УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН
(МАУДО ЦДТ МОВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН)

Принята на заседании
Педагогического совета
От «25» мая 2022г.
Протокол № 5

Утверждено
Директор МАУДО ЦДТ
_____ Донских С.Н.
«25» мая 2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «БАСКЕТБОЛ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 3 года- 648 ч. (1 год-216 ч.; 2 год—216 ч.; 3 год-216 ч.)

Возрастная категория:8-16 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID- номер Программы в Навигаторе: 6784

Автор – составитель:
Галиулин Николай Сергеевич
педагог дополнительного образования

ст. Выселки, 2022 г.

Содержание

1	**Раздел 1.Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты.**	
1.1	Пояснительная записка программы	3
1.2	Цели и задачи	7
1.3	Планируемые результаты	8
1.4	Содержание программы	8
2	**Раздел 2.Комплекс организационно-педагогических условий, включающий в себя формы аттестации.**	
2.1	Календарно учебный график	26
2.2	Условия реализации программы	46
2.3	Формы аттестации	46
2.4	Оценочные материалы	47
2.5	Методические материалы	47
2.6	Список литературы	48

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты.

1.1Пояснительная записка

Направленность программы – физкультурно - спортивная.

Баскетбол – одна из интереснейших спортивных игр. Родиной баскетбола является Америка. В 1891 году эту игру изобрел преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы.

С 1936 года баскетбол включен в программу олимпийских игр. Сборная мужская команда нашей страны стала олимпийским чемпионом в 1972г., а женская сборная дважды – в 1976 и 1980 гг. завоевывала олимпийские медали.

Интерес к баскетболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У баскетбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия баскетболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок баскетбола в школе рассматривается нами как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической стороной игры, но и повышения умственной.

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (далее – Концепция);
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден 30 ноября 2016 г. протоколом № 11 заседания президиума Совета при Президенте РФ;
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее- Приказ № 196);
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта

«Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 05 декабря 2014 г. «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;

9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (далее – Приказ № 2);

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

11. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 г;

12. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ;

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г.

Новизна дополнительной образовательной программы основана на комплексном подходе к подготовке воспитанников и обеспечивает всестороннее гармоническое развитие обучающихся и овладение техникой и тактикой современного баскетбола.

Актуальность программы 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.

Педагогическая целесообразность. Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается

гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Баскетбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Данная программа **соответствует потребностям времени**, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами баскетбола.

Отличительная особенность программы «Баскетбол» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий баскетболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям баскетболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Обучение по программе «Баскетбол» стимулирует учащегося к дальнейшему совершенствованию его физической и интеллектуальной сферы. Программа также предоставляет возможность воспитанникам, ранее занимающимся баскетболом в спортивных школах, и по каким- либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к предмету образовательной деятельности, продолжить обучение по программе «Баскетбол».

Адресат программы

К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 8-16 лет.

Психофизические особенности детей, которые будут учитываться при наборе в объединение:

- пол – мужской и женский;
- возраст – 8-16 лет;
- степень предварительной подготовки – 50% детей имеют средний уровень предварительной подготовки, остальные 50% предварительной подготовки не имеют;
- предполагаемый состав группы – разновозрастной;
- уровень образования – основная общая школа, средняя общая школа;

- интересы и мотивация к занятиям настольным теннисом;
- наличие способностей;
- физическое здоровье детей

Условия набора: принимаются все желающие.

Уровень программы: базовый

Сроки реализации образовательной программы: программа рассчитана на 3 года обучения (1 год обучения-216 часов, 2 год обучения-216 часов, 3 год обучения-216 часов).

Всего: 648 часов.

Форма обучения: групповая, индивидуальная, очная.

Режим занятий:

Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 учебных часа. Допускается вариативность в продолжительности, форме и режиме занятий на каждом году обучения в зависимости от психологического и физического уровня готовности учащихся к освоению образовательной программы.

Особенности организации образовательного процесса:

Эффективностьтренировочногопроцессазависитотмногихфакторов.Главными из них являются: практический опыт педагога, профессиональный уровень учащихся; обеспеченность тренировочного процесса соответствующими баскетбольными площадками ,площадками ,мяча инвентарем ;регулярность тренировок; интенсивность тренировочных нагрузок; дисциплина игроков на тренировках; соблюдение игроками режима в быту; индивидуальная работа учащихся в свободное от тренировок время (утренняя зарядка, кроссы ,освоение технических приемов владения мячом и т. п.); дух товарищества интересной дружбы (совместное посещение кино, театров, коллективные походы и т.п.).

В ходе занятий по программе учащиеся приобретают знания, умения и навыки, способствующие формированию и развитию их общей физической подготовки.

Большое значение отводится физической подготовке, направленной на развитие физических способностей организма. Также выделяется общая и специальная физическая подготовка. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических возможностей, специальное - развитие функциональных возможностей для баскетболистов.

1.2 Цель и задачи

Цель программы: Обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья учащихся, воспитание гармоничной, социально-активной личности по средствам обучения игре в баскетбол.

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в образовательной организации, формируя у обучающихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности. Программа создана на основе курса обучения игре в баскетбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей с учетом всех современных требований, и может быть использована в качестве программы начального этапа и в рамках многолетней программы подготовки спортсменов.

Задачи:

Предметные:
-обучение спортивной технике и тактике баскетбола;
-приобретение практических навыков и теоретических знаний в области баскетбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

Личностные:
укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков;
укреплять опорно – двигательную систему;
развивать общую выносливость, ловкость координацию движений;
Метапредметные:
воспитывать положительные черты характера (честность, справедливость, бережливость, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе).

Цель первого года обучения: развитие разносторонней физической и функциональной подготовки с использованием средств ОФП, освоение базовых элементов техники баскетбола.

Задачи:

Предметные:

- изучение правил игры в баскетбол;

- обучение основным приемам техники и тактики командных действий.

Метапредметные:

-развитие основных двигательных качеств - силы, выносливости, ловкости и быстроты;

Личностные:

-формирование трудолюбия в жизни и в спорте;

- развитие коммуникативных качеств.

Цель второго года обучения: совершенствование техники и тактики в баскетболе при помощи специальных упражнений.

Задачи:

Предметные:

-обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях баскетболом.

Метапредметные:

- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;

- совершенствовать навыки и умения игры;

Личностные:

- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся.

Цель третьего года обучения: развитие специальной подготовки для игры в баскетбол.

Задачи:

Предметные:

-изучения основных принципов осуществления судейства баскетбольного матча.

Метапредметные:

- формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях.

Личностные:

- Воспитание моральных и волевых качеств;
- Развитие чувства коллективизма.

1.3 Планируемые результаты

В ходе реализации дополнительной образовательной программы у учащихся формируются следующие ключевые компетенции:

Предметные

-учащиеся получат знания в области раздела физической культуры и спорта– спортивные игры (баскетбол);

-научатся правильно регулировать свою физическую нагрузку;

-будут знать технику и тактику баскетбола.

Метапредметные

Будет развиты:

- координация движений и основные физические качества: сила, ловкость, быстрота реакции;
- двигательные способности по средством игры в баскетбол;
- сформированы навыки самостоятельных занятий физическим и упражнениями вовремя игрового досуга.

Личностные

- будет развита социальная активность учащихся, чувство самостоятельности, ответственность;
- будутвоспитаны коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручка.

1.4 Содержание программы

Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	-	2	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	40	2	38	Зачёт
3.	Специальная физическая подготовка	44	2	46	Зачёт
4.	Техника и тактика игры в баскетбол	86	2	80	Зачёт
5.	Соревновательная подготовка	40	2	38	Соревнования
6	Итоговое занятие	2	-	2	Тестирование
	Итого	216	10	206	

Раздел. 1Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Теория: Техника безопасности на площадке.

Практика: Ведение мяча на месте, Бросок мяча одной рукой с места, Ловля и передача мяч двумя рукам от груди на месте, Вырывание мяча, Повороты на месте с мячом, Передвижение приставными шагами правым-левым боком, Ведения мяча в движении шагом, Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения, Ловля и передача мяча от груди в движении, Выбивание мяча, Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении, Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах, Ведение-остановка прыжком передача, игра «Догоняшки с мячом», Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м, Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. Бег, Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком – бросок, Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой, Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м., Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации, Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу.

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота, «выносливость», «прыгучесть».

Практика: Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. Бег, Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м, Подтягивание в висе, ведение «восьмёркой», броски из-под кольца, 6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца, Ведение-остановка прыжком бросок, игра «Собачка», Прыжки в длину, игра «Догоняшки с мячом». Серийные прыжки, передача от груди после ведения, Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч», Выбивание мяча, бросок после ведения, Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком, Передачи в движении в парах, броски после ведения, Передачи с отскоком, лазание по канату, Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом», Ведение без зрительного контроля, броски с 3-4 м, Ведение с изменением направления, Прыжковые упражнения, бросок после ведения, Ведение с пассивным сопротивлением, штрафные броски, Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой, Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой, Штрафные броски, Передачи в парах, штрафные броски, Прыжковые упражнения, передачи в тройках, Перемещения в защитной стойке, серийные броски.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка

Теория: Стойка баскетболиста, прыжки, остановки, повороты.

Практика: Перемещения в защитной стойке, серийные броски Передачи с отскоком от пола, бросок после ведения Передачи с отскоком, лазание по канату Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3.Перемещения в защитной стойке, ведение слабой рукой, Серийные броски из-под кольца, ведение с изменением направления, Ловля и передача в движении. Учебно-тренировочная игра, Ловля и передача в движении, Учебно-тренировочная игра, Бросок по кольцу от груди. Серийные броски, учебно-тренировочная игра Бросок по кольцу от груди, бросок после ведения, учебно-тренировочная игра. Ловля и передача в движении, лазание по канату, учебно-тренировочная игра. Бросок по кольцу от груди, выбивание мяча, учебно-тренировочная игра Беседа «Что такое самочувствие», бросок после остановки, учебно-тренировочная игра .Прыжок в глубину, совершенствование бросков, учебно-тренировочная игра .Бросок после остановки, ведение без зрительного контроля. Учебно-тренировочная игра .Бег 10 мин., ведение «восьмёркой», игра .Бег 11 мин., совершенствование бросков, учебно-тренировочная игра. Ускорение 30 м, учебно тренеровочная игр а Подтягивание в висе, прыжки в глубину, учебно-тренировочная игра .Совершенствование ведения с изменением направления, учебно-тренировочная игра .Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра .Азбука баскетбола, дриблинг, штрафные броски, учебно-тренировочная игра. Вырывание и выбивание, серийные броски, учебно-тренировочная игра. Бег 60 м. учебно-тренировочная игра. Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра. Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра. Бег 60 м., полоса препятствий, учебно-тренировочная игра. Учебно- тренировочная игра. Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра. Прыжок в длину с разбега, тренировочная игра Броски, учебно-тренировочная игра.

Бег с ускорением учебно-тренировочная игра. Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра. Подтягивание в висе, тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.

Раздел 5. Соревновательная подготовка

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах Ведение-остановка прыжком передача, игра «Догоняшки с мячом», Передачи, броски по кольцу с 2-3 м.

Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. Бег Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком – бросок Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. Бег Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м. Броски из-под кольца.6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца Ведение-остановка прыжком – бросок, игра «Собачка». Прыжки в длину, Тренировочная игра. Серийные прыжки, передача от груди после ведения Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч». Выбивание мяча, бросок после ведения. Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком Передачи в движении в парах, броски после ведения Совершенствование техники в Баскетболе.

Раздел 6. Итоговое занятие

Зачет

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	-	2	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	40	2	38	Зачёт
3.	Специальная физическая подготовка	44	2	46	Зачёт
4.	Техника и тактика игры в баскетбол	84	-	84	Зачёт
5.	Соревновательная подготовка	40	2	42	Соревнования
6	Итоговое занятие	2	-	2	Тестирование
	Итого	**216**	**6**	210	

Раздел. 1Вводное занятие.

Цели и задачи игры в баскетболе

Раздел 2.Общая физическая подготовка

Теория: Понятие о строе и командах.

Практика: Развитие физических качеств Быстрота, сила, выносливость Обучить навыкам организации судейства баскетбола о.ф.п. Воспитать игровую дисциплину Сдача нормативов Баскетбол – физкультурно-спортивная направленность, координация Актуальность при занятии баскетболом Броски в кольцо Двигательная активность в тренировке и игре баскетбол Ведение мяча, броски по кольцу Двухсторонняя учебная игра 5х5Выносливость, сила Ведение мяча в разных направлениях Обводка стоек, бросок в кольцо Сдача контрольных норм: бег 30м, подтягивание прыжок с места. Совершенствование игры 5х5.Штрафные броски о.ф.п. Учебно–тренировочная игра, зонная защита, броски в кольцо Общая физическая подготовка Быстрота, сила, ловкость, о.р.у. Тактико-техническая подготовка Контрольные испытания. Обучение в игре баскетбол. Бег 30, 60, 100 метров. Подвижные игры с мячом баскетбол Челночный бег 3х10 метров и 5х5 метров Метание мяча Прыжок в высоту с разбега. Учебно-тренировочная игра 5х5Броски в кольцо.

Раздел 3. «Общая физическая подготовка» даны упражнения, которые

Теория: Определение силы выносливости.

Практика Баскетбол остановка в прыжке Остановка в два шага. Ловля и передача мяча двумя руками Передача мяча одной рукой Учебно-тренировочная игра 5х5Броски в кольцо Бросок одной рукой с места о.ф.п. Штрафные броски 6 метров Совершенствование техники игры баскетбол Броски в кольцо. Бросок в кольцо после ведения мяча и остановки Выносливость Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3Броски в кольцо Групповые и командные действия в баскетболе Бросок кольцо Защитные действия при опеке игрока без мяча. Правила соревнования и судейства Ведение мяча, броски в кольцо Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча Ведение мяча, броски по кольцу. Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3.Развитие быстроты, выносливости, координации движений, броски по кольцу Учебно-тренировочная игра Персональная защита, броски Учебно-тренировочная игра о.ф.п. Зонная защита, быстрота Совершенствование тактико-технических действий. Развитие двигательных качеств: сила, выносливость, быстрота Совершенствование техники игры в баскетболе Штрафные броски с ведением мяча Учебная игра. Сдача контрольных норм по общей физической подготовке о.р.у .Ведение и броски в экстремальных условиях игры в баскетболе Учебно-техническая игра в баскетболе Броски и ведение мяча.

Раздел 4. «Специальная физическая подготовка»

Теория: Определение выносливости, прыгучести.

Практика Совершенствование техники игры в защите Зонная защита. Игра 3х3, 5х5 Броски в кольцо, выносливость, сила. Координация движений в баскетболе Сдача норм. Бег 20 метров с мячом Броски 6 метровой линии

.Совершенствование техники игры в баскетболе Зонная защита Ведение и передача мяча в парах, тройках Игра 5х5Совершенствование техники игры в защите Броски по кольцу Репродуктивный метод тренировки экстремальных условиях игры Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра. Прыжок в длину с разбега, тренировочная игра Броски, учебно-тренировочная игра. Бег с ускорением, учебно тренировочная игра. Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра. Подтягивание в висе, тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах Ведение-остановка прыжком передача, игра «Догоняшки с мячом Совершенствование техники игры Броски по кольцу. Быстрый прорыв игры 3х3Броски.Совершенствование техники игры в баскетболе .Двусторонняя учебно-тренировочная игра 5х5Броски по кольцу Индивидуальная тренировка баскетболиста Броски, ведение мяча. Учебно-тренировочная игра 5х5сила, подтягивание. Быстрота, бег 20 метров в зале
Отжимания от пола. Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча, броски Учебно-тренировочная игра в баскетбол Штрафные броски. Двухсторонняя игра в баскетбол бег 3х10 метров Совершенствование техники игры Зонная защита, персональная защита Бросок в кольцо, ведение и передача мяча , подтягивание Выносливость, быстрота, учебно тренировочная игра. Совершенствование игры в баскетбол Быстрый прорыв, игра 5х5Ведение мяча в заданном направлении. Сдача контрольных норм о.ф.п. Бег 3х10, прыжок с места Ведение и передача мяча о.р.у. Броски по кольцу Совершенствование техники игры Отбор и передача мяча .Ведение мяча, броски по кольцу Учебно-тренировочная игра Развитие двигательных качеств Сила, выносливость, ловкость Совершенствование техники игры в баскетбол Броски, ведение мяча Учебно-тренировочная игра Зонная и персональная защита о.ф.п. Учебная игра 5х5.Развитие быстроты, ловкости силы, выносливости, броски по кольцу

Раздел5.Соревновательная подготовка.

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика Командный контроль мяча, игра 5х5.Быстрый прорыв .Контроль мяча при игре в нападении6-метровый бросок. Двухсторонняя учебная игра, броски по кольцу Штрафные броски Ведение и передача мяча, броски по кольцу Зонная защита. Развитие выносливости в экстремальных условиях игры, ловкость .Совершенствование техники игры в нападении Быстрый прорыв. Обучение зонной и персональной защиты Выносливости. Ведение и передача мяча 5х5Штрафные

броски,ловкостьРазвитиескоростносиловойвыносливости,быстрота,сила.Совершенствование техники игры Броски сверху, игра 5х5Броски ведение и передача о.ф.п. Выносливость Учебно-тренировочная игра 5х5Ведение и передача мяча. Развитие двигательных качеств Сила, ловкость, быстрота, выносливость Обучение броску мяча сверху Штрафные броски, 6-метровый бросок Совершенствование техники игры в баскетболе Игра 5х5.Учебно-тренировочная игра, зонная защита Персональная защита Развитие и обучение игры в баскетбол Игра 5х5, игра 3х3

Бег 3х10 м, прыжок в длину с места Совершенствование техники игры в баскетбол. Броски в кольцо.

Раздел 6. Итоговое занятие
Зачет.

Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	-	2	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	40	2	38	Зачёт
3.	Специальная физическая подготовка	44	2	42	Зачёт
4.	Техника и тактика игры в баскетбол	84	-	84	Зачёт
5.	Соревновательная подготовка	40	2	38	Соревнования
6	Итоговое занятие	2	-	2	Сдача зачётных нормативов
Итого		216	6	210	

Раздел 1. Вводное занятие.
Техника безопасности на занятиях.
Раздел 2.Общая физическая подготовка.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений.

Практика Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения. Ловля и передача мяча от груди в движении. Выбивание мяча. Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении. Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах Ведение-остановка прыжком передача, игра «Догоняшки с мячом»Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. Бег Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком – бросок Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. Бег Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м Подтягивание в висе, ведение «восьмёркой», броски из-под кольца.6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца. Ведение-остановка прыжком бросок, игра «Собачка». Прыжки в длину, игра «Догоняшки с мячом»Серийные прыжки, передача от груди после ведения

Раздел 3. « Специальная физическая подготовка»

Теория: Значение здорового образа жизни.

Практика: Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»Выбивание мяча, бросок после ведения Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком. Передачи в движении в парах, броски после ведения Передачи с отскоком, лазание по канату Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»Ведение без зрительного контроля, броски с 3-4 м Ведение с изменением направления .Прыжковые упражнения, бросок после ведения Ведение с пассивным сопротивлением, штрафные броски Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой Штрафные броски Передачи в парах, штрафные броски Прыжковые упражнения, передачи в тройках Перемещения в защитной стойке, серийные броски Перемещения в защитной стойке, серийные броски Передачи с отскоком от пола, бросок после ведения Передачи с отскоком, лазание по канату Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3Перемещения в защитной стойке, ведение слабой рукой Серийные броски из-под кольца, ведение с изменением направления

Раздел 4. «Техника и тактика игры в баскетбол»

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота, «выносливость», «прыгучесть».

Практика: Ловля и передача в движении. Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра. Бег 60 м., полоса препятствий, учебно-тренировочная

игра. Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра. Прыжок в длину с разбега, тренеровочная игра Броски, учебно-тренировочная игра. Бег с ускорением, учебно тренировочная игра .Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра. Подтягивание в висе, тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов тренировочная игра. Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах Ведение-остановка прыжком передача, игра «Догоняшки с мячом»Передачи, броски по кольцу с 2-3 м.Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег

Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком – бросок Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.

Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. Бег Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м. Броски из-под кольца.6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца Ведение-остановка прыжком – бросок, игра «Собачка»Прыжки в длину, Тренеровочная игра. Серийные прыжки, передача от груди после ведения Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»Выбивание мяча, бросок после ведения. Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком Общая физическая подготовка Быстрота, сила, ловкость, о.р.у. Тактико-техническая подготовка Контрольные испытания Обучение в игре баскетбол. Бег 30, 60, 100 метров .Подвижные игры с мячом баскетбол Челночный бег 3х10 метров и 5х5 метров Метание мяча Прыжок в высоту с разбега. Учебно-тренировочная игра 5х5Броски в кольцо Баскетбол остановка в прыжке Остановка в два шага. Ловля и передача мяча двумя руками Передача мяча одной рукой Учебно-тренировочная игра 5х5Броски в кольцо Бросок одной рукой с места

Штрафные броски 6 метров Совершенствование техники игры в баскетбол Броски в кольцо.

Раздел5.Соревновательная подготовка.

Теория: стойка баскетболиста; прыжки; остановки; повороты.

Практика: Бросок в кольцо после ведения мяча и остановки Выносливость Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3Броски в кольцо. Групповые и командные действия в баскетболе Броски в кольцо Защитные действия при опеке игрока без мяча. Правила соревнования и судейства Ведение мяча, броски в кольцо Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча Ведение мяча, броски по кольцу. Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3.Развитие быстроты,

выносливости, координации движений, броски по кольцу Учебно-тренировочная игра Персональная защита, броски Учебно-тренировочная игра о.ф.п. Зонная защита, быстрота Совершенствование тактико-технических действий. Развитие двигательных качеств: сила, выносливость, быстрота Совершенствование техники игры в баскетболе Штрафные броски с ведением мяча Учебная игра. Бросок одной рукой с места Бросок одной рукой с места. Штрафные броски 6 метров

Учебно-тренировочная игра 5х5Броски в кольцо Учебно- тренировочная ига.

Раздел 6. Итоговое занятие

Сдача зачётных нормативов с целью определения уровня освоения технических приёмов.

Соревнования между группами.

Раздел 2.Комплекс организационно-педагогических условий, включающий в себя формы аттестации.
2.1 Календарный учебный график к программе «Баскетбол»
1 год обучения

п/п	Дата		Тема занятия	Кол во часов	Время проведения занятия		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	По факту			Гр.№1	Гр.№2			
Вводное занятие									
1			Техника безопасности на занятиях	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
Общая физическая подготовка									
2			Ведение мяча на месте	2			Групповая	МБУСОШ №4	Практические занятия
3			Бросок мяча одной рукой с места	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
4			Ловля и передача мяча двумя рукам от груди на месте	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
5			Вырывание мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
6			Повороты на месте с мячом	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
7			Передвижение приставными шагами правым-левым боком	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
8			Ведения мяча в движении шагом	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
9			Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
10			Ловля и передача мяча от груди в движении	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
11			Выбивание мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
12			Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
13			Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
14			Ведение-остановка прыжком-передача, игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо

			«Догоняшки с мячом»						вание
15			Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
16			Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
17			Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком - бросок	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
18			Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
19			Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
20			Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
21			Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
Специальная физическая подготовка									
22			Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
23			Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
24			Подтягивание в висе, ведение «восьмёркой», броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
25			6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
26			Ведение-остановка прыжком бросок, игра «Собачка»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
27			Прыжки в длину, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
28			Серийные прыжки, передача от груди после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
29			Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
30			Выбивание мяча, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
31			Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
32			Передачи в движении в парах, броски после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

33			Передачи с отскоком, лазание по канату	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
34			Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
35			Ведение без зрительного контроля, броски с 3-4 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
36			Ведение с изменением направления.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
37			Прыжковые упражнения, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
38			Ведение с пассивным сопротивлением, штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
39			Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
40			Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
41			Штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
42			Передачи в парах, штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
43			Прыжковые упражнения, передачи в тройках	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
44			Перемещения в защитной стойке, серийные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
Техника и тактика игры в баскетбол									
45			Перемещения в защитной стойке, серийные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
46			Передачи с отскоком от пола, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
47			Передачи с отскоком, лазание по канату	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
48			Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
49			Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
50			Перемещения в защитной стойке, ведение слабой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
51			Серийные броски из-под кольца, ведение с изменением направления	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
52			Ловля и передача в движении.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
53			Учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
54			Ловля и передача в движении,	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
55			Учебно-тренировочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

56			Бросок по кольцу от груди.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
57			Серийные броски, учебно-тренировочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
58			Бросок по кольцу от груди, бросок после ведения, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
59			Ловля и передача в движении, лазание по канату, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
60			Бросок по кольцу от груди, выбивание мяча, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
61			Беседа «Что такое самочувствие», бросок после остановки, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
62			Прыжок в глубину, совершенствование бросков, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
63			Бросок после остановки, ведение без зрительного контроля.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
64			Учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
65			Бег 10 мин., ведение «восьмёркой», игра .	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
66			Бег 11 мин., совершенствование бросков, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
67			Ускорение 30 м, учебно тренеровочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
68			Подтягивание в висе, прыжки в глубину, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
69			Совершенствование ведения с изменением направления, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
70			Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
71			Азбука баскетбола, дриблинг, штрафные броски, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
72			Вырывание и выбивание, серийные броски, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
73			Бег 60 м. учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
74			Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
75			Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
76			Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

77			Бег 60 м., полоса препятствий, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
78			Учебно тренеровочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
79			Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
80			10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
81			Прыжок в длину с разбега, тренеровочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
82			Броски, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
83			Бег с ускорением учебно тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
84			Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
85			Подтягивание в висе, тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
86			Комбинации из пройденных элементов тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
87			Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
88			Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
Соревновательная подготовка									
89			Ведение-остановка прыжком-передача, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
90			Передачи, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
91			Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
92			Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком - бросок	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
93			Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
94			Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
95			Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
96			Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
97			Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
98			Броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

99			6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
100			Ведение-остановка прыжком – бросок, игра «Собачка»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
101			Прыжки в длину, Тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
102			Серийные прыжки, передача от груди после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
103			Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
104			Выбивание мяча,бросок после ведения.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
105			Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
106			Передачи в движении в парах, броски после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
107			Совершенствование техники в Баскетболе.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
Итоговое занятие									
108			Итоговое занятие	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование.

Календарный учебный график к программе «Баскетбол»
2 год обучения

п/п	Дата		Тема занятия	Кол во часов	Время проведения занятия		Форма занятия	Место проведе ния	Форма контро ля
	По плану	По факту			Гр.№1	Гр.№2			
Вводное занятие									
1			Цели и задачи игры в баскетболе История баскетбола в России	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседова ние
Общая физическая подготовка									
2			Развитие физических качеств Быстрота, сила, выносливость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Практическ ие занятия.
3			Обучить навыкам организации судейства баскетбола о.ф.п.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
4			Воспитать игровую дисциплину Сдача нормативов	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
5			Баскетбол – физкультурно-спортивная направ-ленность, координация	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
6			Актуальность при занятии баскетболом Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседова ние
7			Двигательная активность в тренировке и игре баскетбол	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
8			Ведение мяча, броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
9			Двухсторонняя учебная игра 5х5 Выносливость, сила	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
10			Ведение мяча в разных направлениях Обводка стоек, бросок в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

11			Сдача контрольных норм: бег 30м, подтягива- ние прыжок с места	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
12			Совершенствование игры 5х5 Штрафные броски о.ф.п.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
13			Учебно–тренировочная игра, зонная защита, броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
14			Общая физическая подготовка Быстрота, сила, ловкость, о.р.у.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
15			Тактико-техническая подготовка Контрольные испытания.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
16			Обучение в игре баскетбол.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
17			Бег 30, 60, 100 метров.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
18			Подвижные игры с мячом баскетбол	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
19			Челночный бег 3х10 метров и 5х5 метров Метание мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
20			Прыжок в высоту с разбега.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
21			Учебно-тренировочная игра 5х5 Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
Специальная физическая подготовка									
22			Баскетбол остановка в прыжке Остановка в два шага.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
23			Ловля и передача мяча двумя руками Передача мяча одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
24			Учебно-тренировочная игра 5х5 Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
25			Бросок одной рукой с места о.ф.п. Штрафные броски 6 метров	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
26			Совершенствование техники игры в баскетбол	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

			Броски в кольцо.						
27			Бросок в кольцо после ведения мяча и остановки Выносливость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
28			Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3 Броски в кольцо.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
29			Групповые и командные действия в баскетболе Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
30			Защитные действия при опеке игрока без мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
31			Правила соревнования и судейства Ведение мяча, броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
32			Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
33			Ведение мяча, броски по кольцу.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
34			Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
35			Развитие быстроты, выносливости, координации движений, броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
36			Учебно-тренировочная игра Персональная защита, броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
37			Учебно-тренировочная игра о.ф.п. Зонная защита, быстрота	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
38			Совершенствование тактико-технических действий.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
39			Развитие двигательных качеств: сила, выносливость, быстрота	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
40			Совершенствование техники игры в баскетболе	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
41			Штрафные броски с ведением мяча Учебная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
42			Сдача контрольных норм по общей физической подготовке о.р.у.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

43			Ведение и броски в экстремальных условиях игры в баскетболе	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
44			Учебно-техническая игра в баскетболе Броски и ведение мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
Техника и тактика игры в баскетбол									
45			Совершенствование техники игры в защите Зонная защита.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
46			Игра 3х3, 5х5 Броски в кольцо, выносливость, сила.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
47			Координация движений в баскетболе Сдача норм.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
48			Бег 20 метров с мячом Броски 6 метровой линии.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
49			Совершенствование техники игры в баскетболе Зонная защита	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
50			Ведение и передача мяча в парах, тройках Игра 5х5	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
51			Совершенствование техники игры в защите Броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
52			Репродуктивный метод тренировки экстремальных условиях игры	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
53			Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
54			10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
55			Прыжок в длину с разбега, тренировочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
56			Броски, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
57			Бег с ускорением, учебно тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
58			Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
59			Подтягивание в висе, тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
60			Комбинации из пройденных элементов	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

			тренировочная игра.						
61			Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
62			Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
63			Ведение-остановка прыжком-передача, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
64			Совершенствование техники игры Броски по кольцу.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
65			Быстрый прорыв игры 3х3 Броски.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
66			Совершенствование техники игры в баскетболе.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
67			Двусторонняя учебно-тренировочная игра 5х5 Броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
68			Индивидуальная тренировка баскетболиста Броски, ведение мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
69			Учебно-тренировочная игра 5х5 сила, подтягивание.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
70			Быстрота, бег 20 метров в зале Отжимания от пола.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
71			Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча, броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
72			Учебно-тренировочная игра в баскетбол Штрафные броски.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
73			Двухсторонняя игра в баскетбол бег 3х10 метров	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
74			Совершенствование техники игры Зонная защита, персональная защита	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
75			Бросок в кольцо, ведение и передача мяча , подтягивание	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
76			Выносливость, быстрота, учебно	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

			тренировочная игра.						
77			Совершенствование игры в баскетбол Быстрый прорыв, игра 5х5	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
78			Ведение мяча в заданном направлении.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
79			Сдача контрольных норм о.ф.п. Бег 3х10, прыжок с места	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
80			Ведение и передача мяча о.р.у. Броски по кольцу.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
81			Совершенствование техники игры Отбор и передача мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
82			Ведение мяча, броски по кольцу Учебно-тренировочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
83			Развитие двигательных качеств Сила, выносливость, ловкость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
84			Совершенствование техники игры в баскетбол Броски, ведение мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
85			Учебно-тренировочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
86			Зонная и персональная защита о.ф.п. Учебная игра 5х5.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
87			Развитие быстроты, ловкости силы, выносливости, броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
88			Командный контроль мяча, игра 5х5 Быстрый прорыв.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
Соревновательная подготовка									
89			Контроль мяча при игре в нападении 6-метровый бросок.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
90			Двухсторонняя учебная игра, броски по кольцу Штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
91			Ведение и передача мяча, броски по кольцу Зонная защита.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

92			Развитие выносливости в экстремальных условиях игры, ловкость.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
93			Совершенствование техники игры в нападении Быстрый прорыв.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
94			Обучение зонной и персональной защиты Выносливости.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
95			Ведение и передача мяча 5х5 Штрафные броски, ловкость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
96			Развитие скоростносиловой выносливости, быстрота, сила.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
97			Совершенствование техники игры Броски сверху, игра 5х5	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
98			Броски ведение и передача о.ф.п. Выносливость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
99			Учебно-тренировочная игра 5х5 Ведение и передача мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
100			Развитие двигательных качеств Сила, ловкость, быстрота, выносливость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
101			Обучение броску мяча сверху Штрафные броски, 6-метровый бросок	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
102			Совершенствование техники игры в баскетболе Игра 5х5.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
103			Учебно-тренировочная игра, зонная защита Персональная защита	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
104			Развитие и обучение игры в баскетбол Игра 5х5, игра 3х3	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
105			Бег 3х10 м, прыжок в длину с места	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
106			Совершенствование техники игры в баскетбол.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
107			Броски в кольцо.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

Итоговое занятие									
108			Итоговое занятие	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование.

Календарный учебный график к программе «Баскетбол»
3 год обучения

п/п	Дата		Тема занятия	Кол во часов	Время проведения занятия		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	По факту			Гр.№1	Гр.№2			
Вводное занятие									
1			Техника безопасности на занятиях.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
Общая физическая подготовка									
2			Бросок мяча двумя руками от груди баскетбольную корзину после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Практические занятия.
3			Ловля и передача мяча от груди в движении	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
4			Выбивание мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
5			Ловля мяча двумя руками в движении при встречном движении	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
6			Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
7			Ведение-остановка прыжком-передача, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

8			Передачи во встречных колоннах, броски по кольцу с 2-3 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
9			Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
10			Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком - бросок	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
11			Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
12			Передачи мяча в движении в парах, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
13			Ведение «восьмёркой», упражнения для развития координации	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
14			Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
15			Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование
16			Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
17			Подтягивание в висе, ведение «восьмёркой», броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
18			6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
19			Ведение-остановка прыжком бросок, игра «Собачка»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
20			Прыжки в длину, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
21			Серийные прыжки, передача от груди после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
Специальная физическая подготовка									
22			Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
23			Выбивание мяча, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
24			Упражнения для развития прыгучести,	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

			передача с отскоком.						
25			Передачи в движении в парах, броски после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
26			Передачи с отскоком, лазание по канату	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
27			Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседо вание
28			Ведение без зрительного контроля, броски с 3-4 м	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
29			Ведение с изменением направления.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
30			Прыжковые упражнения, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
31			Ведение с пассивным сопротивлением, штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
32			Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
33			Ведение-два шага-бросок, передача одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
34			Штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
35			Передачи в парах, штрафные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
36			Прыжковые упражнения, передачи в тройках	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
37			Перемещения в защитной стойке, серийные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
38			Перемещения в защитной стойке, серийные броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
39			Передачи с отскоком от пола, бросок после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
40			Передачи с отскоком, лазание по канату	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
41			Бег 8 мин., передачи в движении в парах, игра «Салки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
42			Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
43			Перемещения в защитной стойке, ведение слабой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
44			Серийные броски из-под кольца, ведение с изменением направления	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

Техника и тактика игры в баскетбол									
45			Ловля и передача в движении.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
46			Беговые упражнения, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
47			Бег 60 м., полоса препятствий, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
48			Вырывание и выбивание, учебно-тренировочная игра 3х3	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
49			Ускорение 30м., комбинация «тройка», учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
50			10-миню бег, упражнения на тренажёрах, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
51			Прыжок в длину с разбега,тренеровочная игра	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
52			Броски, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
53			Бег с ускорением, учебно тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
54			Бег 1000м(д), учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
55			Подтягивание в висе, тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
56			Комбинации из пройденных элементов тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
57			Комбинации из пройденных элементов, учебно-тренировочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
58			Ведение мяча с изменением направления, передачи в парах	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
59			Ведение-остановка прыжком-передача, игра «Догоняшки с мячом»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
60			Передачи, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
61			Ведение-остановка прыжком - бросок, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
62			Упражнения с мячом в парах, ведение-остановка прыжком - бросок	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
63			Упражнения для развития прыгучести, ведение левой рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
64			Передачи мяча в движении в парах, броски по	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

			кольцу с 2-3 м.						
65			Вырывание и выбивание в парах, передача двумя руками снизу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
66			Ведение с пассивным сопротивлением, 40-сек. бег	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
67			Поднимание туловища лёжа, 40-сек. бег, броски по кольцу с 2-3 м.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
68			Броски из-под кольца.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
69			6-мин. бег, выпрямление рук в упоре лёжа, броски из-под кольца	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
70			Ведение-остановка прыжком – бросок, игра «Собачка»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
71			Прыжки в длину, Тренеровочная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
72			Серийные прыжки, передача от груди после ведения	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
73			Вырывание мяча, передачи в парах, игра «Выбей мяч»	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
74			Выбивание мяча, бросок после ведения.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
75			Упражнения для развития прыгучести, передача с отскоком	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
76			Общая физическая подготовка Быстрота, сила, ловкость, о.р.у.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
77			Тактико-техническая подготовка Контрольные испытания.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
78			Обучение в игре баскетбол.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
79			Бег 30, 60, 100 метров.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
80			Подвижные игры с мячом баскетбол	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
81			Челночный бег 3х10 метров и 5х5 метров Метание мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
82			Прыжок в высоту с разбега.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
83			Учебно-тренировочная игра 5х5 Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт

84			Баскетбол остановка в прыжке Остановка в два шага.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
85			Ловля и передача мяча двумя руками Передача мяча одной рукой	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
86			Учебно-тренировочная игра 5х5 Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
87			Бросок одной рукой с места Штрафные броски 6 метров	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
88			Совершенствование техники игры в баскетбол Броски в кольцо.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
Соревновательная подготовка									
89			Бросок в кольцо после ведения мяча и остановки Выносливость	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
90			Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3 Броски в кольцо.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
91			Групповые и командные действия в баскетболе Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
92			Защитные действия при опеке игрока без мяча.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
93			Правила соревнования и судейства Ведение мяча, броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
94			Совершенствование техники игры в баскетбол Ведение мяча	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
95			Ведение мяча, броски по кольцу.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
96			Учебно-тренировочная игра 5х5, 3х3.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
97			Развитие быстроты, выносливости, координации движений, броски по кольцу	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
98			Учебно-тренировочная игра Персональная защита, броски	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
99			Учебно-тренировочная игра о.ф.п.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра

			Зонная защита, быстрота						
100			Совершенствование тактико-технических действий.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
101			Развитие двигательных качеств: сила, выносливость, быстрота	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
102			Совершенствование техники игры в баскетболе	2			Групповая	МБУСОШ №4	Зачёт
103			Штрафные броски с ведением мяча Учебная игра.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
104			Бросок одной рукой с места Бросок одной рукой с места.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
105			Штрафные броски 6 метров	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
106			Учебно-тренировочная игра 5х5 Броски в кольцо	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
107			Учебно- тренировочная ига.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Игра
Итоговое занятие									
108			Итоговое занятие.	2			Групповая	МБУСОШ №4	Собеседование.

2.2 Условия реализации и программы

Место занятий – спортивный зал. Результатом деятельности участников программы является показатели, характеризующие оздоровление и развитие подростков:
-рост личностного развития;
-рост уровня развития физических качеств;
-освоение основных приемов и навыков игры в баскетбол;
-участие в спортивных соревнованиях.

2.3 Формы и виды контроля

Виды контроля	**Содержание контроля**	**Формы контроля**	**Методы и способы контроля**	**Сроки**
Начальный	Входное тестирование	Тематический	Собеседование	Сентябрь
Текущий (промежу точный)	Способы передвижения	Персональный	Зачетное занятие	Декабрь,май
Итоговый	Техника подачи	Персональный	Открытое мероприятие для родителей	Май

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования и показательные выступления.

Мониторинг личностного развития учащихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

Формы:

Программа предусматривает входную, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения учащихся. В начале года проводится входное тестирование.

Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в середине учебного года. Она предусматривает зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры внутри группы, а также участие в районном турнире по настольному теннису.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

2.4 Оценочный материал:

1 год обучения

Вводная аттестация (сентябрь)

1.Собеседование.

2. Опрос.

3. Викторина.

Промежуточная аттестация (декабрь)

Форма: Зачётное занятие

1.Бросок в корзину

2.Бег на 30 м со старта.

3.Броски на точность: в руки партнёра

Промежуточная аттестация (май)

Форма: Зачётное занятие.

1. Выбивание мяча, бросок после ведения

2. Штрафные броски

3. Бег 1000м

2 год обучения

Промежуточная аттестация (декабрь)

Форма: Зачётное занятие.

1. Ведение мяча, броски по кольцу

2. Бег 30,60,100 метров

3. Броски в кольцо на точность.

Промежуточная аттестация (май)

Форма: Зачётное занятие.

1.Бег 60 метров.

2. Бег 1000 метров

3. Прыжок в высоту с разбега.

3 год обучения

Промежуточная аттестация (декабрь)

Форма: Зачётное занятие.

1. Ведение мяча, броски по кольцу.

2.Челночный бег на время.

3. Штрафные броски 6 метров

Итоговая аттестация:

Теория

1 Предупреждение травматизма; Экипировка баскетболиста; Игровое поле для игры в баскетбол;

Права и обязанности участников соревнований; Запрещенные предметы и

игровая форма;
Судейская жестикуляция и терминология;
Практика
Сдача зачётных нормативов с целью определения уровня освоения технических приёмов.
Соревнования между группами.

2.5 Методическое обеспечение образовательной программы

№ п/п	Тема или раздел программы	Форма занятий	Методы и приёмы образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	**Вводное занятие.**	Беседа, опрос	Объяснительно-иллюстративный	Плакаты	Специальная литература	Текущая беседа.
2	**Общая физическая подготовка**	Практические занятия	Объяснительно-иллюстративный практический	Специальная литература	Гантели, перекладина	Зачет
3.	**Специальная физическая подготовка**	Практические занятия с элементами беседы	Объяснительно-иллюстративный практический, наглядный, игровой	Специальная литература, видео	Баскетбольный мячтренажёр, компьютер	Зачет
4.	**Техника игры в футбол.**	Практические занятия с элементами беседы.	Словесный, наглядный, практический	Специальная литература, видео Просмотр матча	Баскетбольный мяч	Игра
5.	**Тактика игры в футбол.**	Практические занятия с элементами беседы.	Словесный, наглядный, практический	Специальная литература, видео Просмотр матча	Баскетбольный мячкомпьютер	Игра
6.	**Соревновательная подготовка**	Практические занятия	Практический		Баскетбольный мяч	Игра

2.6 Список литературы:

Для педагога:

1.Билл Гатмен и Том Финнеган «Всё о тренировке юного баскетболиста». Москва АСТ * Астрель 2007 г.

2. Гомельский Е.Я. Энциклопедия баскетбола Гранд Фаир 2002 г.

3.Методическое пособие Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. Издательский центр «Академия», 2008 г.

4.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, 2008. - 62 с. 24.

5.Учебное пособие «Физическая подготовка баскетболистов», Яхонтов Е.Р., СПБ, 2007 г.; 25.

6.Учебно-методическое пособие «Игры в тренировке баскетболистов», Портных Ю.И., Лосин Б.Е., Кит Л.С. и др., 2008 г.;

7. Андреев В.И. Факторы определяющие эффективность техники дистанционного броска в баскетболе Авто.канд.пед.наук.-Омск,1988-21с.

Для учащихся:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ. 2007г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2006г.
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
5. Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.

Для родителей:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 2002г.
2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ 2007г.
3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2006г.
4. Евгений Гомельский. Игра гигантов. М. ВАГРИУС. 2004г.
5.Костинова Л.В. Баскетбол: Азбука спорта. М. Ф и С. 2002г.