ «СПБ ГДТЮ», 2019.

24. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации, утверждённая распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года №678-р.

Региональный уровень

1. Закон Тюменской области от 18 февраля 2016 г. №2 «О поддержке социально ориентированных некоммерческих организаций в Тюменской области».

2. Постановление Тюменской областной Думы от 14 сентября 2021 г. № 3203 «Об информации Правительства Тюменской области о реализации Закона Тюменской области «О поддержке социально ориентированных некоммерческих организаций в Тюменской области».

3. Постановление Правительства Тюменской области от 3 декабря 2018 г. № 454-п «Об утверждении государственной программы Тюменской области «Развитие физической культуры, спорта и дополнительного образования» и признании утратившими силу некоторых нормативных правовых актов».

4. Постановление Правительства Тюменской области от 7 июля 2017 г. № 300-п «О деятельности модельного центра дополнительного образования детей в Тюменской области».

5. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом Совета по реализации национальных проектов в Тюменской области.

6. Паспорт регионального проекта «Социальная активность», утвержденный протоколом Совета по реализации национальных проектов в Тюменской области.

7. Паспорт регионального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» (Тюменская область).

8. Комплекс мер («дорожная карта») по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей в Тюменской области, утвержденный Протоколом заседания межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития дополнительного образования детей в Тюменской области от 27 ноября 2020 г. №2.