

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Белоярского района
«Средняя общеобразовательная школа с. Казым»

Принято
на заседании экспертного
совета школы
Протокол № 5 от 31.августа 2023г.

Утверждено
директор СОШ с. Казым
С.М.В. Чаренцева
Приказ от 31 августа 2023г. № 455



Дополнительная общеразвивающая программа
Физкультурно – спортивной направленности
Баскетбол
(название программы)
на 2023-2024 учебный год

Возраст обучающихся 11-17 лет
Срок реализации программы 3 года
Количество часов в неделю 2 Всего учебных недель 35
Общее количество часов по программе 70
Разработчик программы, должность Филиппова Г.Ф., учитель

с. Казым, 2023 г

Содержание.

1. Пояснительная записка.....	3
2. Планируемые результаты.....	5
3. Учебно-тематический план.....	6
4. Содержание программы.....	7
5. Календарный учебный график.....	8
6. Методическое обеспечение программы.....	16
7. Список литературы.....	20

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Баскетбол» предназначена для реализации в 2023/2024

учебном году и разработана на основе:

Дополнительной общеразвивающей программы спортивно-оздоровительной направленности разработана в соответствии с приказом Министерства Просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196 и принятием ФЗ от 8 июня 2020 г. № 165-ФЗ и в соответствии с подпунктом 4.2.5. пункта 4 Положения о Министерстве Просвещения РФ, утверждённого постановлением Правительства РФ от 28 июля 2018 г. № 884 (Собрание законодательства РФ, 2018, № 42, ст.5343, 2020, № 29, ст. 4664) с учётом

- Конституции Российской Федерации (с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» (в соответствии с требованиями статьи 12);

- Концепции развития дополнительного образования детей // распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

- Устава Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Белоярского района «Средняя общеобразовательная школа с. Казым».

Программа предназначена для обучающихся основной школы, направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовки.

Содержание программы нацелено на формирование и потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, занимающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, умственная нагрузка компенсируется у них физической. приобретают привычку заниматься физическим трудом . Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное расширение области теоретических знаний и практических умений и навыков обучающихся.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

кружка «Баскетбол» в том, что она направлена не только на получение детьми

образовательных знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает организацию

содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в

активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и

охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя

посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах

возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Количество учащихся в объединении 22 человека.

Возрастные категории 12-17 лет.

Продолжительность учебных занятий 40 минут.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. В основе формирования способности к оформительской деятельности лежат два главных вида деятельности занимающихся: это творческая практика и изучение теории. Ценность необходимых для творчества знаний определяется, прежде всего, их системностью.

Отличительной особенностью программы является ориентирование на получение базового систематизированного образование, основанного на преимущественном изучении и приобретении определённых знаний по истории и теории, а также основополагающие практические умения и навыки в данной сфере. Последние в дальнейшем станут хорошей основой для продолжения занятий в тех видах деятельности, которые окажутся наиболее привлекательными для конкретного ребёнка и будут выбраны им для дальнейших углублённых занятий.

Практические знания способствуют развитию у занимающихся творческих способностей, умение воплощать свои умения в практику. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде). заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Дети 12-17 лет способны на эмоционально-образном уровне выполнять предлагаемые задания. Ведущей формой реализации дополнительной образовательной программы является участие в соревнованиях на школьном и муниципальном уровне.

Программа рассчитана на 70 часов в год. Периодичность занятий 2 часа в неделю.

Набор в кружок свободный. Состав группы постоянный. Количество – 22 человека.

В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Цель:

создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья обучающихся

посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом,

формирование навыков здорового образа жизни, выявление и поддержка талантливых и

одаренных детей.

Задачи:

Образовательные:

- Продолжить знакомство с баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Воспитательные:

- Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.
- Расширять спортивный кругозор детей.
- Воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Планируемые результаты

Обучающиеся должны **знать**:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Обучающиеся должны **уметь**:

- характеризовать особенности организации и проведения индивидуальных занятий ,
- определять дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.
- играть в баскетбол по правилам
- овладеют техникой передвижения
- овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча

- смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту
- смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту
- овладеют основами тактики игры в нападении: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча, атака корзины, «передай мяч и выходи»
- овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке
- успешная сдача контрольных нормативов по ОФП, и технической подготовке.
- участие занимающихся в районных соревнованиях;

Система формы контроля уровня достижений обучающихся.

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в межшкольных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Контрольные испытания проводятся по разделам:

Техническая подготовка

Индивидуальные действия; выбор места для выполнения:

1. Двумя руками от груди, стоя на месте. (выполняют в парах)
2. Двумя руками от груди с шагом вперед. (выполняют в парах)
3. Двумя руками от груди в движении. (выполняют в парах)

2. 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.

Учитывается количество правильно выполненных заданий.

3. Броски мяча.

1. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.(10 попыток-6 попаданий)
2. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
3. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
4. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
5. В прыжке одной рукой с места.
6. Штрафной. (10 попыток-7 попаданий любым способом)
5. Трех очковый. (10 попыток-5 попаданий)
6. Вырывание мяча.
7. Выбивание мяча.

Учитывается количество правильно выполненных заданий.

Тактическая подготовка

Групповые действия;

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.(в парах)
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом. .(в парах)
3. Перехват мяча.
- 4 Быстрый прорыв
5. Командные действия в защите.
6. Командные действия в нападении.
7. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.
Учитывается количество правильно выполненных заданий.

«Физическая подготовка»:

1. бег 30 м;
2. бег с изменением направления (5-6 м),
3. прыжок в длину с места;
4. метание набивного мяча из-за головы двумя руками;
5. прыжок в длину с места, отталкиваясь двумя ногами;
6. Подтягивание.
7. Сгибание и разгибание рук в упоре.
8. Прыжки через скакалку,

«Игровая подготовка»: мини-баскетбол; баскетбол.

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. Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований.

Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов (всего)	Теоретич. часы	Практич. часы	Форма аттестации/ контроля
1.	Т.Б.на занятиях. Правила игры в «Баскетбол».	2	1	1	тест
2.	Ведение мяча, остановки, развороты.	4	2	2	Текущий
3.	Тактика прессинга на стороне противника.	8	1	7	Текущий
4.	Специальная физическая подготовка	4		4	Текущий

5.	Броски в кольцо с места, в движении	10	1	9	Текущий
6.	Совершенствование комбинаций из освоенных элементов передвижений.	5	1	4	Текущий
7.	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.	10	1	9	Текущий
8.	Тактические действия при игре в защите и нападении.	10	1	9	Текущий
9.	Тактические действия в игре с сильным саперником.	4	1	3	Текущий
10.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	3		3	Текущий
11.	Стойка игрока , перемещения в стойке.	3	1	2	Текущий
12.	Правила игры и судейства.	7	1	6	Текущий
13.	Итого	70	11	59	

Содержание программы

№п\п	Содержание	Количество часов
1	Теория	5
2	Специальная подготовка техническая	25
3	Специальная подготовка тактическая	20
4	ОФП	16
5	Соревнования	4

Теория (5 часов) Правила техники безопасности при проведении секционных занятий
История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола. Правила игры в баскетбол.

Практика: правила соревнований по баскетболу.

Техническая подготовка (25ч)

Практика: ведение мяча. Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно. Перемещения баскетболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления. Совершенствование изученных ранее способов ловли мяча в условиях подвижных игр, эстафет, соревнований. Ведение мяча. Броски в кольцо.

Остановки баскетболиста прыжком. Передача мяча двумя руками от груди.

Передача мяча одной рукой от плеча. В движении: передача в парах 1,2 мячей, в тройках 2,3 мячей, во встречных колоннах со сменой мест. Ловля мяча после различных видов передач. Ловля одной рукой в парах на месте и в движении

Тактическая подготовка (20ч)

Практика: Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Борьба за отскок, отсекание. Личная защита (прессинг). Зонная защита

Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Физическая подготовка (16ч)

Практика: Сдача контрольных нормативов

Упражнения для развития физических способностей, скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Упражнения без предметов; для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами- со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг.)

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки в длину с разбега. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

прыжок в длину с места. Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку.

Участие в соревнованиях по баскетболу

Контрольные игры и соревнования. Организация и проведение соревнований. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Коли ч-во часов	Содержание деятельности		Форма контро ля
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	Текущ ий

1	8.09	Т.б. на уроках. Правила игры.	1	Тех. безопасности. Размеры площадок, основные ошибки.	Совершенствоват ь навыки ловли и передачи мяча, ведения, бросков по кольцу.	Текущ ий
2	8.09	Ведение мяча, остановки, развороты.	4	Стойка игрока , перемещения в стойке.	Отрабатывать приемы перемещений	Текущ ий
3	15.09	Ведение мяча, остановки, развороты		Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.	Совершенствоват ь навыки ходьбы, бега, прыжков, остановки и поворотов.	Текущ ий
4	15.09	Ведение мяча, остановки, развороты		Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.	Отрабатывать приемы ловли, передачи мяча	Текущ ий
5	22.09	Ведение мяча, остановки, развороты		Ловля мяча, переводы, финты.	Совершенствоват ь навыки передачи мяча двумя руками от груди	Текущ ий
6	22.09	Тактические действия при игре в защите и нападении.	12	Стойка игрока , перемещения в стойке.	Отрабатывать приемы передачи мяча	Текущ ий
7	29.09	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Стойка игрока , перемещения в стойке.	Отрабатывать приемы передачи мяча	Текущ ий
8	29.09	Тактические действия в игре с сильным соперником.		Специальная физическая подготовка.	Совершенствоват ь приемы передачи мяча	Текущ ий
9	6.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Стойка игрока , перемещения в стойке.	Совершенствоват ь приемы передачи мяча	Текущ ий

10	6.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Ускорение с изменением скорости и направления движения.	Совершенствовать приемы передачи мяча	Текущий
11	13.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Ловля высоко летящего мяча.	Совершенствовать приемы передачи мяча	Текущий
12	13.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Правила игры и судейства. Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	Отрабатывать приемы передачи мяча	Текущий
13	20.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Передача мяча сверху в парах , на месте.	Контроль умений выполнять приемы передачи мяча	Текущий
14	20.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Передача мяча сверху в парах , на месте.	Развитие навыков подвижности, ловкости. взаимовыручки	Текущий
15	27.10	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Ускорение с изменением скорости и направления движения.	Совершенствование индивидуальных способностей	Текущий
16	27.10	Тактические действия в игре с сильным саперником.		Передача мяча сверху в парах , на месте.	Отработка приемов передачи мяча разными способами	Текущий
17	10.11	Тактические действия при игре в защите и нападении.		Передача мяча сверху в парах , на месте.	Совершенствование техники ведения мяча	Текущий
18	10.11	Правила игры и судейства.	8	Стойка игрока, передача мяча сверху двумя руками, над	Совершенствовать навыки броски по кольцу	Текущий

				собой.		
19	17.11	Правила игры и судейства.		Ловля высоко летящего мяча	Совершенствовать навыки броски по кольцу	Текущий
20	17.11	Правила игры и судейства.		Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	Совершенствовать навыки броски по кольцу	Текущий
21	24.11	Правила игры и судейства.		Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	Отрабатывать навыки игры по изученным правилам	Текущий
22	24.11	Правила игры и судейства.		Стойка игрока, передача мяча сверху двумя руками, над собой,	К.у. способностей по изученным правилам	Текущий
23	1.12	Правила игры и судейства.		Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.,	Развивать гибкость, силу воли, терпение, выносливость	Текущий
24	1.12	Правила игры и судейства.		Стойка игрока, передача мяча сверху двумя руками, над собой	Совершенствовать приемы игры	Текущий
25	8.12	Правила игры и судейства.		Стойка игрока, передача мяча сверху двумя руками, над собой.	Совершенствовать приемы защиты	Текущий
26	8.12	Специальная физическая подготовка	3	Стойка игрока , перемещения в стойке.	Совершенствовать приемы перемещений	Текущий
27	15.12	Специальная физическая подготовка		Стойка игрока, передача мяча сверху двумя руками, над собой,	Развивать физические качества	Текущий
28	15.12	Специальная физическая		Стойка игрока , перемещения в	Совершенствовать	Текущий

		подготовка		стойке.	ь навыки игры	ий
29	22.12	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.	10	Ведение мяча, остановки, развороты	Совершенствовани е техники овладения мячом	Текущ ий
30	22.12	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Стойка игрока , перемещения в стойке.	Совершенствовани е техники выбивания мяча	Текущ ий
31	12.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.,	Отработка умений овладения мячом	Текущ ий
32	12.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Ловля мяча, переводы, финты.	К./у. техники игры	Текущ ий
33	19.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Ведение мяча, остановки, развороты.	Совершенствовани е физических качеств учащихся	Текущ ий
34	19.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Стойка игрока , перемещения в стойке.	Совершенствовани е физических качеств учащихся	Текущ ий
35	26.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.	Изучение теоретического материала	Текущ ий
36	26.01	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте		Ловля мяча, переводы, финты.	Отработка двигательных навыков.	Текущ ий

		и в движении.				
37	2.02	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Ведение мяча, остановки, развороты	Отрабатывать физические навыки	Текущий
38	2.02	Передача мяча одной и двумя рукам, с переводом за спиной на месте и в движении.		Подвижные игры на основе баскетбола.	Воспитание культуры исполнения правил игры	Текущий
39	9.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.	7	Передача мяча двумя руками в прыжке.	Совершенствование физических качеств учащихся	Текущий
40	9.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Отрабатывать навыки построения колоннами, обводки препятствий, построение группами	Текущий
41	16.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Совершенствование навыков перемещения (произвольное, в парах)	Текущий
42	16.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Закрепление двигательных способностей учащихся	Текущий
43	23.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Совершенствование умений и навыков.	Текущий
44	23.02	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Воспитание культуры исполнения отработанных правил	Текущий

45	2.03	Броски в кольцо с места, в движении, из под защитника.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Совершенствовать правила игры, изученные ранее	Текущий
46	2.03	Совершенствование комбинаций из освоенных элементов передвижений.	3	Передача мяча двумя руками в прыжке.	Познакомить с общими требованиями	Текущий
47	9.03	Совершенствование комбинаций из освоенных элементов передвижений.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Отрабатывать навыки игры	Текущий
48	9.03	Совершенствование комбинаций из освоенных элементов передвижений.		Передача мяча двумя руками в прыжке.	Отрабатывать навыки игры	Текущий
49	16.03	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.	5	Передача мяча сверху двумя руками, над собой,	Совершенствовать навыки игры	Текущий
50	16.03	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.		Передача мяча в парах	Отрабатывать комбинации игры	Текущий
51	23.03	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.		Передача мяча сверху двумя руками,	Совершенствовать умения стремительного нападения, позиционного нападения,	Текущий
52	23.03	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.		Передача мяча двумя руками.	Отработка противодействий атакующих	Текущий

53	6.04	Техническая подготовка. Перемещения и владение мячом.		Передача мяча двумя руками в парах	Укрепление физических способностей	Текущий
54	6.04	Общая физическая подготовка.	8	Бег 500, передача мяча в парах.	Совершенствовать правила игры	Текущий
55	13.04	Общая физическая подготовка.		Бег 1000, передача мяча в парах	Совершенствовать систему смешанной защиты	Текущий
56	13.04	Общая физическая подготовка.		Бег 1500, передача мяча в парах.	Формировать культуру игры, прививать интерес к физкультуре и спорту	Текущий
57	20.04	Общая физическая подготовка.		Бег 2000 метров, передача мяча в парах.	Совершенствовать навыки группового взаимодействия, в командных действиях	Текущий
58	20.04	Общая физическая подготовка.		Челночный бег.передача мяча в парах	Отработка навыков индивидуальных, групповых, командных взаимодействий. К./у.	Текущий
59	27.04	Общая физическая подготовка.		Упражнения на тренажёрах, передача мяча в парах	Совершенствовать навыки командных взаимодействий	Текущий
60	27.04	Общая физическая подготовка.		Броски мяча в кольцо после двух шагов.	Отрабатывать и закреплять физические способности и навыки учащихся	Текущий
61	4.05	Общая физическая подготовка.		Броски мяча в кольцо после двух	Контроль теоретических	Текущий

				шагов.	знаний учащихся	ий
62	4.05	Тактика прессинга на стороне противника.	5	Тактические действия при игре в защите и нападении.	Контроль техники выполнения тактических приемов игры	Текущий
63	11.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Тактические действия в игре с сильным саперником.	Совершенствование навыков игры	Текущий
64	11.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Броски мяча в кольцо после двух шагов.	Совершенствовать навыки игры	Текущий
65	18.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Броски мяча в кольцо после двух шагов.	Совершенствовать навыки техники и тактики игры	Текущий
66	18.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Тактические действия в игре с сильным саперником.	Совершенствовать навыки игры в баскетбол	Текущий
67	25.05	Тактика прессинга на стороне противника.	4	Тактические действия при игре в защите и нападении.	Совершенствовать навыки игры в баскетбол	Текущий
68	25.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	Совершенствовать навыки игры в баскетбол	Текущий
69	31.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	Совершенствовать навыки игры в баскетбол	Текущий
70	31.05	Тактика прессинга на стороне противника.		Броски мяча в кольцо после двух шагов.	Совершенствовать навыки игры в баскетбол	Текущий

Методическое обеспечение программы

1. Обеспечение программы различными видами методической продукции.

Большие возможности для работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий. Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом; по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся. Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Чтобы занятия были увлекательными и интересными, а работа вызывала у обучающихся чувство радости и удовлетворения, педагогу необходимо создать такие условия для проведения образовательного процесса, при которых познавательная и созидательная деятельность переплетались бы с процессом наглядности. Такая установка соответствует возрасту детей, для которых предназначена программа, помогает выявить творческие способности детей с учетом возраста и индивидуальности каждого ребенка. Поэтому важно обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку.

Наглядность в этом плане имеет особое значение. Она помогает педагогу выстроить образовательный процесс по принципу от простого к сложному; освоить материал в соответствии с индивидуальными возможностями ребенка, создав при этом каждому ситуацию успеха, ведь каждый ребенок – уникальная личность. Он обладает своим характером, темпераментом, чувствами, увлечениями. У каждого – свой ритм и темп работы.

Так как занятия проходят во второй половине дня, то «перегрузка» детей теоретическими занятиями не позволяет педагогу добиться желаемого результата. Таким образом, теоретические занятия проходят в игровой форме.

Программой предусмотрено методическое обоснование процесса организации образовательной деятельности и форм проведения занятий. Как показала практика, оптимален следующий способ построения учебного процесса: сначала педагог объясняет обучающимся тему занятия, задачи, которые они должны решить, средства и способы их выполнения.

При этом педагог может предложить детям просмотреть дидактические материалы, методические таблицы и пособия. Это создает благоприятную почву для развития познавательного интереса обучающихся и появления творческого настроения.

После изложения теоретических сведений педагог вместе с обучающимися переходит к практической деятельности. Практическая деятельность обучающихся строится от простого к сложному.

В конце занятия для закрепления полученных знаний и умений уместно провести анализ выполненной работы и разбор типичных ошибок. После подведения итогов занятия педагог может дать рекомендации обучающимся в виде домашнего задания.

Чтобы дети быстро не утомлялись и не теряли интерес к предмету, полезно вводить смену видов деятельности и чередование технических приёмов с игровыми заданиями.

Например, подвижные игры с элементами баскетбола.

Такая «подзарядка» стимулирует обучающегося на творческий настрой, рождает в каждом подростке уверенность в своих потенциальных возможностях.

2. Дидактические материалы

Дидактические материалы (таблицы, наглядные пособия, демонстрационные карточки, и др.) используются на каждом занятии, кроме практических занятий.

3. Материально-техническое обеспечение

Успешная реализация программы и достижения обучающихся во многом зависят от правильной организации рабочего места.

Спортивный зал для занятий хорошо освещен и оборудован необходимым инвентарем. Для работы имеются достаточное количество наглядного и учебного материала. Для хранения инвентаря имеются специальные стеллажи. также современные технические средства обучения (видеомагнитофон, компьютер,.).

4. Требования, предъявляемые к педагогу

Педагог должен знать основы дисциплин учебного плана фундаментальной и специальной направленности, программные и директивные документы в области физической культуры и спорта, содержание программ и учебников, организацию спортивной работы. Организаторский компонент включает умения тренера организовать успешную реализацию деятельности по выполнению мероприятий по всем основным позициям (тренировочная деятельность и участие в соревнованиях, обеспечение выполнения образовательных, воспитательных, оздоровительных задач и т.д.). Сюда входит также умение спортсменов организовать свои действия по реализации запланированных мероприятий. Коммуникативный компонент предполагает наличие у тренера умений устанавливать отношения с обучающимися, родителями. Взаимопонимание обучающихся способствует более эффективной тренировочной и соревновательной деятельности, установлению благоприятного микроклимата в коллективе. Педагог должен быть своеобразным режиссером проводимых им занятий. Поэтому в нем важно все: и его внешний облик, и его жесты, и мимика, и манера разговора. От педагога зависит настрой занимающихся, их желание работать. Педагог, умеющий перевоплощаться, создавать на занятиях определенное настроение, владеющий различными игровыми приемами, может превратить учебный процесс в творческую мастерскую, где каждый ребёнок, независимо от своих способностей, почувствует себя спортсменом.

5. Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.)

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий,

- установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.
- 1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.6. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.7. О каждом несчастном случае с обучающимся руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.
- 1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- 1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и , при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

Список литературы

Для учителя:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2014г.
2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2017г.
3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2014, 2015.
4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2014г.
5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2018г.
6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2014
7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 2016.
8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2016.
9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 2014.
10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., 2015.
11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара.2018г

Для обучающихся:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 20014г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ.2015г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2016г.

Для родителей:

1. Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С., Луткова Н.В., Минина Л.Н.. Игры в тренировке баскетболистов: Учебно-методическое пособие. /СПб. ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008г. -62с
2. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: Учебное пособие /Е.Р. Яхонтов.

3-е изд., стереотипное: СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. Высшая школа тренеров по баскетболу. - СПб., Изд-во Олимп - СПб, 2007г. - 134 с.