

**Управление образования муниципального образования
«Нестеровский муниципальный округ Калининградской области»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Илюшинская средняя общеобразовательная школа**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 8
от «30» июня 2022 года

Утверждаю:
Директор МАОУ Илюшинской СОШ
Ажгирей Р.А.
«30» июня 2022 года



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст обучающихся: 11-16 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Медведева Ирина Валерьевна,
учитель физкультуры

п. Илюшино
2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана с учётом современных требований к программам дополнительного образования на основании следующих нормативных документов:

Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

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. Баскетбол - это не только средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Баскетбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий баскетболом огромна - это здоровье детей, это готовность к труду, это подготовка к военной службе. Важнейшее требование к занятиям - дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Актуальность физкультурно-спортивного направления деятельности обуславливается тем, что в детском возрасте двигательные навыки развиваются наиболее интенсивно, так как в этот период происходит

формирование всего двигательного аппарата и физических качеств. Слабое, негармоничное развитие мышечной системы значительно задерживает развитие двигательных способностей ребенка. Как известно, игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека. Она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребность в общении, получении информации, дает приятную физическую нагрузку. Кроме того, игра оказывает благотворное влияние на формирование творческой души, развитие физической силы и способностей. В игре растущий человек познает окружающий мир, жизнь, ищет себя

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Особенностью данной программы является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Занятия по ней позволяют объединять мальчиков и девочек в одну группу. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

В рамках реализации программы уделяется большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в баскетболе.

На первом году обучения больше внимание уделяется общей физической подготовке, которая осуществляется в подготовительных и подводящих упражнениях технической подготовки. На втором году обучения происходит логическое продолжение изучения технического, тактического арсенала к физической подготовленности занимающихся. На третьем году основное внимание уделяется физической и технической подготовке, но уменьшается количество часов на физическую подготовку и увеличивается - на тактическую.

Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста. Достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий.

Особое внимание уделяется психологической подготовке занимающихся: устранению страха перед сложными упражнениями, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Программа предназначена для детей в возрасте **11 – 16 лет**.

ОБЪЁМ И СРОК ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Срок реализации программы – 27 месяцев

На полное освоение программы требуется **216 часов** (по 72 часа за 1 год обучения).

Количество часов, отведённых на реализацию программы:

Первый год обучения: Всего – 72 часа: теория – 7 часов; практика – 65 часов.

Второй год обучения: Всего – 72 часа: теория – 7 часов; практика – 65 часов.

Третий год обучения: Всего – 72 часа: теория – 8 часов; практика – 64 часа.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ - очная.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Набор детей в объединение – свободный. Состав групп - до 20 обучающихся.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ

Педагогическая целесообразность программы баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному. Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ

Практическая значимость состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремлённость, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно

освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

ВЕДУЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИДЕИ

Создание современной практико-ориентированной высокотехнологичной образовательной среды, позволяющей эффективно реализовывать физкультурно-спортивную деятельность обучающихся в разновозрастной группе, получать новые образовательные результаты и инновационные продукты.

ПРИНЦИПЫ ОТБОРА СОДЕРЖАНИЯ

Реализация программы основывается на следующих принципах:

↪ *Принцип вариативности*, обосновывающий планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

↪ *Принцип достаточности и сообразности*, определяющий распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся.

↪ *Принцип доступности знаний* – соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности.

↪ *Принцип систематичности и последовательности* - планирование учебной культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

↪ *Принцип соответствия обучения возрастным и индивидуальным особенностям* - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

↪ *Принцип постепенного наращивания функциональных воздействий* гарантирует повышение уровня функциональных возможностей организма и физической подготовленности, повышенные темпы развития двигательных способностей. Применение стандартных упражнений и стандартных нагрузок переводит организм в стадию устойчивой адаптации. При выполнении упражнений будут совершенствоваться различные качества, но при подборе средств и методов нужно выделять их преимущественную направленность на развитие ведущего качества (силу, быстроту, ловкость, гибкость, выносливость и прочие).

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Формирование высокого уровня игры в баскетбол и устойчивой потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

ЗАДАЧИ:

Образовательные:

- Обучение техническим приёмам и правилам игры.
- Обучение тактическим действиям.
- Обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.
- Овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- Повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта.
- Совершенствование навыков и умений игры.
- Развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма.

Воспитательные:

- Выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе.
- Воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи.
- Воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время.
- Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ И МЕТОДЫ

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно изучаются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач используются 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 повтора упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод повтора упражнений, который предусматривает многократное повторение движений, для выработки устойчивого навыка.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах. Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения:

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая;
- поточная.

Уровень сложности программы: средне-развивающий.

Особенности организации образовательного процесса. Основной формой организации учебного процесса является учебно-тренировочное занятие, направленное на отработку технических и практических приемов.

Образовательный материал разделен на 3 этапа.

1 этап – информационно - познавательный. Подростки изучают основы атлетической гимнастики и начинают познавать новую для них информацию.

2 этап – операционно - деятельностный. Здесь формируются умения и навыки учащихся самостоятельно выполнять определенные задания педагога: составление комплекса физических упражнений, распределение физической нагрузки в соответствии с физиологией организма. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.

3 этап - итоговый. Результатом его является участие в соревнованиях, спортивных мероприятиях по направлению деятельности, сдача нормативов.

В основу программы легли определенные *педагогические принципы*:

- принцип субъективности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования;

- принцип дополнительности. Монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности;

- принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний открывается перед учащимися благодаря работе его сознания, как главной личной ценности;

- принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему, является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если

продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности;

- принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков;

- принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения.

- принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному, от известного к неизвестному».

Основываясь на опыте специалистов, можно сказать, что ярко выраженный эффект от занятий по данной программе достигается по истечении двух лет непрерывных и всесторонних занятий. Поэтому данная программа рассчитана именно на этот срок, в течение которого учащиеся получают всестороннюю разнообразную силовую нагрузку и тем самым достигают гармоничного физического развития. Всесторонность нагрузки достигается чередованием циклов с той или иной направленностью - на развитие максимальной силы, на развитие силовой выносливости, на прирост мышечной массы и т.д.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- Достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100 % учащихся, занимающихся по данной программе.
- Победы на соревнованиях районного уровня.
- Повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта.
- Устойчивое овладение умениями и навыками игры.
- Развитие потребности в продолжение занятий спортом.
- Укрепление здоровья, повышение функционального состояния всех систем организма.
- Умение контролировать психическое состояние.

Должны знать:

- Историю возникновения баскетбола.
- Гигиенические требования к местам занятий баскетболом и инвентарю, спортивной одежде и обуви.
- Основы знаний о здоровом образе жизни.
- Основные правила игры.

- Тактические приемы в баскетболе
- Уметь:
- Владеть следующими двигательными действиями:
 - ▮ передачи одной рукой от плеча,
 - ▮ двумя от груди,
 - ▮ приемлемыми видами передач для каждой конкретной игровой ситуации, ведение мяча,
 - ▮ повороты,
 - ▮ перевод мяча,
 - ▮ техникой бросков по кольцу двумя от груди и одной рукой в движении, броски мяча в кольцо с места, в прыжке со средней дистанции,
 - ▮ штрафные броски,
 - ▮ тактические действия в нападении: быстрый прорыв 2:1,3:2,
 - ▮ тактические действия в защите: выбивание, перехват, накрывание мяча,
 - ▮ игра зонной.
 - Оптимальную форму учащихся для участия в школьных и районных соревнованиях.
 - Овладеть основными техническими приемами баскетболиста.
 - Проводить разминку баскетболиста.
 - Организовать проведение подвижных игр.

МЕХАНИЗМ ОЦЕНИВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

Направленность на усиление оздоровительного эффекта педагогического процесса достигается за счет включения в содержание программы материалов о разнообразных оздоровительных системах и комплексах упражнений с мячом с учетом индивидуального физического развития и подготовленности учащихся и состояния их здоровья.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

1 год обучения

- ↔ Мониторинг на начало и на окончание первого года обучения.
- ↔ Тестирование на знание теоретического материала.
- ↔ Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы.
- ↔ Сдача контрольных нормативов по ОФП.

2 год обучения

- ↻ Мониторинг на начало и на окончание второго года обучения.
- ↻ Тестирование на знание правил соревнований и терминологии.
- ↻ Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы.
- ↻ Сдача контрольных нормативов по ОФП.
- ↻ Результаты соревнований школьного уровня, матчевых и товарищеских встреч.

3 год обучения

- ↻ Мониторинг на начало и на окончание в третьего года обучения.
- ↻ Проверка умения организовывать и судить соревнования по баскетболу (организация и судейство соревнований между классами и параллелями).
- ↻ Тестирование на умение выполнять индивидуальные и групповые технико-тактические действия.
- ↻ Результаты соревнований районного уровня.

Показателями результативности программы являются:

Повышение роли атлетической подготовки. Ее направленность определяется морфофункциональными и психологическими особенностями школьников, используется в зависимости от этапа подготовки в развивающем, поддерживающем и компенсирующем режимах.

Повышение эффективности средств технико-тактической подготовки;

Приобретение опыта борьбы с другими командами;

Специализированность всех средств подготовки воспитанников.

Основными факторами, обуславливающими эффективность физической деятельности

учащихся по итогам реализации программы «Баскетбол», являются:

Социальные черты личности, мотивация к физической активности;

Технико-тактическая подготовленность;

Общая и специальная физическая подготовленность;

Психологическая подготовленность;

Показатели психических процессов;

Особенности темперамента, эмоционально-волевой сферы, типологические свойства нервной системы;

Благоприятное функциональное состояние на базе хорошего здоровья;

Антропометрические показания;

Возраст и стаж физических занятий;

Успешность игровой деятельности.

Основной показатель по баскетболу - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Контрольные тесты (требования к учащимся).

№	Тесты	Класс	уровень		
			«низкий »	«средний»	«высокий»

			М	Д	М	Д	М	Д
1	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м). Отрезок 15 м. туда и обратно	5-6	10	11	10,5	11,5	11	12
		7	8,8	9,8	9,0	10	9,3	10,3
		8	8,5	9,5	8,8	9,7	9,0	10
		9	8,4	9,4	8,7	9,6	9,0	10
2	Челночный бег 3x10м с ведением мяча (сек).	5-6	8,6	9,0	8,9	9,2	9,2	9,4
		7	8,3	8,6	8,5	8,8	8,8	9,0
		8	8,1	8,5	8,4	8,7	8,7	9,0
		9	8,0	8,4	8,3	8,6	8,6	9,0
3	Штрафной бросок (из 10 бросков).	5-6	5	5	4	4	3	3
		7	5	5	4	4	3	3
		8	6	6	5	5	4	4
		9	6	6	5	5	4	4
4	Бросок в кольцо после ведения мяча (из 10 попыток).	5-6	5	5	4	4	3	3
		7	6	6	5	5	4	4
		8	7	7	6	6	5	5
		9	8	8	7	7	6	6
5	Броски мяча в стенку с 3м и ловля после отскока за 30 сек (количество раз).	5-6	19	18	18	17	17	16
		7	20	19	19	18	18	17
		8	21	20	19	18	18	17
		9	22	20	20	19	19	19

Формы подведения итогов реализации программы

Анализ результатов освоения программы осуществляется следующими способами:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- контроль за состоянием здоровья.

Согласно программе, в ходе работы объединения формируются не только предметные умения и навыки, но также решаются и воспитательные задачи. Отслеживать личностные качества ребенка: ценности, интересы, склонности, уровень притязаний, уровень профессионального самоопределения (Приложение 1).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика

I. Раздел: Основы знаний о физической культуре и спорте.				
1.1.	Введение. Краткий обзор развития баскетбола.	1	1	-
1.2.	Строение человека и влияние на организм физических нагрузок	1	1	-
Всего		2	2	-
II. Раздел: Основы безопасности образовательного процесса.				
2.1.	Техника безопасности	1	-	1
2.2.	Гигиена, контроль нагрузок, оказание первой медицинской помощи.	1	-	1
Всего		2	-	2
III. Раздел: Общая физическая подготовка.				
3.1.	Бег 500, 1000, метров.	2	-	2
3.2.	Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре.	2	-	2
3.3.	Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.	2	-	2
Всего		6	-	6
IV. Раздел: Основы техники игры в баскетбол.				
4.1.	Ведение мяча, остановки, развороты.	5	-	5
4.2.	Передача мяча на месте и в движении.	5	-	5
4.3.	Броски в кольцо с места, в движении, после остановки.	5	-	5
4.4.	Ловля мяча, переводы, финты.	5	1	4
Всего		20	1	19
V. Раздел: Тактика игры в баскетбол.				
5.1.	Умение удержать соперника и открыться для своего игрока.	4	2	2
5.2.	Тактические действия при игре в защите и нападении.	2	-	2
5.3.	Тактические действия в игре с сильным соперником.	2	-	2
Всего		8	2	6
VI. Раздел: Специальная физическая подготовка.				
6.1.	Упражнения для развития силы ног и рук.	3	-	3
6.2.	Упражнения для развития скоростных качеств.	3	-	3
Всего		6	-	6
VII. Раздел: Правила игры и судейства.				
7.1.	Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	4	2	2
Всего		4	2	2
VIII. Раздел: Соревнования. Подведение итогов.				
8.1.	Товарищеские игры. Контрольные игры и соревнования.	8	-	8
8.2.	Участие в соревнованиях.	14	-	14
8.3.	Разбор проведённых игр.	2	-	2
Всего		24	-	24
Итого		72	7	65

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
I. Раздел: Основы знаний о физической культуре и спорте.				
1.1.	Введение. Краткий обзор развития баскетбола.	1	1	-
1.2.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	1	1	-
Всего		2	2	-
II. Раздел: Основы безопасности образовательного процесса.				
2.1.	Техника безопасности	6	-	6
2.2.	Контроль физических нагрузок.	1	-	1
2.3.	Соблюдение техники безопасности на занятиях.	1	-	1
Всего		8	-	8
III. Раздел: Общая физическая подготовка.				
3.1.	Бег 500, 1000, 1500 метров.	3	-	3
3.2.	Броски набивного мяча сидя, стоя.	4	-	4
3.3.	Прыжки на тумбу и соскоки с неё.	4	-	4
Всего		11	-	11
IV. Раздел: Специальная физическая подготовка.				
4.1.	Упражнения для развития прыжковой выносливости.	5	-	5
4.2.	Упражнения для развития скоростных качеств.	5	-	5
Всего		10	-	10
V. Раздел: Основы техники игры в баскетбол.				
5.1.	Ведение мяча, остановки, развороты.	5	-	5
5.2.	Передача мяча на месте и в движении.	5	-	5
5.3.	Броски в кольцо с места, в движении, после остановки.	5	-	5
5.4.	Ловля мяча, переводы, финты.	5	-	5
Всего		20	-	20
VI. Раздел: Тактика игры в баскетбол.				
6.1.	Умение удержать соперника и открыться для своего игрока.	2	1	1
6.2.	Тактические действия при игре в защите и нападении.	2	1	1
6.3.	Тактические действия в игре с «сильным» соперником.	1	-	1
Всего		5	2	3
VII. Раздел: Правила игры и судейства.				
7.1.	Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	2	1	1
Всего		2	1	1
VIII. Раздел: Соревнования. Подведение итогов.				
8.1.	Товарищеские игры. Контрольные игры и соревнования.	5	-	5
8.2.	Участие в соревнованиях.	7	-	7
8.3.	Разбор проведённых игр.	2	2	-
Всего		14	2	12
Итого		72	7	65

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	Теория	Практика
I. Раздел: Основы знаний о физической культуре и спорте.				
1.1.	Введение. Краткий обзор развития баскетбола.	1	1	-
1.2.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	2	2	-
Всего		3	3	-
II. Раздел: Основы безопасности образовательного процесса.				
2.1.	Техника безопасности	6	-	6
2.2.	Контроль физических нагрузок.	1	-	1
2.3.	Соблюдение техники безопасности на занятиях.	1	-	1
Всего		8	-	8
III. Раздел: Общая физическая подготовка.				
3.1.	Бег 500, 1000, 1500 метров.	3	-	3
3.2.	Броски набивного мяча сидя, стоя.	4	-	4
3.3.	Прыжки на тумбу и соскоки с неё.	4	-	4
Всего		11	-	11
IV. Раздел: Специальная физическая подготовка.				
4.1.	Упражнения для развития прыжковой выносливости.	5	-	5
4.2.	Упражнения для развития скоростных качеств.	5	-	5
Всего		10	-	10
V. Раздел: Основы техники игры в баскетбол.				
5.1.	Ведение мяча, остановки, развороты.	5	-	5
5.2.	Передача мяча на месте и в движении.	5	-	5
5.3.	Броски в кольцо с места, в движении, после остановки.	5	-	5
5.4.	Ловля мяча, переводы, финты.	5	-	5
Всего		20	-	20
VI. Раздел: Тактика игры в баскетбол.				
6.1.	Умение удерживать соперника и открыться для своего игрока.	2	1	1
6.2.	Тактические действия при игре в защите и нападении.	2	1	1
6.3.	Тактические действия в игре с «сильным» соперником.	1	-	1
Всего		5	2	3
VII. Раздел: Правила игры и судейства.				
7.1.	Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	2	1	1
Всего		2	1	1
VIII. Раздел: Соревнования. Подведение итогов.				
8.1.	Товарищеские игры. Контрольные игры и соревнования.	5	-	5
8.2.	Участие в соревнованиях.	6	-	6
8.3.	Разбор проведённых игр.	2	2	-
Всего		13	2	11
Итого		72	8	64

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

I. Раздел: Основы знаний о физической культуре и спорте.

Первый год обучения (Количество часов – 2; теория – 2).

Второй год обучения (Количество часов – 2; теория – 2).

Третий год обучения (Количество часов – 3; теория – 2).

Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Правила игры «Баскетбол». Линии разметки баскетбольной площадки.

Физическая подготовка баскетболиста.

Техническая подготовка баскетболиста.

Тактическая подготовка баскетболиста.

Психологическая подготовка баскетболиста.

II. Раздел: Основы безопасности образовательного процесса.

Первый год обучения (Количество часов – 2; практика – 2).

Второй год обучения (Количество часов – 8; практика – 8).

Третий год обучения (Количество часов – 8; практика – 8).

Техника безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.

Правила поведения на занятиях. Спортивная одежда и обувь для занятий баскетболом. Игровая площадка. Предупреждение травматизма. Гигиена спортсмена. Уход за одеждой, обувью. Простудные заболевания у спортсменов: причины и профилактика.

III.

Раздел: Общая физическая подготовка.

Первый год обучения (Количество часов – 6; практика – 6).

Второй год обучения (Количество часов – 11; практика – 11).

Третий год обучения (Количество часов – 11; практика – 11).

1. Общая физическая подготовка.

Общая и специальная физическая подготовка. Правила игры.

Обязанности и права игроков. Терминология.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (опорный прыжок, стенка, скамейка,).

Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий.

IV. Раздел: Специальная физическая подготовка.

Первый год обучения (Количество часов – 20; теория – 1; практика – 19).

Второй год обучения (Количество часов – 10; практика – 10).

Третий год обучения (Количество часов – 10; практика – 10).

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

IV. Раздел: Основы техники игры в баскетбол.

Первый год обучения (Количество часов – 8; теория – 2; практика – 6;).

Второй год обучения (Количество часов – 20; практика – 20; теория – 0).

Третий год обучения (Количество часов – 20; практика – 20).

1. Упражнения без мяча.

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком:
 - с разной скоростью;
 - в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча.

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.
- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча.

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.

- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча.

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.
- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка.

Первый год обучения (Количество часов – 8; теория – 2; практика – 6).

Второй год обучения (Количество часов – 5; теория – 2; практика – 3).

Третий год обучения (Количество часов – 5; теория – 2; практика – 3).

Защитные действия при опеке игрока без мяча.

Защитные действия при опеке игрока с мячом.

Перехват мяча.

Борьба за мяч после отскока от щита.

Быстрый прорыв.

Командные действия в защите.

Командные действия в нападении.

Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

VII. Раздел: Правила игры и судейства.

Первый год обучения (Количество часов – 4; теория – 2; практика – 2).

Второй год обучения (Количество часов – 2; практика – 1; теория – 1).

Третий год обучения (Количество часов – 2; практика – 1; теория – 1).

Соревновательная деятельность баскетболиста.

Организация и проведение соревнований по баскетболу.

Правила судейства соревнований по баскетболу. Жесты судей.

Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

VIII. Раздел: Соревнования. Подведение итогов.

Первый год обучения (Количество часов – 24; практика – 24).

Второй год обучения (Количество часов – 14; практика – 2; теория –12).

Третий год обучения (Количество часов – 13; практика – 2; теория – 11).

Правила соревнований и их проведение. Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке. Товарищеские игры. Контрольные игры

Сдача нормативов по физической подготовленности. Участие в соревнованиях. Разбор проведённых игр.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК (1 ГОД ОБУЧЕНИЯ)
(с 01.09.2022 года по 31.05.2023 года)

месяц	СЕНТЯБ РЬ			ОКТЯБР Ь			НОЯБРЬ			ДЕКАБР Ь			ЯНВАРЬ			ФЕВРАЛ Ь			МАРТ			АПРЕЛЬ			МАЙ			ВСЕГО ЧАСОВ		
Основы знаний о физической культуре и спорте.	1													1															2	
Основы безопасности		1													1														2	
ОФП			1			1				1							1				1			1					6	
Основы техники игры				1	1	1		1	1	1		1	1	1			1	1	1	1	1	1		1	1	1		1	1	20
Основы тактики игры			1				1			1			1			1					1			1					8	
ОСП								1									1				2			1			1		6	
Правила игры и судейства																					2			1			1		4	
Подведение итогов Соревнования																					6			6			6		24	
Итого часов: 72 часа																														

 - медицинское обследование
 - соревнования

 - занятия по расписанию
 - прием контрольных нормативов

Праздничные не учебные дни – 4 ноября, 1- 9 января, 8 марта, 23 февраля, 1-2, 9 мая

ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

Учитель физической культуры, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы

Методическое обеспечение

Физическое воспитание - одно из необходимых условий правильного развития детей. Приобщение к спорту с раннего детства дает человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, четкость и быстроту реакции, повышает активность.

Баскетбол – одна из самых популярных игр в нашей стране. Для нее характерны разнообразные движения; ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию.

Баскетбол имеет не только оздоровительно-гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди школьников.

Разнообразие технических и тактических действий игры в баскетбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в баскетбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и рекреации и могут использоваться человеком на протяжении всей его жизни в самостоятельных формах занятий физической культуры.

Приёмы и действия, с помощью которых ведётся игра, позволяют начинать занятия с детьми 9-10 лет, используя для этого инвентарь и оборудование, соответствующие возрасту.

Начинать обучение надо с правильных перемещений и параллельно этому изучать ловлю и передачи мяча, броски и ведение. Обучение перемещений включает:

- изучение техники каждого приёма (бег, прыжки, повороты);

- приобретение навыков сочетания приёмов перемещений между собой;
- повышение качества выполнения каждого приёма;
- повышение способности свободного перехода от одного способа к другому в целях своевременного и эффективного маневрирования.

Первым изучается бег в сочетании с остановками, затем прыжки и повороты. Резко разграничивать время изучения отдельных приёмов не рекомендуется: как только усвоена правильная структура приёма, можно изучать новое. Используя естественные навыки в беге, следует вносить уточнения в технику постановки стоп на площадку, акцентируя внимание на перекате с пятки на носок и мягкой постановке стопы. При изучении остановки в два шага особое внимание обращается на перенос центра тяжести за пределы опоры и на погашение скорости разбега. Важным условием при изучении поворота является правильное положение опорной ноги, которую отрывать от пола нельзя. Прыжки изучаются вначале с места. Особое внимание надо обращать на приземление, а затем на вертикальность взлёта.

При выполнении упражнений должен соблюдаться дидактический принцип «от простого» к «сложному» и следующие методы обучения: рассказ, показ, имитация без мяча, с мячом, стоя на месте, в движении. При изучении технического элемента, такого как передача, сначала изучается передача двумя руками от груди. Внимание акцентируется на исходном положении и рабочей фазе. Затем изучаются передачи в движении после двух шагов, потом в прыжке. Броски по кольцу - это самое интересное для детей, но чтобы добиться точности попадания надо хорошо изучить технику выполнения броска. Для отработки броска двух уроков физкультуры в неделю недостаточно, поэтому самое главное, чтобы учащиеся знали, как прицеливаться и куда смотреть, что завершающее движение делает кисть и что мяч должен забрасываться по высокой траектории. Начинать нужно броски под углом к щиту с близкого расстояния, что позволяет использовать щит как дополнительный ориентир. Затем изучается бросок в движении. Внимание обращается на формирование такого навыка, как получение мяча при ловле и возможность как можно быстрее перевести взгляд на корзину. Для того чтобы ученики больше старались акцентировать внимание на прицеливание и думать над движениями рук и ног, лучше выполнять это упражнение в соревновательной форме. При изучении технического элемента, как ведение мяча, лучше начинать ведение с обычным отскоком. Внимание ученика должно быть обращено на то, что мяч отскакивает не выше бедра, локоть не поднимается вверх, кисть мягко толкает мяч вперёд и лежит не сверху на мяче, а сбоку. Изучение начинается стоя на месте, в движении вперёд, спиной вперёд, с изменением направления, с сопротивлением.

Учащиеся получают много удовольствия от игры, если научатся выполнять основные приёмы техники: передачу, ведение и броски по кольцу.

Достижение цели упражнения зависит от энтузиазма, с которым ученик выполняет его. Поэтому желательно вносить элемент соревнования.

Для снятия чувства усталости и падение интереса к игре - одно упражнение нередко объединяет два, три и большее количество игровых приёмов. Например, удержание, передачи и ловля мяча входят составной частью почти в каждое упражнение. Ведение мяча хорошо сочетается с остановками и поворотами.

Но игра в баскетбол невозможна без тактики. Основными задачами в обучении учеников тактическим действиям являются:

- развитие внимания, ориентировки и зрительной памяти на ситуацию;
- обучение основным индивидуальным и групповым действиям;
- развитие творческого мышления и воображения;
- ознакомление с основами систем ведения игры.

Для обучения тактики надо всегда иметь двустороннее взаимодействие противников. Это очень осложняет задачу обучения. Методическим приёмом является введение соответствующих ограничений в действиях игроков защиты и нападения и введение условностей.

При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль. Они имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими для детей. Подводящие упражнения позволяют выделить главное звено изучаемого движения, что облегчает освоение двигательного действия.

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70%, удовлетворим желание детей играть. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением.

В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность перед командой и побуждают действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата.

После того как учащиеся научатся правильно ловить, передавать, вести и бросать мяч четко, в быстром темпе, без особых усилий, появляется возможность играть в более сложные, более близкие к баскетболу игры, а также в баскетбол по упрощенным правилам. В таких играх дети должны

взаимодействовать с мячом, что повышает активность и создает условия для быстрого и осмысленного формирования навыков действий с мячом.

При обучении элементам баскетбола особенно важно обеспечить сознательное их усвоение. Понимание детьми смысла движений ускоряет процесс формирования двигательных навыков, а также, что особенно важно, способствует умению в последующих играх самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное отношение к действиям с мячом возникает только при условии, если разъясняются их значение в различных ситуациях применения, объясняется, почему именно так они должны выполняться. Учащиеся должны знать, почему в той или иной игровой обстановке более целесообразно применять те или иные действия, выполнять их определенным способом, с определенной скоростью и в определенном направлении. Например, что вести мяч в игре следует только в том случае, если не можешь передать его партнеру. При приближении защитника более безопасно вести мяч дальше от него рукой и с низким отскоком. Не надо спешить, вести мяч лучше ближе к цели или на более свободное место для передачи мяча партнеру.

Для сознательного отношения учащегося к действиям с мячом недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать возможность упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей у игроков возникает сознательное отношение к действиям с мячом, умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности.

В играх с мячом необходимо учить согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. Для этого в группе можно создать постоянные команды, поощрять верность друзьям по команде, предостерегая от перехода на сторону противника, хотя этим условным противником и являются дети своей группы.

В играх с мячом следует вырабатывать привычку поступать личными интересами ради достижения общей цели. Для этого можно использовать ограничение действий с мячом ввести дополнительные требования. Например: ограничение расстояния ведения мяча, включение задания бросать мяч ловцу после того, как мяч обойдет всех игроков команды.

Часто в играх с мячом возникает необходимость оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение, при этом иногда приходится рисковать любимой ролью в игре. К этому тоже следует приучать.

В качестве одного из тактических элементов во многих играх с мячом допускается и поощряется применение игроками отвлекающих действий. Они направлены на то, чтобы отвлечь внимание противника путем ложных действий, предшествующих основным, с целью обыгрывания его. Учащиеся

усваивают такие действия с мячом и без мяча. За отвлекающие действия ребята поощрялись тогда, когда это помогало освободиться от опеки товарища, выйти на свободное место для получения мяча или занять удобную позицию для броска мяча в корзину или его передачи. Необходимо постоянно следить за тем, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил игры.

Игры, подводящие к игре баскетбол:

– для совершенствования приставного шага защитника «Коршун, наседка, цыплята»;

– для совершенствования передачи и ловли мяча «Мяч капитану», «Передал - садись», «Бросай-беги», «Салки с мячом», «25 передач», «Мяч среднему»;

– для совершенствования ведения мяча: «Пятнашки с ведением».

При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль.

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание направляется на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если еще полностью не усвоено новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением.

В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата.

Материально-техническое обеспечение:

Дидактическое обеспечение:

Комплексная программа физического воспитания (1-11 классы);
Внеклассная работа. ОФП (общая физическая подготовленность).

(Авторы программы: доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).

Правила игр по спортивным играм.

Оборудование:

Техническое оснащение занятий;

Щиты баскетбольные- 2 штуки.

Кольцо баскетбольное - 2 штуки.

Гимнастическая стенка 6-8 пролетов.
Гимнастические скамейки - 3-4 штуки.
Гимнастические маты - 3 штуки.
Скакалки - 30 штук.
Мячи набивные (масса 1 кг) - 25 штук.
Гантели различной тяжести - 20 штук.
Мячи баскетбольные - 30 штук.
Рулетка - 2 штуки.

Информационное обеспечение программы:

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ:

[Уроки баскетбола. Баскетбольные тренировки от «А» до «Я».](#)
[Все о баскетболе.](#)
[Мир баскетбола](#)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Нормативные правовые акты:

1. Конвенция о правах ребёнка.
2. Конституция Российской Федерации.
3. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 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».

Для педагога:

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2011.
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. -62 с. Кузин В.В., Полиевский С.А. Баскетбол - начальный этап обучения. «ФиС» 2002г.
Костикова Л, В. Баскетбол. Азбука спорта. — М. 2002.

Вари Л. 1000 упражнений игры в баскетбол: Пер, с фр, / Под ред Л. Ю. Поплавского. — Киев, 2005

Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу. — М., 2001.

Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера— И, 2003.

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, 2007

Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 1999

Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2006.

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

Для обучающихся и родителей:

Гомельский А. Я. Баскетбол. Секреты мастера- И, 2013.

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, 2015.

Вуден Д. Современный баскетбол: пер. с англ. - М.: ФиС, 2018

Гатмен, Билл. Все о тренировке юного баскетболиста /Билл, Гатмен, Том Финнеган: пер. с англ., М.: АСТ: Астрель, 2014

**Система проведения мониторинга
реализации образовательных программ и личностного роста обучающихся**

№	Показатели оценивания	Уровень	Критерии оценивания	Сроки оценивания Объект оценивания
Диагностическая карта результативности обучения по общеразвивающей дополнительной программе.				
1	Уровень мотивации к занятиям данным видом деятельности	Высокий	Проявляет постоянный интерес и творческое отношение к данному виду деятельности, стремится получить дополнительную информацию	<i>Вводный мониторинг Промежуточный мониторинг Итоговый мониторинг Обучающийся</i>
		Оптимальный	Устойчивый учебно-познавательный интерес к данному виду деятельности, но он не выходит за пределы изучаемого материала, повышенный интерес возникает к новому материалу и к способам решения проблем.	
		Достаточный	Интерес возникает к лишь новому материалу, но не к способам решения	
		Низкий	Интерес практически не обнаруживается	
2	Соответствие теоретических знаний программе	Высокий	<u>Овладение.</u> Знает и понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры и аналогии, осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике	<i>Вводный мониторинг Промежуточный мониторинг Итоговый мониторинг Обучающийся</i>
		Оптимальный	<u>Применение.</u> Перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	
		Достаточный	<u>Понимание.</u> Понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии.	

		Низкий	<u>Знание.</u> (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	
3	Соответствие практических умений и навыков программе	Высокий	Самостоятельное построение, выполнение действий или операций	<i>Вводный мониторинг</i> <i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся
		Оптимальный	Выполнение при разовой помощи консультации кого-либо	
		Достаточный	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	
		Низкий	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	
4	Уровень мышления и деятельности	Креативный	Стремление к изучению непознанных объектов и явлений, способность к созданию нового и организации активного поиска решения выдвинутых в обучении познавательных и практических задач	<i>Вводный мониторинг</i> <i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся
		Репродуктивный	Точное выполнение действий или операций на основе образца или правил без внесения творчества. Деятельность носит алгоритмический характер.	
5	Использование специального оборудования и оснащения	+	Правильное использование специального оборудования и оснащения при выполнении действий или операций.	<i>Вводный мониторинг</i> <i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся
		!	Требуется помощь при использовании специального оборудования и оснащения	
6	Ответственность и аккуратность в выполнении заданий	+	Ответственно и аккуратно выполняет технологические операции и задания	<i>Вводный мониторинг</i> <i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i>
		!	Требуется помощь при выполнении технологических операций и заданий	

				Обучающийся
Диагностическая карта динамики личностного продвижения обучающихся				
1	Интересы и увлечения		Интересы и увлечения помимо основного вида деятельности	<i>Вводный мониторинг</i> Обучающийся
2	Общая культура и воспитанность	Высокий	Эмоциональная значимость поведения, построенного на убеждении и осознании смысла и цели своей деятельности	<i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся
		Оптимальный	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)	
		Достаточный	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе «извне» (педагог, родители)	
		Низкий	Знание элементарных норм, правил, принципов, но не применяемое в жизни	
3	Формирование социальных компетенций	Высокий	Активное участие в подготовке и проведении социально-значимых мероприятиях различного уровня	<i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся
		Оптимальный	Активное участие в социально-значимых мероприятиях различного уровня	
		Достаточный	Участие в социально-значимых мероприятиях различного уровня	
		Низкий	Разовое участие в социально-значимых мероприятиях различного уровня	
4	Участие в мероприятиях различного уровня каждого обучающегося	По полугодиям	Результативность участия в социально-значимых мероприятиях различного уровня	<i>Промежуточный мониторинг</i> <i>Итоговый мониторинг</i> Обучающийся