

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

<p align="center">Рассмотрена на заседании кафедры воспитания Протокол №1 от 29.08.24 г.</p> <p align="center"></p> <hr/> <p align="center">С.Н.Саитбаталова</p>	<p align="center">Согласована с заместителем директора по УВР</p> <p align="center"></p> <hr/> <p align="center">Л.В.Бакланова</p>	<p align="center">Утверждена приказом директора школы Ключко О.М. №136-О от 16.09.24 г.</p>
---	---	---

**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
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>10</b>	<b>134</b>

#### 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 поворотам 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 <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
21	Учет по технической подготовке
22	Закрепление техники передач и бросков в движении; опеки игрока без мяча <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
23	Закрепление техники ведения и передач в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
24	Закрепление техники ведения и передач в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
25	Закрепление техники передач одной рукой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
26	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
27	Закрепление техники отвлекающих действий на передачу с последующим проходом <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
28	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
29	Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
30	Закрепление техники выбивания мяча после ведения <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
31	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника <i>(возможно</i>

	<i>обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
32	Закрепление техники выбивания мяча после ведения ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
33	Закрепление выбивания мяча при ведении ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
34	Закрепление техники атаки двух нападающих против одного защитника ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
35	Закрепление передач одной рукой с поворотом ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
36	Прием нормативов по технической подготовке ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
37	Закрепление передач в движении в парах ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
38	Закрепление передач в тройках в движении ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
39	Закрепление передач в тройках в движении ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
40	Закрепление через центрального, заслоны. ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
41	Закрепление передач в движении ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
42	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
43	Закрепление техники передач мяча ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
44	Закрепление техники передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
45	Закрепление техники передач в движении, нападение через центрального игрока ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
46	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
47	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
48	Закрепление техники нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
49	Закрепление через центрального, заслоны. ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
50	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
51	Закрепление техники передач. Разучивание нападения «тройкой» ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
52	Прием нормативов по технической подготовке
53	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
54	Закрепление техники и тактики в игре, бросков ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
55	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
56	Закрепление техники и тактики в игре, бросков ( <i>возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>

57	Закрепление техники и тактики в игре, бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
58	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
59	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
60	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
61	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
62	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
63	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
64	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом под щит, <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
65	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
66	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
67	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
68	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
69	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
70	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
71	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
72	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
73	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
74	Закрепление пройденного материала <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
75	Закрепление пройденного материала <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
76	Закрепление техники ведения на максимальной скорости <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
77	Закрепление техники ведения на максимальной скорости <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
78	Прием нормативов по технической и специальной подготовки
79	Прием нормативов по технической и специальной подготовки

80	Закрепление техники добивания мяча в корзину <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
81	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
82	Закрепление техники бросков и передач в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
83	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
84	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
85	Закрепление бросков в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
86	Прием нормативов по технической и специальной подготовке
87	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
88	Совершенствование в технических приемах передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
89	Совершенствование в технических приемах передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
90	Совершенствование в технических приемах <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
91	Прием нормативов по технической подготовке
92	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
93	Закрепление комбинаций при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
94	Закрепление техники и тактики в игре, бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
95	Закрепление техники и тактики в игре, бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
96	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
97	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
98	Закрепление техники плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального, техника <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
99	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
100	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
101	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
102	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов)</i> .
103	Закрепление быстрого прорыва, заслона центровым игроком, техника игры

	<i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
104	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
105	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
106	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
107	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
108	Закрепление техники высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
109	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
110	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
111	Закрепление пройденного материала <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
112	Закрепление пройденного материала <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
113	Закрепление техники ведения на максимальной скорости <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
114	Закрепление техники ведения на максимальной скорости <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
115	Прием нормативов по технической и специальной подготовки
116	Закрепление техники добивания мяча в корзину <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
117	Закрепление техники передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
118	Закрепление техники бросков и передач в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
119	Закрепление ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
120	Закрепление передач на максимальной скорости, нападение двумя центрами <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
121	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
122	Закрепление бросков в движении <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
123	Прием нормативов по технической и специальной подготовке
124	Закрепление пройденного материала по технической и тактической подготовки <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
125	Совершенствование в технических приемах <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
126	Совершенствование в технических приемах <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
127	Совершенствование в технических приемах <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>
128	Закрепление техники и тактики в игре, бросков <i>(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).</i>

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. Атакует 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.

### **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.