

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

Принята на заседании  
Педагогического совета  
От 09.04.2024 г.  
Протокол № 3

Утверждена  
Директор МБУ ДО г.Ульяновска  
«ЦДТ №2»  
\_\_\_\_\_  
Л.Р. Полянская  
Приказ № 91-1 от 15.04.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивно-развивающая игра - баскетбол»**

**Объединение «Баскетбол»  
Продвинутый уровень  
Срок реализации программы - 2 года  
Возраст обучающихся: 14-18 лет**

Программа разработана педагогом  
**Ахмеровым Ильмиром Насибовичем,**  
Высшая квалификационная категория

**г. Ульяновск, 2024 г.**

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

### **1. Комплекс основных характеристик программы**

1.1. Пояснительная записка	стр.3-6
1.2. Цель и задачи программы	стр. 7
1.3. Содержание программы	стр. 8-16
1.4. Планируемые результаты	стр.16-20

### **2. Комплекс организационно-педагогических условий.**

2.1. Календарный учебный график	стр. 21-23
2.2. Условия реализации программы	стр. 23-24
2.3. Формы контроля	стр. 24-26

### **3. Список литературы**

3.1.Список литературы для педагога	стр. 27-28
3.2.Список литературы для учащихся	стр.28
3.3. Список литературы родителей	стр.28
3.4. Интернет ресурсы	стр.29

<b>4. Приложения</b>	стр.29-46
----------------------	-----------

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

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «**Баскетбол**» имеет **физкультурно-спортивную** направленность, предназначена для оказания образовательных услуг в условиях МБУ ДО г. Ульяновска «ЦДТ№2».

Уровень программы **продвинутый**. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

В программе акцент делается на предметные результаты, выделяются три вида результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы: личностные, метапредметные и предметные.

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

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»
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»

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений.

Программа «Баскетбол» является модифицированной и составлена на основе:

- Программа «Физическая культура». Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 8-11 классы: учеб. Пособие для общеобразоват. Организаций / В.И. Лях- 2-е изд. – М.: Просвещение, 2016- 80 с.
- Учебник для общеобразовательных организаций. Базовый уровень. Физическая культура 8-11 класс, под редакцией В. И. Ляха. Рекомендовано

Министерством образования и науки Российской Федерации, 4-е издание, Москва «Просвещение» 2017г. -255 с.

***Уровень освоения программы: «Продвинутый уровень».***

По программе «Баскетбол» предполагает освоение знаний, создающих общую и целостную картину изучаемого предмета спортивной игры «Баскетбол»

**-Направленность программы: физкультурно-спортивная.**

**-Актуальность** данной программы обусловлена осознанием учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья.

**-Педагогическая целесообразность программы.**

Организация объединения «Баскетбол»

- одна из форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, 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.

**-Отличительные особенности программы.**

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**-Новизна дополнительной общеобразовательной программы предполагает:**

- новое решение проблем дополнительного образования;
- новые методики преподавания;
- по своему воздействию спортивные игры в том числе баскетбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека.
- специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

**-Адресат программы:** программа рассчитана на организацию внеклассных занятий с учащимися 14-18 лет, составлена с учетом возрастных особенностей на основе планомерного и преемственного формирования и развития научных фактов и идей.

**-Комплектование учебной группы:** количество обучающихся в группе составляет 15 человек. Зачисление в объединение осуществляется на основании заявления от родителей (законных представителей) и заключения договора. Допуск врача на посещение занятий учащимися обязателен.

**Состав учебной группы постоянный**, но при необходимости может быть переменным. Особенности организации образовательного процесса: учащиеся занимаются в разновозрастной группе.

**-Объём программы:** 216 часов за весь период обучения (1 год).

**-Форма обучения:** очная. Возможно дистанционное обучение.

Программа рассчитана на очную форму обучения (с учётом Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ "Об образовании в

Российской Федерации"). По дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол» при необходимости можно обучать учащихся дистанционно (с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий- ДОТ).

**-Формы проведения занятий:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**-Сроки реализации программы:** 36 учебных недель. 9 месяцев. 1 год.

#### Модули программы

Модули программы	Всего часов	Часов за неделю	Часов за месяц	Учебные недели
1	100	6	24	16(сентябрь-декабрь)
2	116	6	24	20 (январь-май)
Итого:	216	6	24	36

#### **-Методы и формы обучения.**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 6 часов в неделю.

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

Для повышения интереса занимающихся к занятиям волейболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

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

-Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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



Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

**-Режим занятий:** продолжительность образовательного процесса - всего 216 часов. На один год обучения 6 часов, 3 раза в неделю, 24 часа в месяц.

## **1.2 Цель и задачи программы**

**Цель:** углублённое изучение спортивной игры баскетбол.

**Задачи программы:**

### **1. Образовательные:**

- изучение истории развития баскетбола;
- изучение правил игры;
- обучение расстановки игроков на площадке;

### **2. Воспитательные:**

- формирование дисциплинированности, коллективизма и чувства дружбы;
- воспитание воли, смелости, настойчивости;
- привитие ученикам организаторских навыков;

### **3. Развивающие:**

- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по баскетболу;
- умение организовывать и проводить национальные праздники, народные игры.

### 1.3 Содержание программы

Программный материал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Баскетбол» реализуется на каждом занятии в соотношении 20% ; изучение теоретического материала и 80% - практическая работа.

#### Учебный план

№ п/п	Название разделов программы	Всего часов	теория	практика	Форма контроля
	<b>1 модуль</b>	<b>100ч.</b>			
	<b>Инструктаж по ТБ и ПДД.</b>	2	1	1	опрос
1.	Физическая подготовка	42	7	35	Сдача нормативов
2.	Техническая подготовка	56	6	50	Зачёт
	<b>2 модуль</b>	<b>116ч.</b>			
2.	Техническая подготовка	46	6	40	Зачёт

3.	Тактическая подготовка	30	7	23	Опрос
4.	Учебная игра	40	4	36	Соревнования
	<b>Итого:</b>	<b>216ч</b>	<b>31</b>	<b>185</b>	

## Содержание программы

### 1 модуль-100 часов

#### 1. «Физическая подготовка»(42 ч)

**Цель:** Развитие физических качеств и двигательных способностей.

**Задачи:**

1. сохранение и укрепление здоровья;
2. Оптимальное развитие физических качеств и двигательных способностей;
3. Повышение функциональных возможностей организма;
4. Формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, умений

саморегуляции средствами физической культуры;

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:
  - рассказ;
  - объяснение;
  - сопроводительные пояснения.
2. Наглядный метод:
  - показ учебных видеозаписей.
  - показ таблиц.

**Виды и способы работы с детьми:**

- инструктаж;
- фронтальная работа.
- общая подготовка;
- Спец. Подготовка.

**Знания, умения, навыки:**

- Знание о физической подготовке для повышения спортивного мастерства.

**Формы контроля:** Сдача нормативов.

**2. «Техническая подготовка» (56ч)**

**Цель:** владение техническими приёмами игры.

**Задачи:**

-Совершенствование технической подготовки. Методы и средства технической подготовки.

**Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:
  - объяснение;
  - сопроводительные пояснения.
2. Наглядный метод:
  - Показ упражнений.

### **Виды и способы работы с детьми:**

- групповая и индивидуальная работа;
- фронтальная работа.

### **Знания, умения, навыки:**

- Формирование современной техники волейбола, тенденции ее дальнейшего развития.

**Формы контроля:** Зачёт. Имитация упражнений без мяча. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Броски мяча.

## **2 модуль-116 часов**

### **3. «Тактическая подготовка»(46 ч)**

**Цель:** Обучение индивидуальным тактическим действиям

**Задачи:**

1. Овладение основными приемами тактики игры;
2. Повышение тактической подготовки учащихся.

### **Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:
  - рассказ;
  - объяснение;
  - сопроводительные пояснения.
2. Наглядный метод:
  - показ учебных видеозаписей.
  - показ таблиц.

### **Виды и способы работы с детьми:**

- групповая и индивидуальная работа;
- фронтальная работа;
- действия игрока в нападении;
- действия игрока в защите.

### **Знания, умения, навыки:**

- приобретение необходимых теоретических знаний;
- Знание о тактической подготовке для повышения спортивного мастерства.

**Формы контроля:** Опрос. Зачёт.

#### **4. «Учебная игра» (40 ч.)**

**Цель:** Подготовка учащихся к соревнованиям по баскетболу.

**Задачи:**

-Обучение и совершенствование групповых и индивидуальных действий.

### **Методы и формы подачи материала:**

1. Словесный метод:

- объяснение;
- сопроводительные пояснения.

2. Наглядный метод:

- показ учебных видеозаписей.
- показ таблиц.

### **Виды и способы работы с детьми:**

- работа;
- фронтальная работа.

### **Знания, умения, навыки:**

- Определение функций игроков. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями.

**Формы контроля:** Соревнования.

## **1.4. Планируемые результаты**

### ***Личностные результаты***

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

#### *Метапредметные результаты*

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

#### *Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### *Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать* и *понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

***Предметные результаты:***

-Выполнение технических действий, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игры и соревнований;

Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности.

**Обучаемые должны знать:**

- Историю развития баскетбола Общие основы баскетбола;
- Правила игры и методика судейства

**Обучаемые должны уметь:**

- Применять в игровой ситуации навыки игры в нападении и защите.
- Применять навыки судейства.

**Способы проверки знаний и умений обучающегося:**

- Контрольные нормативы.



- Зачёт по пройденным игровым элементам игры.
- Опрос.

### **Формы контроля учащихся.**

Процесс обучения по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе предусматривает следующие формы диагностики и аттестации:

1. Входная диагностика, проводится перед началом обучения и предназначена для выявления уровня подготовленности детей к усвоению программы. Формы контроля: опрос, тестирование, зачёт.
2. Итоговая диагностика проводится после завершения всей учебной программы.
3. Участие в школьных, районных и областных соревнованиях.

## **2.Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Календарный учебный график**

№ п/п	Дата проведения	Время проведения	Форма занятия	Темы занятий	Всего часов	Место проведения занятия	Форма контроля
				<b>1 модуль</b>	<b>100ч</b>		
1		18.00-20.00	Беседа. Практическая работа	Баскетбол как спортивная игра. Инструктаж по ТБ.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Опрос, сдача нормативов.
2		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Бег. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
3		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Прыжки. Командные действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
4		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ловля, передачи. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос

5		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ловля, передачи. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра. Контрольные упражнения (бег 30м).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
6		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ведение, броски. Групповые действия в защите. Учебная игра. Контрольные упражнения (подтягивание).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
7		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ведение, броски. Командные действия в защите. Учебная игра. Контрольные упражнения (челночный бег).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
8		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ведение. Броски. Командные действия в защите. Учебная игра. Контрольные упражнения (броски с места).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
9		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Остановки. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра. Контрольные упражнения (прыжок вверх).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
10		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Повороты. Групповые действия в нападении. Учебная игра. Контрольные упражнения (ведение, остановка, бросок).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
11		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Прыжки. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра. Контрольные упражнения (прыжок в длину с места).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение

12		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Прыжки. Командные действия в нападении. Учебная игра. Контрольные упражнения (броски в движении, бег 1000м).	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
13		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Перехват. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
14		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Вырывание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
15 16		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Взятие отскока. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
17 18		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Прыжки. Командные действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
19 20		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Повороты. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
21 22		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Перехват. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
23 24		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Взятие отскока. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
25 26		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Вырывание. Командные действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
27 28		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ловля мяча двумя руками. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.

29 30		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Ведение мяча с высоким отскоком. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
31 32		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками от груди. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
33 34		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками сверху. Командные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
35 36		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Ведение с низким отскоком. Индивидуальные действия в нападении.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
37 38		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Бросок двумя руками от груди.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
39 40		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками от плеча. Групповые действия в нападении.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
41 42		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Бросок двумя руками снизу. Командные действия в нападении.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
43 44		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками снизу. Командные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
45 46		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Выбивание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Промежуточно й контроль обученности учащихся за 1 полугодие. Зачёт.

47 48		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Перехват. Групповые действия в защите.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
49 50		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Отбивание мяча при броске в прыжке. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
		18.00- 20.00		<b>2 модуль</b>	<b>116ч</b>	МБОУ СШ №66 спортивный зал	
51		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Овладение мячом в борьбе за отскок у своего щита. Командные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
52		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Накрывание мяча при броске. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
53		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Перехват мяча при передаче. Групповые действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
54		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Вырывание мяча. Групповые действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
55		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Взятие отскока. Командные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
56		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Прыжки. Командные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
57		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками с отскоком. Индивидуальные действия в нападении.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос

58		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Бросок одной рукой сверху. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
59		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ловля мяча с одной рукой. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
60		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Передача мяча одной рукой сверху. Командные действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
61		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ведение мяча с низким отскоком. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
62		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Бросок одной рукой от плеча. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
63		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Бросок одной рукой снизу. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
64		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Передача одной рукой от головы. Командные действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
65		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Передача одной рукой от плеча. Командные действия в нападении. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
66		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Выбивание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение

67		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Перехват мяча при ведении. Групповые действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
68		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Отбивание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
69		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Взятие отскока. Командные действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
70		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Накрывание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
71		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Перехват мяча при передаче. Групповые действия в защите. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
72 73		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Вырывание. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
74 75		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Прыжки. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
76 77		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Взятие отскока. Командные действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
78 79		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ловля мяча двумя руками. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
80 81		18.00-20.00	Учебно-практическое занятие	Ведение мяча без зрительного контроля. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.

82 83		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Ловля мяча одной рукой. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
84 85		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча двумя руками от пола. Командные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
86 87		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Обводка соперника с изменением высоты отскока. Индивидуальные действия в нападении. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
88 89		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Броски с места. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.
90 91		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Передача мяча в движении. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
92 93		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Обводка соперника с изменением направления. Командные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
94 95		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Остановки и повороты. Командные действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
96 97		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Стойка, ходьба, бег. Выбивание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Беседа, сдача нормативов.



98 99		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Броски в движении. Перехват. Групповые действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
100 101		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Отбивание. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	наблюдение
102 103		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Накрывание. Командные действия в защите. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
104 105		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Взятие отскока. Индивидуальные действия в защите. Учебная игра	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Итоговый контроль обучен- ности учащихся за год
106 107		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Броски с места. Групповые действия в нападении. Учебная игра.	4	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Наблюдение, опрос
108		18.00- 20.00	Учебно- практичес кое занятие	Контрольное занятие. Учебная игра.	2	МБОУ СШ №66 спортивный зал	Сдача нормативов ОФП
<b>ИТОГО:</b>					<b>216 час.</b>		

Примечание:

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 108 занятий по объективным причинам (болезни, каникулы; карантин или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.

Можно также исключать некоторые занятия или заменить на другие, которые хуже усваиваются.

## **2.2 Условия реализации программы**

### **ПАСПОРТ КАБИНЕТА**

Спортивный зал:

площадь -288 м<sup>2</sup>;

освещение - 19 светильников (х2 энергосберегающих лампы)2 плафона, 2

энергосберегающие лампочки;

теплоснабжение- централизованное;

покрытие - специализированный линолеум;

число раздевалок – 2;

ограждение окон – сетка.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Щиты баскетбольные - 6 шт.
2. Эспандеры – 4 шт.
3. Гимнастические стенки - 8 шт.
4. Гимнастические скамейки - 4 шт.

5. Гимнастические маты - 20 шт.
6. Скакалки - 40 шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 5 шт.
8. Мячи баскетбольные - 30 шт.
9. Конусы, маркеры. - 2 комплекта.

**Кадровое обеспечение** – квалифицированный педагог дополнительного образования Ахмеров Ильмир Насибович.

**2.3. Формы диагностики:** сдача нормативов общей физической подготовки, тестирование, участие в соревнованиях различного уровня, открытые занятия.

#### **2.4 Оценочные материалы:**

**Начальная диагностика учащихся** в начале изучаемого курса общеразвивающей общеобразовательной программы «Баскетбол»

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ		
	Девочки		
Учащиеся			
Оценка	“5”	“4”	“3”
Челночный бег 4х9 м, сек	8,7	9,0	9,4
Бег 30 м, секунд	4,9	5,1	5,5
Бег 2000 м, мин	8,40	9,20	9,45
Прыжки в длину с места	190	180	165
Подтягивание на низкой перекладине	11	9	6
Сгибание и разгибание рук в упоре	20	15	12

Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	44	38	35
Прыжок на скакалке, 25 сек, раз	58	56	54

## 2.6. Список литературы

### Литература для педагога

1. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Баскетбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт. 2005.-112с.

### Литература для учащихся и родителей

1. Аулик, И. В. Как определить тренированность спортсмена. – М., 2007. - 210с.
2. Башкин, С. Г. Уроки по баскетболу. - М., 2006. - 128с.

3. Буйлов, Ю. Ф., Портных, Ю. И. Мини-баскетбол в школе. - М., 2006. - 130с.
4. Былеева, А. В., Коротков, И. М. Подвижные игры. - М.,2006. - 246с.
5. Волков, В. М. Тренеру о подростке. - М.,2007. - 118с.
6. Гандельсман,А. Б., Смирнов, К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М., 2010. - 210с.