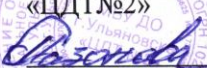


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. УЛЬЯНОВСКА  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 2»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 15 сентября 2020 г.  
Протокол №3

Утверждаю  
Директор МБУ ДО г.Ульяновска  
«ЦДТ№2»  
 М.В. Сазонова  
Приказ №377-1 от 15 сентября 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«СПОРТИВНО-РАЗВИВАЮЩАЯ ИГРА - БАСКЕТБОЛ»  
СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ  
Объединение «Баскетбол»  
Возраст обучающихся: 12 - 17 лет  
Срок реализации: 5 месяцев (80 часов)**

Программа рассмотрена на  
методическом совете

Протокол № 1 от 10 сентября 2020 г.

Программа разработана:

Агафоновым Павлом Владимировичем,  
педагог дополнительного образования  
высшая квалификационная категория

г. Ульяновск, 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	5
1.3 Содержание программы.....	6
1.4 Планируемые результаты.....	7
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	9
2.1 Календарный учебный график.....	9
2.2 Условия реализации программы.....	12
2.3 Формы аттестации.....	13
2.4 Оценочные материалы.....	14
2.5 Методические материалы.....	15
2.6 Список литературы.....	17

**1. Комплекс основных характеристик  
дополнительной общеразвивающей программы**

**1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол» является **модифицированной**, по направленности - **физкультурно-спортивной**, по уровню освоения -стартовый.

**Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г.№196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Приказ от 30 сентября 2020 г.№533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г.№196»;

5. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 №09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)")

6. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

7. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года №816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

9. Методическими рекомендациями Минпросвещения России от 20.03.2020 по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и

дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

10. Устав МБУ ДО г. Ульяновска «ЦДТ № 2»;

11. Локальные нормативные акты Учреждения.

**Профорентация:** в объединении ребята помогают друг другу в учебно-тренировочном процессе, поддерживают друг друга в сложных игровых моментах, помогают в организации и проведении мероприятий и соревнований, что знакомит их с профессиями учителя, тренера.

**Дополнительность:** программа дополняет программу физической культуры общеобразовательной организации.

**Актуальность программы** заключается в том, что среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы баскетбол занимает особое место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в баскетбол включают большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств.

**Отличительные особенности:** программа предоставляет возможности обучающимся, достигшим 12-17 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий баскетболом приобщиться к активным занятиям баскетболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в коллективе. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитывает чувство коллективизма. У обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

#### **Адресат программы.**

Программа предназначена для проведения занятий с обучающимися 12 -17 лет.

Этот возраст характеризуется следующими особенностями:

Это обучающиеся, которым знаком данный вид спорта. У них сформированы начальные представления о тактике и технике ведения данного вида игры. В этом возрасте может развиваться и достигать высокой степени совершенства тонкая координация, пространственная точность движений и способность дифференцировать мышечное напряжение. Быстрый рост костной ткани значительно опережает соотношение мышечной массы с массой скелета. Организм адекватно воспринимает направленные нагрузки, в

зависимости от периода учебно-тренировочного процесса.

**Объем программы.** Данная программа обучения рассчитана на 80 часов

**Формы обучения и виды занятий**

Программа рассчитана на очную форму обучения (с учетом Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации") и включает 108 занятий (теории и практики).

Обучение в объединении очное, групповое.

В содержание учебно-тренировочных занятий в группах начальной подготовки входят:

- Общефизическая подготовка с широким диапазоном средств всестороннего физического воздействия.
- Подготовительные упражнения, способствующие овладению разнообразными технико-тактическими приемами.
- Подводящие и основные упражнения, способствующие овладению техническими и тактическими приемами.
- Подготовительные игры и игровые упражнения.
- Теоретические занятия по программе.

**Срок реализации программы:** 5 месяцев.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительностью 2 астрономических часа (45 минут занятие, 15 мин перерыв, 45 минут занятие, 15 мин перерыв).

Количество обучающихся в группе составляет 15 человек. Зачисление в объединение осуществляется на основании заявления от родителей (законных представителей) без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам.

## **1.2 Цель и задачи программы.**

**Цель занятий:** привитие интереса к регулярным занятиям спортом и баскетболом в частности.

**Задачи обучения:**

*Образовательные:*

- обучение основным техническим требованиям баскетбола (бросок с двух шагов ведения, ведения с изменением направления, повороты);
- формирование умения вести игру в одно кольцо в среднем темпе, владение счетом.

*Развивающие:*

- формирование основных физических качеств (быстроты, гибкости, ловкости, выносливости, силы);

- развитие основ специальных физических качеств (реакции, чувства мяча).

*Воспитательные:*

- формирование основных морально - эстетических принципов (уважение к окружающим, вежливости, взаимопонимания, взаимопомощи).

### 1.3 Содержание программы.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Введение (4 часа)</b>					
	<b>Тема 1.1.</b> Водное занятие. Гигиенические знания и навыки. Режим дня и питание спортсмена. Входная диагностика.	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		опрос, текущий контроль.
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (54 часа)</b>					
	Парные и групповые упражнения;	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		сдача нормативных требований.
	Легкоатлетические упражнения;	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Акробатические упражнения;	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Спортивные и подвижные игры.	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
<b>3.</b>						
	Упражнения для привития навыков быстроты	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		самостоятельная и практическая работа на занятии, соревнования.
	Упражнения, направленные на развитие прыгучести	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Упражнения с отягощениями	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Упражнения для формирования скоростно-силовых качеств	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
<b>4.</b>	<b>Раздел 4 ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (18 часов)</b>					
	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		контрольные упражнения, зачет.
	Техника ведения мяча.	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		
	Техника бросков мяча.	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>		

<b>5</b>	<b>ПРАВИЛА ИГРЫ (2 часа)</b>
<b>6</b>	<b>СОРЕВНОВАНИЯ (2 часа)</b>
<b>Итого:</b>	<b>80 часов</b>

#### **Содержание учебного плана:**

Материал программы дается в трёх разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приёмам игры.

В конце обучения по программе обучающиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

#### **1.4. Планируемые результаты**

##### **Образовательные:**

- повышение функциональной подготовленности;
- расширение диапазона технических приемов (сложных бросков, передач, дриблингов, финтов);
- формирование умения играть в паре в одно кольцо в медленном и среднем темпе.

##### **Развивающие:**

- повышение уровня специальных физических качеств (быстроты реакции, чувства мяча, быстроты исполнения бросков, открываний в штрафной площадке);
- формирование навыков судейства соревнований;
- приобретение соревновательного опыта.

##### **Воспитывающие:**

- воспитание чувства ответственности, сознательности и активности.

По окончании обучения по программе обучающиеся

**должны знать:**

- ✓ технику безопасности на занятиях по баскетболу;
- ✓ характеристику игры;
- ✓ гигиенические правила занятий физическими упражнениями;
- ✓ основные приёмы самоконтроля;
- ✓ особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- ✓ основы рационального питания;
- ✓ правила оказания первой помощи;
- ✓ способы сохранения и укрепления здоровья;
- ✓ основы развития познавательной сферы;
- ✓ свои права и права других людей;
- ✓ влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- ✓ значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- ✓ составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- ✓ выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- ✓ заботиться о своем здоровье;
- ✓ применять коммуникативные и презентационные навыки;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- ✓ находить выход из стрессовых ситуаций;
- ✓ принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- ✓ адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- ✓ отвечать за свои поступки;
- ✓ отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.



## 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

### 2.1 Календарный учебный график.

№	Месяц	Число	Время	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1				Правила техники безопасности. Водная тренировка. История рождения и развития баскетбола.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Входная диагностика
2				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения при нападении.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Тактика нападения.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
4				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия без мяча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
5				ОРУ. Контрольные испытания.	Контр.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
6				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия без мяча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
7				ОРУ. ОФП. Соревнования.	Соревн.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
8				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Техника передвижения приставными шагами.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
9				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия при нападении с мячом.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
10				ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Индивидуальные действия в защите.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
11				ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Прыжки толчком с двух ног.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
12				ОРУ. ОФП. Учебно-тренировочная игра. Техника ведения мяча. Передачи мяча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль

1 3			ОРУ. Учебно-тренировочная игра.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 4			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Броски в кольцо.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 5			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие трех игроков «треугольник». Броски в кольцо.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 6			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Режим и питание спортсмена.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 7			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Броски мяча двумя руками от груди.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 8			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. СФП. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. Броски в кольцо.	Контр.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
1 9			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 0			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Соревнования.	Соревн.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 1			Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 2			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ловля двумя руками «низкого» мяча. Броски в кольцо.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 3			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 4			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль

2 5			ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Учебно-тренировочная игра. Броски в кольцо.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 6			ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебно-тренировочная игра.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 7			Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 8			Соревнования.	Соревн.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
2 9			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Бросок мяча одной рукой от плеча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 0			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 1			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Действия одного защитника против двух нападающих.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 2			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 3			Соревнования.	Соревн.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 4			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Совершенствование техники броска мяча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 5			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Переключение от действия в нападении к действиям в защите.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 6			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 7			Контрольные испытания. Учебная игра.	Контр.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль

3 8			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
3 9			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП.	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль
4 0			ОРУ. Учебно-тренировочная игра. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Подведение итогов	Комбинир.	2	Средняя школа №82	Текущий контроль

**Отформатировано:** Шрифт: 12 пт, без подчеркивания, Цвет шрифта: Авто

**Отформатировано:** По левому краю, Междустр.интервал: одинарный, Запрет висячих строк, Граница: сверху: (Без границ), снизу: (Без границ), слева: (Без границ), справа: (Без границ), между : (Без границ)

## 2.2 Условия реализации программы.

### 1. Материально – технические:

Спортивный зал площадью 288 м<sup>2</sup>.

Уличная баскетбольная площадка.

Стойки для обводки.

Гимнастические маты 6 шт.

Баскетбольные мячи 30 штук.

Набивные мячи 12 штук.

Гимнастический трамплин.

Гимнастические стенки.

Гимнастические скамейки.

Волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи, шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.

24 комплекта спортивной формы (12 мужских и 12 женских).

Тренажёрный зал.

Секундомеры.

Технические средства обучения (видеопроектор);

Учебно-методическая литература (пособия, журналы);

Наглядные пособия (фотографии, картинки, плакаты).

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования, владеющий развивающими технологиями обучения.

## 2.3 Формы аттестации.

Формы аттестации включают в себя следующие **этапы диагностики**.

### 1. Входная диагностика

Проводится в начале учебного года (сентябрь), до начала прохождения разделов программы.

Цель: определить начальный уровень физической подготовки.

Форма: зачет.

### 2. Текущая диагностика

Проводится в течение всего учебного года. Цель: определить уровень освоения программы.

Форма: зачет.

### 3. Промежуточная диагностика

Проводится после прохождения определенных разделов программы. Цель: определить достигнутый уровень общей физической подготовки, если нужно – коррекция учебно-тренировочного процесса.

Форма: зачет.

### 4. Итоговая диагностика

Проводится в конце учебного года.

**Цель:** по итогам окончания обучения оценить , насколько успешно освоена программа учащимися.

**Форма:** зачет

### Формы подведения итогов реализации данной программы

- мониторинг (начальный, промежуточный, итоговый);
- тестирование на знание теоретического материала;
- тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;
- сдача контрольных нормативов по ОФП;
- контроль соблюдения техники безопасности;
- результаты соревнований разного уровня, матчевых и товарищеских встреч.
- результаты соревнований разного уровня, матчевых и товарищеских встреч;
- контроль соблюдения техники безопасности.

## 2.4 Оценочные материалы.

Способы проверки результативности образовательного процесса:

- зачёт на знание теоретических вопросов;
- прохождение специализированных тестов.

Формы подведения итогов реализации программы. Основной формой подведения итогов реализации программы является прохождение специализированных тестов. Во время отчёта каждый обучающийся демонстрирует свои физические качества.

### Тестовый контроль

#### Общефизическая и специальная физическая подготовка.

№ п/п	Тест	Мальчики	Девочки
1	Бег 60 м	11,3-8,2	12,0-9,8
2	Бег 20 м с ведением мяча	11,4-9,4	12,2-10,2
3	Прыжки в длину с места, см	130 – 170	120 – 160
4	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5	Наклон вперёд из положения сидя, см	6 – 8	8 – 10
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки).	4 – 10	10 – 14
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин).	100-110	110-120
8	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40

#### Технико-тактическая подготовка.

№ п/п	Тест	Мальчики	Девочки
1	Штрафные броски	7-10	6-8
2	Броски с дистанции	5-9	5-7
3	Скоростная техника	20-25	20-23
4	Передача мяча в стену на скорость	12-18	12-16
5	Передвижения в защитной стойке	10,1	10,3
6.	Скорость ведения мяча	15,0	15,3
7.	Передача мяча с попаданием	14,2	14,5
8.	Дистанционные броски	28	28
9.	Броски мяча по кольцу в движении после ведения	1-2	1-2

## 2.5 Методические материалы.

### Методическое обеспечение программы

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятий)	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение занятий
1.	<b>ВВЕДЕНИЕ</b> Вводное занятие	Лекция, беседа	Рассказ, просмотр видео материала.	Компьютерная презентация, инструкции по технике безопасности	Опрос учащихся.	Компьютер, плакаты, учебные пособия, журналы.
2.	<b>ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	Объяснение, лекция, практическое занятие	Словесный метод, метод показа, групповой, поточный, повторный, переменный, игровой, индивидуальный	Правила спортивных игр, методические разработки В.И. Ляха, А.А. Зданевич Методические пособия по баскетболу, спортивным играм.	Сдача контрольных нормативов, мониторинг, контрольные тесты и упражнения.	Набивные мячи, гантели, баскетбольные мячи, футбольные мячи, волейбольные мячи, тренажёры, гимнастические стенки, скамейки, компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
3.	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	Объяснение, практическое занятие, просмотр видео материала.	Словесный метод, метод показа, фронтальный, круговой, повторный, попеременный, дифференцированный, игровой метод.	Методические разработки по специальной физической подготовке Погадаев Г.И., учебные карточки с заданиями, методики занятий и тренировок	Сдача контрольных нормативов, мониторинг, контрольные тесты и упражнения	Набивные мячи, гантели, баскетбольные мячи, гимнастический трамплин, тренажёры, компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор, программное обеспечение, компакт-диски с учебным материалом.

<b>4. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	Объяснение, демонстрация технической действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный, идеомоторный метод. Метод расчлененного упражнения. Метод подводящих упражнений.	Учебники по физической культуре, ресурсы из Интернета, <a href="http://basketball-training.org.ua/pravila_basketbola/pravila-basketbola-zhesty-sudej-v-basketbole.html">http://basketball-training.org.ua/pravila_basketbola/pravila-basketbola-zhesty-sudej-v-basketbole.html</a> ЛиндбергФ. Баскетбол: Игры обучение.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи, зачеты.	Баскетбольные мячи, футбольные мячи, стойки для обводки, волейбольные мячи, компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
<b>5. ПРАВИЛА ИГРЫ</b>	Лекция, беседа, тренировка, показ видео материала, участие в соревнованиях	Словесный метод, метод показа, метод опроса. Соревновательный метод. посещение и последующее обсуждение соревнований	Инструкции по технике безопасности, учебные карточки с заданиями, правила соревнований. Методические разработки Буйлин Ю.Ф., Портных Ю.И. Мини-баскетбол в школе.	Участие в соревнованиях, зачет, товарищеских встречах, первенствах, осуществление судейской практики.	Баскетбольные мячи, свисток, секундомер, волейбольная форма.
<b>6. СОРЕВНОВАНИЯ</b>	Соревнования разного уровня, товарищеские встречи	практический	Инструкции по технике безопасности, правила соревнований	Участие в соревнованиях, турнирах, товарищеских встречах, организация соревнований и судейство	Баскетбольные мячи, свисток, секундомер, волейбольная форма.



## 2.6 Список литературы.

### Для педагога

1. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Вуден., Современный баскетбол. М: ФиС, 1987.
- 2.
3. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры. Под общ. Редакцией Ю.М.Портнова - М., 1997.
4. Баскетбол: Теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.; Издательство центр «Академия», 2004.
5. Башкирова В.Г., Петросян А.Т. Некоторые рекомендации по тактике нападения против личной и зонной защиты - М., 1999.
6. Казакова. – М.: Советский спорт, 2002.
7. Казаков С.В. Спортивные игры. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004, 2004- 442с.
8. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2010.
9. Костикова Л.В., Шерстюк А.А., Григорович И.М. Особенности обучения и тренировки баскетболистов 10-13 лет. - М., 1999.
10. В.Б. Мандриков, Р.А. Туркин, М.П. Мицулина, И.А. Ушакова, С.А. Голубин. Баскетбол на занятиях по физической культуре Учебное пособие. - Волгоград, 2012.
11. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта - М., 1998.
12. Официальные правила баскетбола для мужчин и женщин 1998-2002гг. -М.,1998.
13. Организация работы спортивных секций в школе. Каинов А.Н.- Волгоград: Учитель, 2010г.
14. Портнов Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. - М., 1996.
15. Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2005).
16. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений ( Под редакцией Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова- М.: Академия, 2002 - 517 с.
17. Суетнов К.В. Баскетбол в 5-8 классах общеобразовательной школы: Учебное пособие, - Алма-Ата, 1987-82с.
18. Физическое воспитание учащихся 8-9 классов: Пособие для учителя - раздел

«Баскетбол» - М., 2001.

#### **Для обучающихся**

1. Баскетбол – навыки и упражнения: пер.с англ. / Джерри В. Краузе, Дон Мейер, Джерри Майер. – М.: АСТ: Астрель, 2006.
2. Баскетбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
3. Железняк, Ю. Д. К мастерству в волейболе. Москва. «Физкультура и спорт» 1978.
4. Казаков С.В. Спортивные игры. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004, 2004- 442с.
5. Кузин, В.В., Полиевский С.А., Баскетбол. Начальный этап обучения, - М.: Физкультура и спорт, 1999.-133с.
6. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом. 2009
7. Суетнов, К.В. Обучение школьников игре в баскетбол/ Учебное пособие. – Алма-Ата, 1985-92с.
8. Физическая культура: учебник для учащихся 8-9 классов общеобразовательных учреждений - Раздел «Баскетбол». - М., 2001
9. Эйнгорн, А. Н.. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт». 2007.

#### **Интернет - ресурсы**

1. Сайт: <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/03/26/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-basketbol>
2. Сайт: <http://festival.1september.ru/articles/610026/>
3. Сайт: <http://obasketbole.ru/dvd-i-lit>
4. Сайт:[http://www.bcmetallurg.ru/books/aya\\_gomelskii\\_upravlenie\\_komandoi/page/3](http://www.bcmetallurg.ru/books/aya_gomelskii_upravlenie_komandoi/page/3)
5. Сайт: <http://fizkultura-na5.ru/>