

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П.НИВЕНСКОЕ»**

Калининградская область, Багратионовский район, п. Нивенское, ул. Калининградская, дом №1.
тел.(8-401)56-55-3-48; e-mail: nivenskschool57@mail.ru

Рассмотрено
на методическом совете
протокол №5
от «17» мая 2023 г.

Утверждаю
директор
/_____/ Г.Г.Граховская
«17» мая 2023г. Приказ №7

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»**

Возраст детей 7 до 18 лет
Срок реализации – 3 года

Автор программы:
Соколова Галина Юрьевна,
педагог дополнительного образования п. Нивенское

2023г

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по баскетболу (далее – Программа) физкультурно-спортивной направленности, модифицированная, разработана в соответствии: Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы на спортивно-оздоровительном этапе подготовки по баскетболу, охватывает систему подготовки новичков, обучение на русском языке, срок обучения составляет 3 года для обучающихся от 7 до 18 лет.

Ведущие теоретические идеи.

Ведущей теоретической идеей, на которой базируется данная программа, является сочетание обучения баскетболу с воспитанием гармоничной, всесторонне развитой личности. В основе обучения баскетболу лежат дидактические принципы педагогики: сознательность, активность, наглядность, систематичность, постепенность, доступность и прочность освоения знаний, принцип всестороннего развития.

Ключевые понятия

Физическая культура, здоровый образ жизни; баскетбол, техника и тактика, физическая подготовка, спортивное мастерство, спортивная этика, психологическая подготовка баскетболиста.

Направленность

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

Актуальность образовательной программы

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия баскетболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищам.

Педагогическая целесообразность

Программа «Баскетбол» составлена таким образом, чтобы обучающиеся могли овладеть всем комплексом знаний, умений и навыков, а также позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, способствует формированию интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Реализация данной программы является конечным результатом, а также ступенью для перехода на другой уровень сложности.

Таким образом, общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на создание образовательного маршрута каждого обучающегося.

Практическая значимость.

Практическая значимость программы по баскетболу 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.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

- ☐ Принцип сознательности и активности реализуется методами убеждения и разъяснения. Понимание спортсменами целей и задач обучения - одно из условий воспитания сильных, ловких, смелых, волевых и интеллектуально развитых людей.
- ☐ Принцип всестороннего развития личности обучающихся заключается в единстве физического воспитания с умственным, нравственным и эстетическим.
- ☐ Принцип наглядности: педагог сам показывает отдельные приемы игры, пользуется наглядными пособиями (фотографии, журналы, плакаты), а также присутствует с учениками на тренировках и соревнованиях спортсменов-разрядников.
- ☐ Систематичность, то есть плавность и последовательность в обучении - решающие факторы скорейшего и правильного овладения техникой и тактикой игры.

□ Систематичность занятий заключается не только в регулярности, но и в соблюдении правильной последовательности обучения. Важно использовать все подготовительные упражнения для воспитания и развития физических качеств, на основе которых приобретает спортивное мастерство.

□ Принцип постепенности. Переход от простого к сложному. Освоение нового элемента должно проходить в медленном темпе с постепенным нарастанием до максимальной скорости выполнения элемента.

□ Принцип доступности основан на простоте изложения теоретического и подаче практического материала. Пройденный материал должен быть освоен так, чтобы на его основе можно было продолжать занятие, изучая новое.

□ Педагогические принципы индивидуализации тренировочного процесса должны предусматривать возможность перевода наиболее способных спортсменов в следующую подготовительную группу. Это позволит в наиболее короткие сроки достичь высоких результатов.

Все дидактические принципы, положенные в основу преподавания, дополняют друг друга и тем самым обеспечивают успех обучения.

Отличительные особенности программы

Естественность движений. В основе баскетбола лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, баскетбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы на спортивно-оздоровительном этапе подготовки по баскетболу, охватывает систему подготовки новичков, обучение на русском языке.

Цель образовательной программы:

Программа предусматривает следующие цели

формирование у учащихся основ здорового образа жизни, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, через углубленное изучение спортивной игры баскетбол.

Задачи:

Образовательные:

- ✓ обучить техническим и тактическим действиям;
- ✓ изучить общефизические и специальные упражнения;
- ✓ овладеть приемами аутотренинга и самоконтроля.

✓ Воспитательные:

- ✓ воспитать интерес к занятиям;
- ✓ воспитать самостоятельность, настойчивость, выдержку, самообладание;
- ✓ воспитать уважение к окружающим;
- ✓ воспитать коммуникативные навыки.

✓ Развивающие:

- ✓ формирование познавательной активности;
- ✓ развитие кондиционных и координационных способностей;
- ✓ овладение двигательными умениями и навыками;
- ✓ овладение правилами судейства соревнований;
- ✓ приобретение соревновательного опыта;
- ✓ формирование социальной активности (капитан команды, старший в группе, судья, инструктор).

Образовательные (предметные):

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (баскетбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить обучающихся технике и тактике игры баскетбол;
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развить двигательные способности посредством баскетбола;
- сформировать навыки систематических самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Личностные:

- повышение творческой активности детей, проявление инициативы и любознательности;
- формирование ценностных ориентаций;
- адаптация детей к условиям детско-взрослой общности;
- развитие жизненных, социальных компетенций: автономность, ответственность, мировоззрение, гражданская позиция ит.д.

Метапредметные:

- регулятивные: умение планировать свою деятельность, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении, умение контролировать и оценивать действия;
- коммуникативные – умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий;

- познавательные – умение осуществлять информационный поиск, сбор и выделение существенной информационной из различных информационных источников.
- обучение правилам игры, основам техники игры; развитие физической и специальной подготовки, совершенствование психологических показателей; - повышение уровня дисциплины и культуры поведения на занятиях.

Характеристика возрастных особенностей детей.

Все дети школьного возраста согласно физиологической периодизации делятся на 3 возрастные группы 7 лет - конец периода первого детства; 8-11 лет (девочки) и 8-12 лет (мальчики) - период второго детства. Подростковый возраст наступает с 12 лет у девочек и с 13 лет у мальчиков. С 16 лет у девочек и с 17 лет у мальчиков начинается юношеский возраст.

В подростковом и младшем юношеском возрасте отмечаются высокие темпы роста тела в длину, увеличиваются вес, мышечная масса. С 13 до 14 лет наблюдается интенсивный рост тела - его длина увеличивается на 9-10 см, а с 14 до 15 лет - на 7-8 см. Темпы роста длины тела резко падают к 16-17 годам. От 15 до 16 лет длина тела увеличивается на 5-6 см в год, а от 16 до 17 лет - только на 2-3 см.

В старшем школьном возрасте пропорции тела приближаются к показателям взрослых. К 16 годам прекращается рост у девушек. Рост тела в длину у юношей в основном заканчивается к 18 годам.

В подростковом и юношеском возрасте наблюдаются высокие темпы увеличения мышечной массы. Максимальный рост силы на 1 кг собственного веса наблюдается до 14 лет. После этого темпы роста относительной силы снижаются.

Показатели относительной силы у девочек значительно уступают соответствующим показателям у мальчиков. Поэтому в занятиях с девочками старше 13-14 лет следует строго дозировать упражнения, выполняемые с большими напряжениями.

В возрасте от 7 до 12 лет наблюдается интенсивный рост темпа движений. Быстрота и частота движений, а также способность поддерживать их максимальный темп к 14-15 годам достигают значений, близких к предельным.

Напряженная мышечная работа предъявляет высокие требования к ресурсам систем дыхания и кровообращения, и так как сердце раньше, чем скелетные мышцы достигает границ работоспособности, то именно пределы его функциональных возможностей определяют способность человека к работе большой мощности. Уровень сердечной производительности имеет важное значение в обеспечении энергетических потребностей организма, связанных с мышечной работой. В процессе развития человека ЧСС уменьшается, достигая к подростковому возрасту величин, близких к показателям взрослых. ЧСС с 85-90 уд/в мин в 7 лет снижается до 70-76 уд./мин к 14-15 годам. К 16-17 годам пульс

составляет 65-75 уд./в мин, т.е. практически не отличается от ЧСС взрослых людей.

При мышечной деятельности у юных спортсменов наблюдается ряд особенностей, связанных с высокими темпами возрастных морфологических и функциональных перестроек сердечно-сосудистой системы. Особенно значительны темпы развития сердечно-сосудистой системы на этапе полового созревания, когда размеры сердца, его вес и объем систолического выброса на протяжении трех-четырех лет (от 12 до 15-16 лет) увеличивается почти вдвое.

Под влиянием систематической тренировки у подростков и юношей отмечается рост показателей, характеризующих эффективность потребления кислорода. Основным источником энергетического обеспечения при напряженной мышечной работе является анаэробный обмен. Об уровне анаэробного обмена можно судить по величине кислородного долга, накоплению молочной кислоты в крови или косвенным показателям ее концентрации. Известно, что все физические качества в многолетнем плане развиваются неравномерно. Для каждого качества имеется свой благоприятный период. Преимущественная направленность тренировочного процесса по годам обучения определяется с учетом сенситивных периодов развития физических качеств у юных спортсменов. Вместе с тем нельзя оставлять без внимания развитие качеств, которые в данном возрасте не совершенствуются.

Особенно важно соблюдать соразмерность в развитии общей выносливости и скоростных качеств, в развитии общей выносливости и силы, т.е. тех из них, которые имеют под собой разные физиологические механизмы

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Количественный состав групп 15-20 чел.

В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний и допущенные врачом к занятиям физической культурой (справка).

Форма обучения - очная. Образовательный процесс осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом. Формирование учебных групп проводится по возрастному принципу. Состав группы – постоянный. Возможен добор детей в группы в течение учебного года. Для учащихся обучение по программе имеет минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания, что соответствует стартовому уровню.

Режим занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа.

Программа рассчитана на **216 учебных часа**. Учебный материал распределён по трём годам обучения:

1 год обучения 2 раза по 1 часу (45 мин) x 41 недели	72 часов	7-10 лет
2 год обучения 1 раз по 2 часа (90 мин) x 41 недели	72 часа	11-13 лет
3 год обучения 1 раз по 2 часа (90 мин) x 41 недели	72 часов	14-17 лет

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Обучение осуществляется в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки.

Три года обучения осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основными техническими приёмами, выполнение контрольных нормативов по ОФП и технической подготовке.

Основные формы и методы

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в достижении намеченных целей. Демонстрировать успехи и достижения по части игры в баскетбол. При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу у обучающихся вырабатываются такие качества, как коммуникабельность, воля, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищам. Учебный курс состоит из учебно-тренировочных занятий, занятий по общей физической подготовке. Предусматривается участие в соревнованиях.

Зачисление в детское образовательное объединение происходит по желанию ребёнка и согласия родителей. К занятиям допускаются воспитанники, не имеющие медицинских противопоказаний.

Планируемые результаты изучения программы «Баскетбол»

В результате изучения курса учащиеся

Научатся:

в сфере предметных результатов

- играть в спортивную игру «Баскетбол» (по упрощённым правилам);
- расширение знаний истории зарождения игры «Баскетбол»;
- расширение знаний об основных элементах спортивной игры и правилах судейства;
- расширение знания простых приёмов оказания первой помощи при травмах;
- расширение знаний об условиях проведения соревнований;
- расширение знаний о понятиях «Техника игры», «Тактика игры», «Школа передач мяча», «Финт», «Владение мячом», «Школа бросков мяча по кольцу», «Групповые взаимодействия».
- расширение знаний гигиенических требований к местам занятий баскетболом, инвентарю, спортивной одежде и обуви.

- организовывать самостоятельные занятия утренней гимнастики, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

в сфере **метапредметных результатов**:

- ставить цели и задачи на каждом занятии;
- планировать учебную деятельность на занятии и дома;
- осуществлять рефлекссию и самоконтроль учебной деятельности;
- работать с учебным материалом по физической культуре, осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- излагать грамотно свои мысли в устной и письменной речи;
- осуществлять рефлекссию и самоконтроль учебной деятельности, проводить самооценку;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

в сфере **личностных результатов**

- оценивать личностную значимость тех или иных учебных заданий;
- контролировать процесс и личный результат учебной предметной деятельности (вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами).

Получат возможность **научиться**:

в сфере **предметных результатов**

- применять полученные знания в ходе занятий и проводить судейство игры;
- выполнять правильно броски;
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий;
- выступать в школьных, муниципальных соревнованиях;
- организовывать самостоятельные систематические занятия; физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;
- оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой;
- описывать роль и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

в сфере **метапредметных результатов**

- анализировать и осмысливать текст задания, извлекать необходимую информацию;
- выполнять сбор информации в несложных случаях;
- публично представлять результаты учебных достижений.

- выполнять работу индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.
в сфере личностных результатов
- формировать портфолио учебных достижений.
- использовать речевые средства в соответствии для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Формирование УУД:

Личностные УУД.

У обучающихся будут **сформированы**:

- положительное отношение к занятиям в кружке, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности;
- интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебно-тренировочной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;
- эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах;
- чувство сопричастности и гордости за свою Родину через знакомство с современными олимпийскими играми и спортивными традициями;
- основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта;
- формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений;
- установка на здоровый образ жизни;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности;
- первоначальные представления о строении и движениях человеческого тела;
- представление об оздоровительном воздействии физических упражнений как факторе, позитивно влияющим на здоровье.
- Обучающийся получит возможность для формирования понимания значения занятия спортом в жизни человека;
- первоначальной ориентации на оценку результатов собственной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- представления о рациональной организации режима дня, самостоятельных физических занятий;
- представления об организации мест занятий физическими упражнениями и использовании приемов самостраховки;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации к занятиям в спортивном кружке;
- адекватного понимания, с помощью тренера, причин успешного или неуспешного развития физических качеств и освоения учебного материала;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой и соревновательной деятельности;

- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения;

Регулятивные УУД

Обучающиеся научатся:

- принимать и сохранять учебную задачу, в том числе задачи, поставленные на тренировочном занятии и задачи по освоению двигательных действий;
- принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств в избранном виде спорта указанную учителем, в учебно-тренировочном процессе;
- принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации;
- осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений тренировочной деятельности;
- оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения;
- вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок;
- различать способ и результат собственных и коллективных действий.

Обучающийся получит возможность научиться:

- вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- оценивать технику выполнения упражнения по видам спорта, проводить анализ действий игроков во время игры;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий;
- самостоятельно осваивать технику выполнения новых упражнений по схеме представленной учителем;
- осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических качеств и роста результатов в избранном виде спорта;
- проводить самоанализ техники выполняемых упражнений и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок.

Познавательные УУД

Обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников

- (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки;
 - осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
 - читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;
 - строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений;
 - ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности;
 - осуществлять анализ объектов, проводить сравнение и классификацию изученных упражнений и элементов по заданным критериям;
 - осуществлять синтез при составлении комплексов разминки или утренней зарядки, подбирая необходимые общеразвивающие упражнения;
 - устанавливать причинно-следственные связи различных подготовительных упражнений с оздоровительными задачами.
 - Обучающийся получит возможность научиться:
 - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
 - осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;
 - осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений;
 - осуществлять выбор наиболее эффективных способов подбора упражнений в зависимости от вида спорта и конкретных условий;
 - самостоятельно достраивать и восполнять недостающие компоненты при составлении комплексов ОРУ;
 - произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр;
 - анализировать технику спортивных игр или выполнения упражнений, строя логичные решения, включающие установление причинно-следственных связей;
 - выявлять связь занятий спортивной деятельностью с трудовой и оборонной деятельностью;
 - характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.

Коммуникативные УУД

Обучающиеся научатся:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;

- использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- разрабатывать единую тактику занятий л. атлетикой, лыжами и в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партнером и учитывая его реакцию на игру;
- следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности;
- контролировать действия партнёра во время выполнения групповых упражнений и упражнений в парах при занятиях л. атлетикой и лыжами;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- задавать вопросы для уточнения техники, тактики или правил игры.
- Обучающийся получит возможность научиться:
- учитывать в своих действиях позиции других людей, и координировать деятельность, не смотря на различия во мнениях;
- при столкновении интересов уметь обосновывать собственную позицию, учитывать разные мнения;
- аргументировать свою позицию и согласовывать её с позициями партнёров по команде при выработке общей тактики игры;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций партнеров и соперников;
- последовательно, точно и полно передавать партнёру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и выполнения упражнений с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и взаимопомощь при выполнении групповых или парных упражнений, а также осуществлять страховку при выполнении акробатических элементов;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний).

Основной показатель работы - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Формы подведения итогов реализации программы

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего тренировочного годового цикла 2 раза в год.

Результаты контрольных испытаний являются основой для перевода (отбора) в группы следующего года подготовки. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях, как более высокая ступень учебных игр с заданиями.

Повышение уровня владения мячом

Повышение интереса детей к игре Баскетбол

Познавательное развитие школьников в области знаний о игре Баскетбол.

Познавательное развитие и знакомство с историей возникновения Баскетбола с основными правилами игры.

К концу прохождения программы дети должны:

- выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала;

- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, ловкости, силы, скорости;

- тестирование: метание набивного мяча (1 кг.) на дальность;

- тестирование: челночный бег 3х10м, подтягивание, отжимание;

- тестирование: пресс за 30 сек. (кол.раз), бег 30м., 500м, 1000м.

Учащиеся научатся:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- использовать компьютерные технологии для решения информационных и учебных задач, в том числе: докладов, рефератов, создание презентаций и др.;

- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

1. Педагог дополнительного образования, 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

2. Помещение для занятий, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям (баскетбольная площадка, оборудованный зал).

3. Оборудование (шведская стенка, гимнастические скамейки, баскетбольное кольцо, футбольные ворота, волейбольная сетка, теннисный стол, ракетки, мячи).

4. Инвентарь (набивные и баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи, скакалки, гимнастические палки, гимнастический козел, скамейки, маты, настольные игры).

5. Учебно-методическая литература (учебники, пособия, журналы по баскетболу, методические разработки составителя данной программы).

6. Наглядные пособия (фотографии, плакаты).

7. Наполняемость / сохранность учебных групп.

8. Регулярность посещения обучающихся занятий.

обратная связь с обучающимися и родителями.

Для успешного освоения программного материала учащимся большое значение имеет общая физическая подготовка, основы которой закладываются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Уровневая дифференциация образовательной программы

Каждый обучающийся имеет доступ к любому из уровней, что определяется его стартовой готовностью к освоению образовательной программы, а материал образовательной программы, учитываться особенностью обучающихся, которые испытывают объективные сложности при освоении образовательной программы.

Вводный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 6 до 10 лет. Срок освоения программы составляет 10 часов. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на ознакомительный уровень не менее 20% обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе.

Ознакомительный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 7 до 10 лет. Срок освоения программы составляет не менее 3 месяцев, время обучения – 2 часа в неделю. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на базовый уровень не менее 25% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

Базовый уровень программы: обучающиеся в возрасте от 8 до 10 лет, осваивающие программу начального общего образования. Срок освоения программы составляет 3 года, время обучения – 2 часа.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний), отбор на обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по баскетболу.

1. Помещение для занятий, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям (баскетбольная площадка, оборудованный зал).

2. Оборудование (шведская стенка, гимнастические скамейки, баскетбольное кольцо, щит).

3. Инвентарь (набивные и баскетбольные мячи, скакалки, гимнастические палки, гимнастический козел, скамейки, маты).

4. Учебно-методическая литература (учебники, пособия, журналы по баскетболу, методические разработки составителя данной программы).

5. Наглядные пособия (фотографии, плакаты).

6. Наполняемость / сохранность учебных групп.
7. Регулярность посещения обучающихся занятий.

обратная связь с обучающимися и родителями.

Для успешного освоения программного материала учащимся большое значение имеет общая физическая подготовка, основы которой закладываются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Ожидаемые результаты. Обучающиеся должны:

Знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП)
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении - Выполнять комплекс разминки самостоятельно.

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний), отбор на обучение по дополнительной предпрофессиональной программе по баскетболу.

Оценочные и методические материалы.

Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы разработана форма аттестации, фиксации и демонстрации результатов обучающихся, которые отражают достижения цели и задачи программы:

Форма аттестации/контроля	Форма отслеживания и фиксации образовательных ресурсов	Форма предъявления и демонстрации образовательных ресурсов
Опрос	Журнал посещаемости групповых занятий	Соревнования
Сдача нормативов	Портфолио, фотов соц.сети, отзывы детей, родителей.	Открытые занятия, товарищеские встречи

Важнейшей функцией управления образовательным процессом является *контроль* за эффективностью подготовки обучающихся на каждом году обучения. Качество учебно-воспитательного процесса отслеживается по следующим показателям:

посещение занятий воспитанниками; диагностика уровня обученности, развития и воспитанности (1 раз в год); участие обучающихся в соревнованиях и других массовых мероприятиях. Диагностика включает в себя контроль, проверку, накопление знаний.

Формы диагностики: тестирование, зачёт, учебные соревнования, контрольные упражнения, анкетирование, беседа.

Формы контроля: вводный, текущий, итоговый.

Содержание учебной программы 1 года обучения

Программа первого года обучения состоит из четырех разделов:

1. «Теоретические сведения» Содержит краткие сведения по истории развития баскетбола, а также сведения об инвентаре, форме и оборудовании для занятий баскетболом, режима спортсмена

2. «Техника баскетбола». Посвящён разучиванию технических приемов: ведение мяча, ловля и передача мяча, броски мяча, передвижения, остановки, повороты.

3. «Тактика баскетбола. Спортивная этика» - тактика ведения игры и решение простейших задач начинающими спортсменами. В этом же разделе рассказывается об основах этики, о том, какими должны быть взаимоотношения обучающихся в объединении и во время игры. Представлены специальные упражнения, используемые при подготовке «баскетболиста-новичка».

4. «Общая физическая подготовка». Представлены общефизические упражнения, используемые при подготовке «баскетболиста-новичка».

К концу первого года обучения, обучающиеся должны знать:

- основные этапы развития баскетбола, название оборудования и инвентаря;
- основные технические приемы (стойка, остановка, повороты, ловля и передача мяча, ведение мяча, броски одной и двумя руками, с места или в движении).
- учащиеся должны уметь:
- передвигаться в игровой стойке, выполнять простейшие передачи, уметь передвигаться спиной вперед, приставным шагом, остановки, повороты, вести мяч правой и левой рукой, бросать, одной и двумя руками, играть по упрощённым правилам.

Цель первого года обучения

привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и баскетболом в частности.

Задачи первого года обучения:

образовательные:

- ознакомить с основными этапами развития баскетбола оборудованием и инвентарем;
 - обучить правилам поведения на занятиях по баскетболу;
 - обучить основным техническим положениям баскетбола (стойка, передвижения, броски, ведение, приём и передача мяча);
 - обучить правилам игры;
- развивающие задачи:

- овладеть основными техническими приемами защиты, нападения и передвижения
 - уметь играть в защите и нападении;
 - формировать основных физических качеств (сила, ловкость, быстрота);
- воспитывающие задачи:
- воспитать интерес к баскетболу, как виду спорта;
 - воспитать основные морально-этические качества (уважение к окружающим, вежливости, взаимопонимания, взаимопомощи);

- воспитать коммуникативные навыки.

Раздел I. Теоретические занятия

1.1. Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.

1.2. Физические упражнения, как средство укрепления здоровья.

1.3. Физические упражнения, как средство развития физических качеств силы, скорости, ловкости, выносливости)

Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы

2. Развитие баскетбола в России и его состояние. Великие тренеры и спортсмены.

2.1. Характеристика баскетбола, оздоровительное, прикладное развивающее, воспитательное.

2.2. Разрядные нормы и требования спортивной классификации по баскетболу.

3.1 Гигиена, закаливание, режим баскетболиста.

3.2. Понятие гигиены.

3.3. Гигиенические основы труда и отдыха, занятий спортом.

3.4. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Требования к закаливанию организма.

2. Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинская помощь.

2.1. Понятие врачебный контроль и самоконтроль.

2.2. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.

3. Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

3.1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

4. Охрана труда и техника безопасности.

4.1. Предупреждение травматизма на тренировках и соревнованиях по баскетболу.

4.2. Инструкция по охране труда при занятиях баскетболом.

4.3. Правила пожарной безопасности при проведении занятий с учащимися.

5. Специально физическая подготовка (СФП).

5.1. Понятие СФП, ее задача - развитие специальных физических качеств необходимых в той или иной физической деятельности.

6. Морально-волевая подготовка.

6.1. Понятие морали, этика, облик спортсмена, формирование этических норм поведения.

7. Оборудование и инвентарь.

7.1. Виды и предназначение, его конструкция, условия и сроки эксплуатации.

7.2. Уход за инвентарем и оборудованием.

II. Практические занятия.

1. **Общая физическая подготовка.**

1.1. Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метание, плавание.

- 1.2. Упражнения спортивной гимнастики: подтягивание, отжимание, махи, раскачивание.
- 1.3. Упражнения акробатики: кувырки, прыжки, перевороты, перекаты.
- 1.4. Подвижные игры, эстафеты.
- 1.5. Элементы игровых видов спорта: футбол, волейбол, гандбол, н/теннис.
- 1.6. Элементы тяжелоатлетических упражнений: жим, толчок, присед, поднятие и перенос тяжестей.

2. Специальная физическая подготовка.

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

3. Изучение техники и тактики игры.

3.1. Техника нападения и защиты.

Техника передвижений: стойка игрока, перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд, ходьба, бег.

Остановки:

- а). Подводящие упражнения к изучению остановки прыжком (по сигналу тренера).
- б). Подводящие упражнения к изучению остановки прыжком в указанных местах.
- в). Выполнение остановки прыжком с мячом (шагом, бегом).
- г). Подводящие упражнения к изучению остановки двумя шагами (по сигналу, самостоятельно).
- д). Подводящие упражнения к изучению остановки двумя шагами в указанных местах.
- е). Выполнение остановки двумя шагами с мячом (шагом, бегом).
- ж). Чередование остановок (по сигналу, самостоятельно).

Повороты:

- а). Повороты на месте без мяча и с мячом.
- б). Повороты после остановки прыжком без мяча и с мячом.
- в). Повороты после остановки двумя шагами без мяча и с мячом.
- г). Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

Ловля мяча:

- а). Подводящие упражнения на освоение техники ловли мяча двумя и одной рукой.
- б). Ловля двумя руками не сильно и сильно летящего мяча.
- в). Ловля двумя руками высоко и низко летящего мяча.
- г). Ловля одной рукой летящего мяча слева, справа.

Передачи мяча:

- а). Подводящие упражнения на освоение техники передач: двумя руками от груди, двумя руками снизу, отскоком от площадки, одной рукой от
- в). Выполнение передач в стену с расстояния 2-3м.
- г). Выполнение передач в парах, тройках, круге, квадрате

Ведение мяча:

- а). Имитационные упражнения на освоение техники ведения мяча на месте, в ходьбе, в беге без мяча.
- б). Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.
- в). Ведение мяча ведущей и не ведущей рукой.

Броски мяча:

- а). Имитационные упражнения на освоение техники броска двумя руками от груди
- б). Броски с места и в движении (после ведения, после ловли).
- в). Штрафной бросок.

3.2. Изучение техники овладения мячом и противодействия.

- а). Вырывание и выбивание мяча.
- б). Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

4. Тактика нападения и защиты.

4.1 Обучение индивидуальных действий в нападении:

- а). Действия игрока без мяча (выход для получения мяча, для отвлечения мяча);
- б). Действия игрока с мячом (розыгрыш мяча, атака корзины).

4.2 Обучение групповым действиям в нападении:

- а). Взаимодействие двух игроков («Отдай мяч и выйди»).

4.3 Обучение командным действиям в нападении:

- а). Стремительное нападение (быстрым прорывом);
- б). Позиционное нападение (без изменений позиций).

4.4 Обучение индивидуальным действиям в защите:

- а). Действия против игрока без мяча.
- б). Действия против игрока с мячом.

4.5 Обучение групповым действиям в защите:

- а). Взаимодействие двух игроков (подстраховка, отступление, проскальзывание, переключение, групповой отбор мяча).

5. На овладение игрой:

- а). Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола;
- б). Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
- в). Игра по упрощённым правилам баскетбола.

6. Сдача контрольных нормативов.

- 6.1. Бег 20м.
- 6.2. Бег 60м.
- 6.3. Бег 500м.
- 6.4. Челночный бег 3х10м.
- 6.5. Прыжок в длину с места.
- 6.6. Прыжки через скакалку за 15 сек.

6.7. Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы из положения сидя.

6.8. Подтягивание из виса на высокой перекладине (мал.), в висе лёжа на низкой перекладине (дев.).

6.9. Отжимание в упоре лёжа от пола (мал.), от скамейки (дев.).

6.10. Броски с пяти точек.

6.11. Умение перемещаться в игровой стойке.

III. Самоподготовка

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (первый год обучения)

Содержание занятий	Периоды			
	Всего часов	осень	зима	весна
1.Теоретические знания	16	6	5	5
Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.	6	2	2	2
Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.	5	3		2
Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.	3		2	1
Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм, первая помощь, спортивный массаж. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	
2.Практические занятия	40	14	14	12
Общая физическая подготовка	11	4	3	4
Специально-физическая подготовка.	11	4	4	3
Техники и тактики баскетбола.	18	6	7	5
3. Соревнования	10	4	3	3
Контрольные игры и соревнования	8	3	3	2
Судейская практика	2	1	1	
Выполнение контрольных нормативов	6	3		3
Всего:	72	24	23	25

Рабочий план график секционного занятия 1 год обучения

№ п/	Наименование раздела	Дата проведения	Кол-во часов	Тип секционного занятия		Место проведения	Форма контроля
				теория	практика		
1	Теоретические знания: Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм, первая помощь, спортивный массаж. Инструктаж по ТБ.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

2	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. <u>Техника передвижений</u> : перемещения, остановки, повороты, ускорения.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
3	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
4	<u>Техника ловли и передач мяча</u> : Двумя руками от груди,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
5	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
6	<u>Техника ловли и передач мяча</u> : с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
7	<u>Техника ловли и передач мяча</u> : одной от плеча, в движении, с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
8	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
9	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
10	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
11	Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
12	Выполнение контрольных нормативов: Челночный бег 3х10 м; метание набивного мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
13	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000м -подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
14	Выполнение контрольных нормативов: -подъем туловища из положения лежа руки за головой (за 30 сек.), -прыжки со скакалкой 1 мин.,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль

15	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
16	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков Игра-баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
17	Инструкторская и судейская практика. Игра баскетбол, подвижные игры.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
18	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
19	Броски одной и двумя руками в движении. Бросок с поворотом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
20	Броски одной и двумя руками с места. Добивание.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
21	Броски одной и двумя руками после ведения. Бросок в движении после ловли от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
22	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
23	Броски одной и двумя руками с места, в движении с сопротивлением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
24	Подвижные игры с мячом. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
25	Упражнения для развития точности попадания. Подвижная игра.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
26	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока, двигающегося с ведением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
27	<u>Тактика защиты:</u> Защитное блокирование при борьбе за отскочивший мяч, перехват мяча;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
28	Выбивание мяча у нападающего во время ведения		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
29	Правила соревнований.		1		1	МБОУ «СОШ п.	Констатирующий

	Игра по упрощенным правилам					Нивенское»	контроль
30	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
31	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
32	<u>Тактика нападения и защиты:</u> позиционное нападение, зонная и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
33	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
34	Нападение быстрым прорывом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
35	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
36	Нападение против личной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
37	<u>Тактика игры:</u> -позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4 - Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -нападение быстрым прорывом 3:2 Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -взаимодействие двух игроков в нападении и защите		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
40	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
41	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
42	Броски одной и двумя руками с места, после ведения с активным сопротивлением. -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль

43	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
44	<u>Тактика защиты:</u> Групповой отбор Защита при численном превосходстве защитников		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
45	<u>Тактика защиты:</u> Защита против первой передачи при быстром прорыве		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
46	Защита против вбрасывающего игрока при введении мяча в игру из-за пределов площадки.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
47	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения, -позиционное нападение и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
48	<u>Тактика игры:</u> Свободное нападение против зонной защиты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
49	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
50	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
51	<u>Техника нападений:</u> Внутренний заслон. Наружный заслон		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
52	<u>Техника нападений:</u> Боковой заслон. Обратный заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
53	<u>Техника нападений:</u> Задний заслон. Двойной заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
54	Контрольные игры и соревнования. Игра баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
55	Броски одной и двумя руками после передачи от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
56	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
57	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> Двумя руками от груди, одной от плеча, на месте, в движении		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль

58	<u>Техника ведения мяча:</u> с изменением направления и скорости, с сопротивлением		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
59	<u>Техника бросков мяча:</u> -одной рукой с места, - в движении после ведения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
60	<u>Техника бросков мяча:</u> , -после ловли; без сопротивления, -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
61	Штрафной бросок. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
62	Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
63	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
64	Развитие и состояние баскетбола в России. Великие тренеры и спортсмены.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
65	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Расстановка игроков, нападение в расстановке 1-3-1		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
66	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Свободное нападение против зонной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
67	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
68	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
69	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
70	Выполнение контрольных нормативов: -прыжки со скакалкой за 1 мин., подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
71	Выполнение контрольных нормативов: подъем туловища из положения лежа, руки за головой (за		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль

	30сек.);Чел. бег 3x10;						
72	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000; метание набивного мяча.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль

Содержание 2 года обучения

Программа второго года обучения состоит из трех разделов и направлена на повышение мастерства спортсменов увеличение функциональных возможностей организма.

1. «Введение». В нем раскрываются тенденции развития баскетбола, описывается спортивный путь выдающихся баскетболистов.
2. «Повышение и расширение технического уровня и тактического ведения игры». Изложена техника выполнения сложных защит, передвижений, разнообразных атакующих действий.
3. «Освоение судейства». Изложены основные правила организации и ведения соревнований.

К концу **второго года обучения обучающиеся должны знать:**

- тенденции развития современного баскетбола: увеличение темпа, усиление атакующих элементов;
- технические приемы (сложные защиты: индивидуальные и групповые, комбинацию из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом);
- особенности ведения игры в нападении и в защите;
- правила судейства и организации соревнований.

Обучающиеся должны **уметь:**

- вести игру в индивидуальных, групповых и командных действиях в нападении и защите.

Цель второго года обучения

- формирование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнёров и соперников.

Образовательные задачи:

- ознакомить с тенденциями развития современного баскетбола (увеличение темпа игры, игровые комбинации);
- увеличить скорости атакующих элементов,
- разнообразить варианты исполнения технических приемов;
- обучить техническим приемам (защиты, нападения);
- обучить правилам гигиены и техники безопасности;
- обучить правилам судейства соревнований;

Развивающие задачи:

- повысить уровень специальных физических качеств (быстроты движений, выносливости, скоростно-силовых качеств, ловкости);
- повысить функциональную подготовленность, расширить диапазон технических приемов (сложных защит, нападений);

- развить умение вести игру в нападении и в защите;
- формировать навыки судейства соревнований, приобрести соревновательный опыт.

Воспитательные задачи:

- воспитать самостоятельность, настойчивость, выдержку, самообладание, дисциплину;
- воспитать уважение соперника;
- воспитать коммуникативные навыки.

I. Теоретические занятия

Тема: «Анализ игровых ситуаций с использованием ТСО»

Просмотр учебных видеоматериалов, видеозаписей игр. Анализ технических и тактических действий, разбор ошибок.

Тема: «Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм».

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом
 Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности во время учебно – тренировочного процесса и на соревнованиях. Предупреждение травмоопасных ситуаций. **Гигиена, закаливание, режим баскетболиста.**

Гигиена физических упражнений, ее значение, основная задача и требования.

Режим питания, питьевой режим во время тренировки и соревнований.

Значение белков, углеводов, жиров, минеральных солей и витаминов в питании спортсмена.

2. Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинская помощь.

2.1. Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями.

2.4. Первая медицинская помощь при ушибах, рассечении, вывихах, переломах, растяжениях, кровотечениях.

2.6. Массаж перед тренировкой и соревнованием, во время соревнований и после соревнований.

3. Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

3.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека.

3.2. Опорно-двигательный аппарат и мышцы, их строение и взаимодействие.

3.3. Основные сведения о кровообращении: сердце и сосуды.

3.4. Дыхание и газообмен, легкие, значение дыхания для организма.

3.5. Органы пищеварения и обмен веществ.

3.6. Органы выделения (кишечник, почки, легкие, кожа).

3.7. Центральная нервная система, ее роль в деятельности организма.

3.8. Совершенствование функций мышечной системы, аппарата дыхания и кровообращения, нервной системы под воздействием физических упражнений и занятий баскетболом в частности.

4. Охрана труда и техника безопасности.

4.1. Предупреждение травматизма на тренировках и соревнованиях по баскетболу.

4.2. Инструкция по охране труда при занятиях баскетболом.

4.3. Правила пожарной безопасности при проведении занятий с учащимися.

II. Практические занятия

Тема: «Общая физическая подготовка».

Строевые упражнения. Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения для мышц ног и таза. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры.

1. Общая физическая подготовка.

1.1. Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метание.

1.2. Упражнения спортивной гимнастики: подтягивание, отжимание, махи, раскачивание.

1.3. Упражнения акробатики: кувырки, прыжки, перевороты, стойки и т.д.

1.4. Полоса препятствий.

1.5. Элементы игровых видов спорта: футбол, волейбол, гандбол, н/теннис.

1.6. Элементы тяжелоатлетических упражнений: жим, толчок, присед, поднятие и перенос тяжестей.

1.7. Подвижные игры.

1.8. Полоса препятствий.

2. Специальная физическая подготовка.

2.1. Упражнения способствующие развитию скоростно-силовых качеств баскетболиста.

2.2. Упражнения способствующие развитию специально скоростных качеств баскетболиста.

2.3. Упражнения способствующие развитию специальной ловкости баскетболиста.

2.4. Упражнения способствующие развитию специальной выносливости баскетболиста.

2.5. Упражнения способствующие развитию координационных способностей.

Упражнения для развития быстроты передвижения. Упражнения для развития скоростных и силовых качеств. Упражнения для увеличения высоты прыжка.

Упражнения для развития выносливости (кроссовая подготовка).

3. Изучение техники и тактики баскетбола.

Техника нападения.

3.1. Подводящие упражнения к изучению бросков:

а). Бросок двумя руками снизу с места и в движении.

б). Бросок двумя руками сверху с места и в движении.

в). Бросок одной рукой сверху с места и в движении.

г). Бросок одной рукой снизу в движении.

3.2. Ловля мяча при встречном и поступательном движении.

3.3. Передача мяча при встречном и поступательном движении.

3.3. Ведение мяча с переводом на другую руку.

3.4. Обманные действия:

а). Финт на рывок;

б). Финт на бросок;

в). Финт на проход.

Техника защиты.

- 3.5. Овладение мячом и противодействия:
- а). Накрывание мяча спереди при броске.
 - б). Перехват мяча.
 - в). Выбивание при ведении.
 - г). Взятие отскока.

Тактика нападения.

- 3.6. Взаимодействие двух игроков:
- а). Заслон;
 - б). Наведение;
 - в). Пересечение.
- 3.7. Взаимодействие трёх игроков:
- а). Треугольник;
 - б). Малая восьмёрка;

Тактика защиты.

- 3.8. Взаимодействия трёх игроков:
- а). Против тройки;
 - б). Против малой восьмёрки.
- 3.9. Концентрированная и рассредоточенная защита:
- а). Система личной защиты (прессинг);
 - б). Система зонной защиты;
 - в). Система смешанной защиты.

На овладение игрой.

4. Учебная игра с заданиями;
- 4.1. Двусторонняя игра.

Тема: «Контрольные игры и соревнования».

Участие в первенствах района и округа, во внутришкольной спартакиаде, товарищеских матчах).

Тема: «Правила соревнований». Психологическая подготовка.

Значение и развитие волевых качеств для повышения спортивного мастерства баскетболиста.

- . Правила соревнований.
- . Правила соревнований. Виды соревнований.
- . Особенности организации и проведения соревнований.

Положение о соревнованиях: цели, задачи, время проведения, участники, характер, награждение, финансовые расходы, заявки.

Правила игры в баскетбол. Изменения в правилах баскетбола. Положение о соревнованиях

Тема: «Судейская практика». Организация и проведение соревнований. Работа судьи – секретаря на соревнованиях по баскетболу.

Методика судейства соревнований.

Оборудование и инвентарь.

- . Виды и предназначение, его конструкция, условия и сроки эксплуатации.
- Уход за инвентарем и оборудованием.

5. Сдача контрольных нормативов.

- 5.1. Бег 60м с высокого старта.
 - 5.2. Бег 200м.
 - 5.3. Бег 1500м.
 - 5.4. Сдача - подтягивание на перекладине.
 - 5.5. Сдача - отжимание в упоре лежа.
 - 5.6. Сдача - сгибание и разгибание туловища сидя ноги в упоре.
 - 5.7. Сдача - челночный бег 3 x 10 м.
 - 5.8. Сдача – бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя.
 - 5.9. Сдача нормативов прыжки на скакалке.
 - 5.10. Выполнение количества бросков за 30сек.
- III. Самоподготовка.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (второй год обучения)

Содержание занятий	Периоды			
	Всего часов	осень	зима	весна
1.Теоретические знания	16	6	5	5
Охрана труда и техника безопасности. Анализ игровых ситуаций с использованием ТСО	6	2	2	2
Анализ технических, тактических действий.	5	3		2
Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм	3		2	1
Правила соревнований	2	1	1	
2.Практические занятия	40	14	14	12
Общая физическая подготовка	11	4	3	4
Специальная физическая подготовка	11	4	4	3
Техническая и тактическая подготовка	18	6	7	5
3. Соревнования	10	4	3	3
Контрольные игры и соревнования	8	3	3	2
Судейская практика	2	1	1	
Выполнение контрольных нормативов	6	3		3
Всего:	72	24	23	25

Рабочий план график секционного занятия 2 год обучения

№ п/	Наименование раздела	Дата проведения	Кол-во часов	Тип секционного занятия		Место проведения	Форма контроля
				теория	практика		
1	Теоретические знания: Врачебный контроль и самоконтроль. Гигиена,		1	1		МБОУ «СОШ п.	Устный опрос

	предупреждение травм Инструктаж по ТБ.					Нивенское»	
2	Правила соревнований		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
3	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
4	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> Двумя руками от груди,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
5	Анализ игровых ситуаций с использование ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
6	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
7	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> одной от плеча, в движении, с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
8	Анализ технических, тактических действий.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
9	Анализ игровых ситуаций с использование ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
10	Анализ технических, тактических действий.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
11	Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
12	Выполнение контрольных нормативов: Челночный бег 3х10 м; метание набивного мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагност ирующий контроль
13	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000м -подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагност ирующий контроль
14	Выполнение контрольных нормативов: -подъем туловища из положения лежа руки за головой (за 30 сек.), -прыжки со скакалкой 1 мин.,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагност ирующий контроль
15	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п.	Текущий

						Нивенское»	контроль
16	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков Игра-баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
17	Инструкторская и судейская практика. Игра баскетбол, подвижные игры.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
18	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
19	Броски одной и двумя руками в движении. Бросок с поворотом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
20	Броски одной и двумя руками с места. Добивание.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
21	Броски одной и двумя руками после ведения. Бросок в движении после ловли от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
22	Анализ игровых ситуаций с использование ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
23	Броски одной и двумя руками с места, в движении с сопротивлением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
24	Подвижные игры с мячом. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
25	Упражнения для развития точности попадания. Подвижная игра.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
26	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока, двигающегося с ведением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
27	<u>Тактика защиты:</u> Защитное блокирование при борьбе за отскочивший мяч, перехват мяча;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
28	Выбивание мяча у нападающего во время ведения		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль
29	Правила соревнований. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати рующий контроль

30	Анализ технических, тактических действий.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
31	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
32	<u>Тактика нападения и защиты:</u> позиционное нападение, зонная и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
33	Анализ игровых ситуаций с использованием ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
34	Нападение быстрым прорывом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
35	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
36	Нападение против личной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
37	<u>Тактика игры:</u> -позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4 - Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -нападение быстрым прорывом 3:2 Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -взаимодействие двух игроков в нападении и защите		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
40	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
41	Анализ игровых ситуаций с использованием ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
42	Броски одной и двумя руками с места, после ведения с активным сопротивлением. -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
43	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

	Врачебный контроль, предупреждение травм					Нивенское»	
44	<u>Тактика защиты:</u> Групповой отбор Защита при численном превосходстве защитников		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
45	<u>Тактика защиты:</u> Защита против первой передачи при быстром прорыве		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
46	Защита против вбрасывающего игрока при введении мяча в игру из-за пределов площадки.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
47	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения, -позиционное нападение и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
48	<u>Тактика игры:</u> Свободное нападение против зонной защиты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
49	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
50	Правила соревнований		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
51	<u>Техника нападений:</u> Внутренний заслон. Наружный заслон		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
52	<u>Техника нападений:</u> Боковой заслон. Обратный заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
53	<u>Техника нападений:</u> Задний заслон. Двойной заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
54	Контрольные игры и соревнования. Игра баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
55	Броски одной и двумя руками после передачи от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
56	Анализ игровых ситуаций с использованием ТСО		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
57	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> Двумя руками от груди, одной от плеча, на месте, в движении		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
58	<u>Техника ведения мяча:</u> с изменением направления и скорости, с сопротивлением		1		1	МБОУ «СОШ п.	Констатирующий контроль

						Нивенское»	
59	<u>Техника бросков мяча:</u> -одной рукой с места, - в движении после ведения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
60	<u>Техника бросков мяча:</u> , -после ловли; без сопротивления, -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
61	Штрафной бросок. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
62	Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
63	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
64	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
65	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Расстановка игроков, нападение в расстановке 1-3-1		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
66	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Свободное нападение против зонной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
67	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
68	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
69	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
70	Выполнение контрольных нормативов: -прыжки со скакалкой за 1 мин., подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
71	Выполнение контрольных нормативов: подъем туловища из положения лежа, руки за головой (за 30сек.);Чел. бег 3х10;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль

72	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000; метание набивного мяча.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
----	--	--	---	--	---	-------------------------------	--------------------------

Содержание 3 года обучения

Программа третьего года обучения направлена на совершенствование технических и тактических приемов ведения игры. Повышение функциональных возможностей организма. Индивидуализация технических и тактических действий баскетболиста.

1. «Теоретические сведения». Представлены краткие сведения о способах самоконтроля физического состояния и оказания первой помощи при травмах, самомассаж.
2. «Совершенствование техники и тактики». Посвящен отработке сложных элементов тактики, разучиванию разнообразных комбинаций.
3. «Морально-волевая подготовка». Дается понятие о психорегуляции, аутотренинге, психологической подготовке баскетболиста.

Ожидаемые результаты.

К концу **третьего года обучения обучающиеся должны знать:**

- методы самоконтроля физического состояния и приемы оказания первой помощи при травмах;
- особенности психологической подготовки баскетболиста.

Обучающиеся должны **уметь:**

- выполнять свои любимые элементы в различных ситуациях игры;
- пользоваться методами индивидуального совершенствования техники и тактики.

Ожидаемые результаты

К концу прохождения программы дети должны:

- знать правила игры в баскетбол;
- владеть индивидуальными навыками владения мячом;
- уметь выполнять броски по кольцу различными способами;
- уметь применять в игре тактические командные взаимодействия в нападении и защите;
- уметь судить школьные соревнования.

Проверка умений и навыков проходит на каждой тренировке путем выполнения изученных элементов каждым ребенком. При необходимости проводится индивидуальная отработка элементов.

Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов, участия в соревнованиях по баскетболу в Спартакиадах школьников, участия в других турнирах.

Цель третьего года обучения

- интенсификация технической и тактической подготовки, развитие специфических качеств баскетболиста: чувство соперника, игра в команде.

Образовательные задачи:

- обучить методам самоконтроля физического состояния и приемам оказания первой помощи при травмах;
- обучить навыкам аутогенной тренировки;
- совершенствовать технику баскетбола, отработка тактических комбинаций, освоение повышенных тренировочных нагрузок.

Развивающие задачи:

- развитие умений разнообразных вариантов исполнения защитных и атакующих действий;
- дальнейшее приобретение соревновательного опыта, достижение спортивных результатов (выполнение более высших спортивных разрядов).

Воспитательные задачи:

- формирование морально-волевых качеств (хладнокровия, выдержки, веры в свои силы, умения бороться до последней секунды игры).

Раздел I. Теоретические занятия

1.1. Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.

1.2. Физические упражнения, как средство укрепления здоровья.

1.3. Физические упражнения, как средство развития физических качеств силы, скорости, ловкости, выносливости)

Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы

2. Развитие баскетбола в России и его состояние.

2.1. Характеристика баскетбола, оздоровительное, прикладное развивающее, воспитательное.

2.2. Разрядные нормы и требования спортивной классификации по баскетболу.

1. Гигиена, закаливание, режим баскетболиста.

1.1. Режим питания, питьевой режим во время тренировки и соревнований.

1.2. Значение белков, углеводов, жиров, минеральных солей и витаминов в питании спортсмена.

2. Врачебный контроль, самоконтроль, первая медицинская помощь.

2.1. Дневник самоконтроля, его содержание и порядок ведения.

2.2. первая медицинская помощь при ушибах, рассечениях, вывихах, переломах, растяжениях, кровотечениях.

2.3. Основы спортивного массажа: Общее понятие о массаже. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, встряхивание).

2.4. Массаж перед тренировкой и соревнованием, во время соревнований и после соревнований.

3. Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

3.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека.

3.2. Опорно-двигательный аппарат и мышцы, их строение и взаимодействие.

3.3. Основные сведения о кровообращении: сердце и сосуды.

3.4. Дыхание и газообмен, легкие, значение дыхания для организма.

- 3.5. Органы пищеварения и обмен веществ.
- 3.6. Органы выделения (кишечник, почки, легкие, кожа).
- 3.7. Центральная нервная система, ее роль в деятельности организма.
- 3.8. Совершенствование функций мышечной системы, аппарата дыхания и кровообращения, нервной системы под воздействием физических упражнений и занятий баскетболом в частности.

4. Охрана труда и техника безопасности.

- 4.1. Предупреждение травматизма на тренировках и соревнованиях.
- 4.2. Инструкция по охране труда при занятиях баскетболом.
- 4.3. Правила пожарной безопасности при проведении занятий с учащимися.

5. Физиологические основы спортивной тренировки.

- 5.1. Роль спортивной тренировки в достижении спортивных результатов.
- 5.2. Основы спортивной тренировки.
- 5.3. Методы обучения и тренировки.

Раздел II. Практические занятия.

2. Общая физическая подготовка (ОФП).

Понятие ОФП. Основная задача: укрепление здоровья занимающихся, общее физическое развитие, укрепление костно-связочного аппарата, развитие мышечной системы, развитие основных физических качеств (силы, ловкости, скорости, выносливости).

Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метание, плавание.

Упражнения спортивной гимнастики: подтягивание, отжимание, махи, раскачивание.

Упражнения акробатики: кувырки, прыжки, перевороты, стойки и т.д.

Полоса препятствий.

Элементы игровых видов спорта: футбол, волейбол, гандбол, н/теннис.

Элементы тяжелоатлетических упражнений: жим, толчок, присед, поднятие и перенос тяжестей.

Средства ОФП должны составлять неотъемлемую часть каждого занятия во всех учебных группах и всех периодов тренировки.

Подбор, содержание и дозировка упражнений зависят от уровня физического развития занимающихся, задач тренировки, возраста занимающихся и наличия материальной базы.

3. Специальная физическая подготовка (СФП).

Упражнения способствующие развитию скоростно-силовых качеств баскетболиста.

Упражнения способствующие развитию специально скоростных качеств баскетболиста.

Упражнения способствующие развитию специальной ловкости баскетболиста. Упражнения способствующие развитию специальной выносливости баскетболиста.

Связь СФП с технической и тактической подготовкой баскетболиста.

4. Техника и тактика, методика их совершенствования.

. Понятие техники баскетбола: основные положения, разнообразие технических приёмов, виды нападения и защиты.

. Понятие тактики баскетбола: виды тактических действий.

Связь тактических действий с физическими и анатомическими данными занимающихся.

4.1. Изучение бросков.

- а). Бросок одной рукой от плеча с места, в движении, в прыжке.
- б). Бросок сверху крюком.
- в). Бросок одной рукой сверху вниз.
- г). Добивание двумя руками сверху.

5. Тактика нападения.

5.1. Групповые действия:

- а). Скрестный выход;
- б). Сдвоенный заслон;
- в). Наведение на двух игроков.

5.2. Командные действия:

- а). Система эшелонированного прорыва;
- б). Через центрального;
- в). Без центрального.

6. Тактика защиты.

6.1. Групповые действия:

- а). Против скрестного выхода;
- б). Против сдвоенного заслона;
- в). Против наведения на двух игроков.

7. На овладение игрой.

7.1. Игра на одно кольцо.

7.2. Двусторонняя игра 5х5.

8. Планирование спортивной тренировки.

Понятие планирования: виды планирования - долгосрочные, краткосрочные.

Формы планирования: перспективное, текущее и тематическое, поурочное их особенности

Морально-волевая подготовка.

Способы владения эмоциями, аутотренинг.

Обучение психологическим установкам на победу.

Психологическая подготовка.

Значение и развитие волевых качеств для повышения спортивного мастерства баскетболиста.

Связь волевых качеств в процессе обучения и тренировки. Основные методы развития и совершенствования моральных и волевых качеств баскетболиста.

Спортивная психология, ее значение в практике спорта.

Психологическая подготовка перед соревнованиями с учетом индивидуальных особенностей спортсмена.

Правила соревнований.

Понятие - правила соревнований. Виды соревнований.

Особенности организации и проведения соревнований.

Положение о соревнованиях: цели, задачи, время проведения, участники, характер, награждение, финансовые расходы, заявки.

Методика судейства соревнований.

Состав главной судейской коллегии: гл. судья, зам.гл. судьи, гл. секретарь, секретари, судья хронометрист, информатор, судья при участниках, судья выводящий участников, врач и его помощники - их обязанности.

Сдача контрольных нормативов.

Бег 60м.

Прыжок в длину с места.

Сдача - подтягивание на перекладине.

Сдача - отжимание в упоре лежа.

Сдача - сгибание и разгибание туловища сидя ноги в упоре.

Сдача - челночный бег 3 x 10 м.

Сдача – бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя.

Сдача нормативов выполнение количества бросков за 30 секунд.

Умение бросать в корзину с различного расстояния.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (третий год обучения)

Содержание занятий	Периоды			
	Всего часов	осень	зима	весна
1.Теоретические знания	16	6	5	5
Гигиена, закаливание, режим баскетболиста. Инструктаж по ТБ.	3	1	1	1
Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	2	1	1	
Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.	5	3		2
Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. Развитие баскетбола в России и его состояние.	4		2	2
Физиологические основы тренировки. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм, спортивный массаж. Планирование спортивной тренировки.	2	1	1	
2.Практические занятия	40	14	14	12
Техника, тактика и методы их совершенствования.	11	4	3	4
Общая и специальная физическая подготовка	11	4	4	3
Техника, тактика и методы их совершенствования. Моральный и волевой облик спортсмена.	18	6	7	5
3. Соревнования	10	4	3	3
Контрольные игры и соревнования	8	3	3	2
Судейская практика	2	1	1	
Выполнение контрольных нормативов	6	3		3
Всего:	72	24	23	25

Рабочий план график секционного занятия 3 год обучения

№ п/	Наименование раздела	Дата проведения	Кол-во часов	Тип секционного занятия		Место проведения	Форма контроля
				теория	практика		
1	Теоретические знания: Гигиена, закаливание, режим баскетболиста. Инструктаж по ТБ. Инструктаж по ТБ.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
2	Физиологические основы тренировки. Врачебный контроль, самоконтроль,		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль

	предупреждение травм, спортивный массаж. Планирование спортивной тренировки.						
3	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных перемещений.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
4	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> Двумя руками от груди,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
5	Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
6	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
7	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> одной от плеча, в движении, с отскоком от пола		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
8	Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
9	Физиологические основы тренировки. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травм, спортивный массаж. Планирование спортивной тренировки.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
10	Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
11	Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
12	Выполнение контрольных нормативов: Челночный бег 3х10 м; метание набивного мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
13	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000м -подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
14	Выполнение контрольных нормативов: -подъем туловища из		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль

	положения лежа руки за головой (за 30 сек.), -прыжки со скакалкой 1 мин.,						
15	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
16	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков Игра-баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
17	Инструкторская и судейская практика. Игра баскетбол, подвижные игры.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
18	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
19	Броски одной и двумя руками в движении. Бросок с поворотом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
20	Броски одной и двумя руками с места. Добивание.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
21	Броски одной и двумя руками после ведения. Бросок в движении после ловли от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
22	Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
23	Броски одной и двумя руками с места, в движении с сопротивлением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
24	Подвижные игры с мячом. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
25	Упражнения для развития точности попадания. Подвижная игра.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
26	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока, двигающегося с ведением,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
27	<u>Тактика защиты:</u> Защитное блокирование при борьбе за отскочивший мяч, перехват мяча;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
28	Выбивание мяча у		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констати

	нападающего во время ведения					п. Нивенское»	рующий контроль
29	Правила соревнований. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
30	Гигиена, закаливание, режим basketболиста. Инструктаж по ТБ.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
31	<u>Тактика нападения и защиты:</u> -быстрый прорыв, расстановка игроков,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
32	<u>Тактика нападения и защиты:</u> позиционное нападение, зонная и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
33	Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
34	Нападение быстрым прорывом.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
35	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
36	Нападение против личной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
37	<u>Тактика игры:</u> -позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4 - Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -нападение быстрым прорывом 3:2 Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
38	<u>Тактика игры:</u> -взаимодействие двух игроков в нападении и защите		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
40	Судейская практика		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
41	Краткая характеристика развития basketбола и его этапы. Развитие basketбола в России и его состояние.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

42	Броски одной и двумя руками с места, после ведения с активным сопротивлением. -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
43	Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. Развитие баскетбола в России и его состояние.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
44	<u>Тактика защиты:</u> Групповой отбор Защита при численном превосходстве защитников		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
45	<u>Тактика защиты:</u> Защита против первой передачи при быстром прорыве		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
46	Защита против вбрасывающего игрока при введении мяча в игру из-за пределов площадки.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
47	<u>Тактика игры:</u> -тактика свободного нападения, -позиционное нападение и личная защита.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
48	<u>Тактика игры:</u> Свободное нападение против зонной защиты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
49	Игра баскетбол, подвижные игры, эстафеты.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Текущий контроль
50	Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
51	<u>Техника нападений:</u> Внутренний заслон. Наружный заслон		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
52	<u>Техника нападений:</u> Боковой заслон. Обратный заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
53	<u>Техника нападений:</u> Задний заслон. Двойной заслон.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
54	Контрольные игры и соревнования. Игра баскетбол		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностирующий контроль
55	Броски одной и двумя руками после передачи от партнера.		1		1	МБОУ «СОШ п.	Констатирующий

						Нивенское»	контроль
56	Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
57	<u>Техника ловли и передач мяча:</u> Двумя руками от груди, одной от плеча, на месте, в движении		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
58	<u>Техника ведения мяча:</u> с изменением направления и скорости, с сопротивлением		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
59	<u>Техника бросков мяча:</u> -одной рукой с места, - в движении после ведения,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
60	<u>Техника бросков мяча:</u> , _после ловли; без сопротивления, -с пассивным противодействием.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
61	Штрафной бросок. Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
62	Игра по упрощенным правилам		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
63	<u>Тактика защиты:</u> вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
64	Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. Развитие баскетбола в России и его состояние.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
65	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Расстановка игроков, нападение в расстановке 1-3-1		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
66	<u>Тактика нападения и защиты:</u> Свободное нападение против зонной защиты		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
67	Краткая характеристика развития баскетбола и его этапы. Развитие баскетбола в России и его состояние.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос
68	Физическая культура и спорт в России. Оборудование, инвентарь, их назначение и уход за ним.		1	1		МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Устный опрос

69	Тактика защиты: вырывание и выбивание мяча у игрока двигающегося с ведением, перехват мяча		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Констатирующий контроль
70	Выполнение контрольных нормативов: -прыжки со скакалкой за 1 мин., подтягивание/отжимание,		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
71	Выполнение контрольных нормативов: подъем туловища из положения лежа, руки за головой (за 30сек.); Чел. бег 3х10;		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль
72	Выполнение контрольных нормативов: Бег 1000; метание набивного мяча.		1		1	МБОУ «СОШ п. Нивенское»	Диагностический контроль

Рабочая программа воспитания содержит:

- цель и особенности организуемого воспитательного процесса;
- формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности., организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания
- планируемые результаты и формы их проявления;
- календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

Гражданско-патриотическое – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

Нравственное и духовное воспитание – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Интеллектуальное воспитание – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

Здоровье сберегающее воспитание – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для

будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

Социокультурное и медиа культурное воспитание – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Правовое воспитание и культура безопасности – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

Воспитание семейных ценностей – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Формирование коммуникативной культуры – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Экологическое воспитание – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

Художественно-эстетическое воспитание – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Дружба	Беседа о дружбе	Сентябрь-октябрь
2	Новый год	Матчевый турнир	Декабрь январь
3	Защитник отечества	Рисуем героя	февраль
4	Женщина-мать	Конкурс рисунков «Мама»	Март-апрель
5	День Победы	Участие в мероприятиях, посвященных «Дню Победы»	Май

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Игры, уроки, соревнования	Формирование культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности, развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;	Сохранение физического и психического здоровья	В течение года	Зам. директора по УВР, педагог организатор
2	День ГТО – норма жизни»	соревнования			февраль	Зам. директора по УВР, педагог организатор

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май

3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к природе	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март

Список литературы, который может быть составлен для разных участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей) и включать в себя перечень печатных и электронных источников, интернетресурсов.

Наглядно-методический материал:

- ✓ Диагностические методики и контрольные нормативы по ОФП
- ✓ Учебно-методическая литература;
- ✓ Наглядные пособия (фотографии, видеоматериалы).

Мотивационные условия

На учебных занятиях и массовых мероприятиях особое место уделяется формированию мотивации учащихся к занятию дополнительным образованием.

Для этого:

- удовлетворяются разнообразные потребности учащихся: в создании комфортного психологического климата, в отдыхе, общении и защите, принадлежности к детскому объединению, в самовыражении, творческой самореализации, в признании и успехе;
- дети включаются в разнообразные виды деятельности (игровая, соревновательная, культурно-досуговая и т. д.), в соответствии с их

индивидуальными склонностями и потребностями, а также возрастными особенностями и уровнем сохранности здоровья;

- учащиеся вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний через проведение подвижных игр, соревнований.
- на занятиях решаются задачи проблемного характера посредством включения в проектную деятельность;
- применяются разнообразные формы проведения занятий и выездных мероприятий: экскурсии, выездные мастер-классы, социальные акции, форумы, профессиональные пробы и т.д.;
- совместно с педагогом разрабатывается индивидуальная образовательная траектория (индивидуальный образовательный маршрут),
- создается ситуация выбора образовательного модуля;
- проводятся профессиональные пробы и другие мероприятия, способствующие профессиональному самоопределению учащихся.

Методическое обеспечение

При проведении занятий используются объяснения, показ, закрепление (отработка навыков), использование отработанных элементов в игровых ситуациях.

Техническое оснащение занятий

мячи баскетбольные: №5 – 20 шт.

насос ручной, иглы;

стойки для обводки (конусы) 20 шт.;

гимнастические скамейки 4 шт.;

мячи набивные весом 1 кг (5 шт.)

скакалки: 20 шт.

Маты гимнастические: 6 шт.

картотека подвижных игр с элементами спортивных игр,

дидактические игры, фотографии, иллюстрации,

нетрадиционное оборудование.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

- *Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.* Физкультурно – оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. – М., 2003.
- *Лях В.И.* Тесты в физическом воспитании школьников. – М., 1998.
- *Максименко А.М.* Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.
- *Арестов Ю.М. Выжгин В.А.* Спортивные игры: учебное пособие для вузов – М., 1980.
- *Белов С.* Баскетбол. Броски по кольцу./Журнал «Физкультура в школе» - 1990г. №6, 7 – с. 17-18.
- *Гордеев Н.С.* Программа по баскетболу для педагогов дополнительного образования групп ОФП и СФП./ Газета «Спорт в школе.» №6,5,10 2008г.

- *Авакумович А., Бусета Х.М. «Баскетбол для молодых игроков».*
- Основная:
- 1. Бабушкин В.З. Подготовка юных баскетболистов / В.З. Бабушкин – Киев, 1985.
- 2. Башкин С. Г. Уроки по баскетболу / С. Г. Башкин – М.: Физкультура и спорт, 1996.
- 3. Бондарь А. Н. Учись играть в баскетбол / А. Н. Бондарь – Минск, 1986.
- 4. Гомельский А. Я. Баскетбол: секреты мастерства / А. Я. Гомельский – М., 2002.
- 5. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский – М., 2002.
- 6. Данченко П. И. Баскетбол юным / П. И. Данченко – Ташкент, 1989.
- 7. Данченко П. И. Тренажёрные технические средства подготовки и контроля в баскетболе / П. И. Данченко – Т.: 1984.
- 8. Дрюэт Д. Баскетбол / Д. Дрюэт – М., 2002.
- 9. Князева Н. А. 500 упражнений и игр для физического развития детей / Н. А. Князева – Курск, 2000.
- 10. Конеева Е.В. Спортивные игры / Е.В. Конеева – Калининград, 2001.
- 11. Конеева Е.В. Спортивные игры: правила, техника, тактика / Е.В. Конеева - Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 2004.
- 12. Левин В. М. Баскетбол. Упражнения для совершенствования навыка владения мячом / В. М. Левин – Физ. культура в школе, 1983.
- 13. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания 1 – 11 классы / В. И. Лях – М.: Просвещение – 2006.
- 14. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников / В. И. Лях – М.: Просвещение, 1998.
- 15. Николич А. Отбор в баскетболе / А. Николич – М.: Физкультура и Спорт, 1984.
- 16. Овчинников В. П. Повышение эффективности игровых действий баскетболистов в защите зонным прессингом / В. П. Овчинников – Дисс. канд. пед. наук. – СПб., 1993.
- 17. Овчинников В. П. Совершенствование игровых действий в защите студенческих команд по баскетболу / В. П. Овчинников – Метод. рекомендации / РГПУ им. А. И, Герцена. СПб., 1995.
- 18. Пельменев В.К. Совершенствование точности бросков в баскетболе / В.К. Пельменев – Калининград, 2001.
- 19. Портнов Ю.М. Баскетбол / Ю.М. Портнов – М.: Просвещение - 1997.
- 20. Портнов Ю. М. Баскетбол / Ю. М. Портнов – М.: Физкультура и спорт, 1988.

Дополнительная:

- 1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин – М.: Физкультура и спорт., 1978.
- 2. Гомельский А. Я. 1000 баскетбольных упражнений / А. Я. Гомельский – М.: Физкультура и спорт, 1997.

- 3. Джон Р. Вуден. Современный баскетбол / Джон Р. Вуден – М.: Физкультура и спорт., 1987.
- 4. Дворник Л. С. Использование отягощений на тренировках / Л. С. Дворник – М.: Физкультура и спорт, 1995.
- 5. Жбанков О. В. Развитие прыгучести у баскетболистов / О. В. Жбанков – М.: Физкультура и спорт, 1995.
- 6. Железняк Ю. Д. Педагогическое физкультурно – спортивное совершенствование: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / Ю. Д. Железняк – М.: 2002.
- 7. Ильинич В. И. Физическая культура студента / В. И Ильинич – М.: 2000.
- 8.. Киселёв П. А. Справочник учителя физической культуры / П. А. Киселёв – Волгоград: Учитель, 2009.
- 11. Кудряшов В. А. Физическая подготовка юных баскетболистов / В. А. Кудряшов – Минск, 1980.
- **Интернет – ресурсы**
- pro-basketball.ru - Методика обучения в баскетболе
- nsportal.ru>Школа>Физкультура и спорт - Игры при обучении баскетболу.
- summercamp.ru - Подвижные игры для обучения баскетболу
- pedsovet.org - Обучение баскетболу
- festival.1september.ru - Начальный период обучения игры в баскетбол в школе
- www.kes-basket.ru - "КЭС-БАСКЕТ " - школьная баскетбольная лига
- www.peoples.ru/sport/basketball - Статьи о баскетболистах
- basketball-training.org.ua - Уроки баскетбола
- http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
- <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
- <http://ball.r2.ru/> - Мир баскетбола. Сайт посвящен правилам, технике, тактике, биографии игроков, истории команд.
-