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 28.08.26 г. Заведующий кафедрой Тунгусова Н.А.	Согласована с заместителем директора по УВР Баклановой Л.В.	Утверждена приказом директора школы Ключко О.М. №164-О от 14.09.26 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год
Составитель: Савченко Вячеслав Васильевич,
учитель физической культуры МАОУ СОШ №9

г.Тобольск

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 приходиться 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 пространных, 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. *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
2	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях. *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*Учебная игра
3	Закрепление техники передачи одной рукой от плеча *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
4	Закрепление передач двумя руками над головой *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
5	Закрепление техники передач двумя руками в движении *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
6	Закрепление техники перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
7	Закрепление техники броска после ведения мяча. *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
8	Закрепление техники поворотам в движении *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
9	Закрепление техники ловли мяча, отскочившего от щита *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
10	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
11	Закрепление техники броскам в прыжке с места *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
12	Закрепление техники броскам в движении после ловли мяча *(возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
13	Закрепление техники (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
14	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
15	Закрепление техники передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
16	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
17	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
18	Закрепление техники передач на месте и в движении, бросков в прыжке после ведения мяча (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
19	Закрепление техники отвлекающих действий на бросок (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*

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 центрового, 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
46	Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
47	Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной

	площадки (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
48	Закрепление техники нападения через центрового, входящего в область штрафной площадки (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
49	Закрепление через центрового, 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
63	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
66	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
69	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита передачи через центрового 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов)*.
89	Совершенствование в технических приемах передачи через центрового 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 центровым 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 центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
101	Закрепление техники отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрового игрока (*возможно обучение с использованием электронных ресурсов).*
102	Закрепление техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрового 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 центрового 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. 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.
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.