

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского (юношеского) технического творчества «Сфера»
городского округа город Уфа РБ

РАССМОТРЕНА
на заседании методического совета

№ 1 от «30» 08 2018г.

УТВЕРЖДЕНА

Педагогическим советом

Протокол № 1 от «30» 08 2018г.

Председатель Педагогического совета,
директор МБОУ ДО ЦД(Ю)ТТ «Сфера»
Городского округа г. Уфа РБ



И.А. Байбурина
И.А. Байбурина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Самарбаев Мирза Калимуллович,
педагог дополнительного образования

Уфа, 2018 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» имеет физкультурно - спортивную направленность, относится к базовому уровню.

«Баскетбол» - одна из самых популярных игр в нашей стране. Для неё характерны разнообразные движения: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, ловля, броски и ведение мяча, осуществляемые в единоборстве с соперниками. Такие разнообразные движения способствуют улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма, формируют координацию. Баскетбол имеет не только оздоровительно - гигиеническое значение, но и агитационно-воспитательное. Занятия баскетболом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность. Честность, уверенность в себе, чувство коллективизма. Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. В современной жизни всё больше использование занятий физическими упражнениями направлено не на достижение высоких результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы.

Спортивные игры, в том числе баскетбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Баскетбол представляет собой универсальную систему гармоничного развития личности и формирования отличной физической подготовленности, богатого внутреннего мира, этических, моральных и волевых качеств. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга подростка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных возможностей нервной системы.

В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших умений обращения с мячом. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к

ведению здорового образа жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно - технической подготовке.

Занятия физической культурой и спортом способствуют совершенствованию всех функций организма, укреплению нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, повышают сопротивляемость организма неблагоприятным влияниям внешней среды, содействуют повышению общего культурного уровня, что находит положительный отклик среди родителей учащихся и определяет востребованность программы «Баскетбол» среди подростков.

Главной отличительной особенностью данной программы является то, что в процессе занятий баскетболом формируются знания, умения и навыки неразрывно связанные с задачей развития умственных и физических способностей. В связи с этим задача развития этих способностей считается такой же важной, как и задача обучения. В зависимости от условий своей деятельности педагог сможет сам подобрать упражнения и игры, которые бы помогали учащимся овладеть техническими приёмами и выполнять их на большой скорости.

Программа «Баскетбол» является модифицированной и разработана на основании существующих нормативных документов учреждений дополнительного образования. Программа отвечает современным требованиям физического воспитания школьников. Новизна программы заключается в том, что в ней заложены и обстоятельно раскрыты цели и задачи, средства и методы, позволяющие решать вопросы физического воспитания детей в комплексе.

Цель и задачи Программы

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством игры в баскетбол.

Задачи:

Обучающие:

Познакомить обучающихся:

- с видом спорта баскетбол;
- с правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований.

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему, физическому развитию обучающихся;
- укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- расширять спортивный кругозор детей.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Задачи первого года обучения

1. Изучение и освоение основных элементов базовой техники.
2. Изучение теории баскетбола истории, терминологии, правил игры и судейства на соревнованиях.
3. Укрепление здоровья. Опорно-двигательного аппарата.
4. Общая физическая подготовка.
5. Выполнение нормативных требований по баскетболу.
6. Воспитание морально-волевых качеств.

Задачи второго года обучения

1. Изучение и совершенствование основных элементов базовой техники и тактики.
2. Знакомство с элементами игровой специализации.
3. Развитие навыков, знаний и умений по баскетболу.
4. Выступления на соревнованиях.
5. Развитие личностных качеств.

Задачи третьего года обучения

1. Совершенствование основных элементов базовой техники и тактики.
2. Повышение уровня физической и специальной подготовки. специализации.
3. Развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка.
4. Приобретение навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований, судейства.
5. Выполнение нормативов по присвоению спортивных разрядов.

Программа построена на принципах:

-целостности процесса обучения предполагающего интеграцию основного и дополнительного образования;

-культуросообразности (приобщение обучающихся к современной мировой физической культуре и их ориентация на общечеловеческие культурные ценности);

-сотрудничества и ответственности;

-сознательного усвоения обучающимися учебного материала;

-последовательности и систематичности (предполагает в работе объединения создание такой системы, в которой органически связаны в единое целое все звенья и элементы системы, которая обеспечивает постепенное наращивание сложности в процессе обучения воспитанников, привития им определённых умений и навыков);

-непрерывности и наглядности.

Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа:

Возраст обучающихся: 12-17 лет. Наполняемость групп – 10-15 человек.

Режим занятий представлен согласно санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СанПиН 2.4.4.3172-14). Занятия в группах проводятся 2 раза в неделю 2 занятия по 45 минут (могут 1 раза 2 часа и 2 раза по часу, зависит от занятости спортзала).

Срок реализации Программы - 3 года. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения: 432 часов. Каждый год по 144 часа.

Ожидаемые результаты

учащийся	2 год обучения	3 год обучения
Должны знать:	Историю развития игры, достижения в стране. Правила игры и терминологии в баскетболе. Значение спортивных нормативов. О технике и тактике игры в баскетбол. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.	Историю развития игры, достижения в стране; правила игры в баскетбол; баскетбольную терминологию; значение спортивных нормативов; о технике и тактике игры в баскетбол.
Должны уметь:	Правильно держать, ловить, вести, бросать, передавать мяч. Передвигаться по площадке. Применять знания и навыки в спортивных соревнованиях.	Правильно держать, ловить, вести, бросать, передавать мяч, Передвигаться по площадке; применять знания и навыки в спортивных соревнованиях; планировать свой тренировочный процесс; взаимодействовать с партнёрами.
Должны овладеть:	Правильными практическими и тактическими действиями; личностными способностями (воля, настойчивость, трудолюбие, дисциплина); навыками судейства.	Правильными практическими и тактическими действиями; личностными способностями (воля, настойчивость, трудолюбие, дисциплина); навыками судейства, организации и проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований

Содержание Программы
Учебно-тематический план
второго года обучения

№	Наименование темы	Всего часов	Практика	Теория	Формы аттестации (контроля)
1	Комплектование групп, Вводное занятие Т.Б. на занятиях в спортивном зале. Инструктаж по Т.Б. о соблюдении бдительности и имущественной безопасности. Стойки игрока. Учебная игра.	6	4	2	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
2	Обучение ведению мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении с изменением направления. Учебная игра.	5	4	1	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
3	Обучение ловле и передачи мяча двумя руками от груди и от плеча на месте и в движении. Учебная игра.	3	2	1	опрос
4	Обучение передвижениям на площадке с изменением направления движения. Учебная игра.	5	5		контрольные упражнения,
5	Спец. физическая подготовка. ОФП Совершенствование подбора мяча от щита.	16	14	2	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
6	Инструктаж по ТБ, правилам поведения при выезде за пределы школы	1		1	опрос
7	Техника ловли и передачи мяча. Участие в соревнованиях.	4	4		опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
8	Ведение мяча. Круговая эстафета с ускоренным ведением мяча и передачей в движении	2	2		опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
9	Развитие ОФП. Командные действия в нападении. Учебная игра.	2	2		опрос, контрольные упражнения
10	Обучение правилам игры. Жесты судей. Классификация персональных нарушений.	5	4	1	контрольные упражнения, соревнование

	Участие в соревнованиях г.Уфы				
11	Ведение мяча с изменением направления в парах. Остановка двумя шагами и прыжком.	8	7	1	контрольные упражнения
12	Работа над ошибками	1	1		контрольные упражнения
13	ОФП. Развитие скоростных качеств, выносливости. Челночный бег. Учебная игра.	5	4	1	контрольные упражнения
14	Обучение броскам в кольцо одной и двумя руками с места и в движении	4	3	1	контрольные упражнения
15	Учебная игра 2х1, 3х3. Товарищеская игра.	2	2		соревнования
16	Инструктаж по ТБ, ППБ, по предупреждению несчастных случаев.	1		1	опрос
17	Совершенствование атаки, ведение мяча с изменением направления, бросков. Практикум по судейству.	10	9	1	контрольные упражнения, соревнования
18	ОФП, Стойка баскетболиста, обучение. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Защитные действия. Развитие координации. Совершение командных действий в защите и нападении	14	12	2	контрольные упражнения, соревнования
19	ОФП. Учебная игра 3х3, 5х5. Товарищеская встреча с разными командами.	4	4		соревнования
20	Совершенствование в ведении мяча с изменением направления. Командные действия в защите, нападении. Учебная игра, участие в соревнованиях.	8	7	1	контрольные упражнения, соревнования
21	ОФП подготовка: совершение прыжком, челночный бег. Ведение мяча с различным отскоком, дриблинг. Анализ игр на соревнованиях.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения, соревнования
22	Обучение ведению мяча. Совершенствование техники ведения с прикрытием мяча руками, ловли и передачи мяча двумя руками на месте и в движении. Работа над	8	7	1	опрос, контрольные упражнения, соревнования

	ошибками. Учебная игра.				
23	Развитие силы, ОФП. Л/а – эстафета, упражнения на высокой и низкой перекладине	2	2		контрольные упражнения
24	Обучение правилам игры: игровое время. Правило 3, 7, 24 секунд. Игра.	3	2	1	опрос
25	Развитие скоростных качеств, выносливости. Баскетбольные эстафеты	2	2		контрольные упражнения
26	Инструктаж по ПДД, ОБЖ, ППБ, предупреждению несчастных случаев.	1		1	опрос
27	Совершенствование бросков в кольцо с различных позиций. Штрафной бросок.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения
28	Развитие координации, ловкости, реакции	2	2		контрольные упражнения
29	ОФП. Легкоатлетическая и баскетбольная эстафеты	4	4		контрольные упражнения
30	Контроль по ОФП и СФП	4	2	2	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
31	Учебные игры 5х5.	2	2		контрольные упражнения
32	Подведение итогов, обобщение изученного за учебный год	2	1	1	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
	Всего часов	144	120	24	

Содержание Учебно-тематического плана второго года обучения

Тема 1 (6 часа)

Теория (2ч.) Правила по технике безопасности на занятиях. История развития баскетбола, краткий обзор.

Практика (4ч.) Стойка игрока. Перемещения в стойке боком, лицом. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча на месте (в парах). Бросок мяча одной рукой от плеча с места.

Тема 2 (5 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (4ч.) Ведению мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении с изменением направления. Учебная игра.

Тема 3 (3 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (2ч.) Ловля и передача мяча двумя руками от груди и от плеча на месте и в движении. Учебная игра.

Тема 4 (5 часа)

Практика (5ч.) Обучение передвижениям на площадке с изменением направления движения. Учебная игра.

Тема 5 (16 часа)

Теория (2 ч.) Права и обязанности игроков, спортивная форма, Правила игры. Основы судейской терминологии.

Практика (14ч.) Специальная физическая подготовка: прыжки, бег, бросок(4ч.). ОФП: развитие ловкости, силы, выносливости (4ч.) Конкурс «снайперов» (2ч.). Совершенствование подбора мяча от щита.(2ч.)

Тема 6 (1 часа)

Теория (1 ч.) Инструктаж по ТБ, правилам поведения при выезде за пределы школы.

Тема 7 (4 часа)

Практика (4ч.) Техника ловли и передачи мяча. Участие в соревнованиях.

Тема 8 (2 часа)

Практика (2ч.) Ведение мяча. Круговая эстафета с ускоренным ведением мяча и передачей в движении.

Тема 9 (2 часа)

Практика (2ч.) Развитие ОФП. Командные действия в нападении. Учебная игра.

Тема 10 (5 часа)

Теория (1ч.) Обучение правилам игры. Жесты судей. Классификация персональных нарушений.

Практика (4ч.) Участие в соревнованиях Кировского района и г.Уфы.

Тема 11 (8 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (7ч.) Ведение мяча с изменением направления в парах. Остановка двумя шагами и прыжком.

Тема 12 (1 часа)

Практика (1ч.) Работа над ошибками.

Тема 13 (5 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (4ч.) ОФП. Развитие скоростных качеств, выносливости. Челночный бег. Учебная игра.

Тема 14 (4 часа)

Теория (1ч.) Обучение броскам в кольцо одной и двумя руками с места и в движении.

Практика (3ч.) Остановка двумя шагами и прыжком. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди, с отскоком от пола в парах на месте. Бросок мяча после ведения два шага.

Опорные и простые прыжки с мостика или трамплина. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Тема 15 (2 часа)

Практика (2ч.) Применение навыков в игре. 2х1,3х3. Товарищеская игра.

Тема 16 (1 часа)

Теория (1ч.) Инструктаж по ТБ, ППБ, по предупреждению несчастных случаев.

Тема 17 (2 часа)

Теория (1ч.) Правила судейства.

Практика (1ч.) Совершенствование атаки, ведение мяча с изменением направления, бросков. Практикум по судейству.

Тема 18 (14 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (12ч.) ОФП.(2ч.) Стойка баскетболиста, обучение (2 ч.) Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед (4ч.). Защитные действия. Развитие

координации (2ч.). Совершение командных действий в защите и нападении (2ч.).

Тема 19 (4 часа)

Практика (4ч.) ОФП. Учебная игра 3x3, 5x5. Товарищеская встреча с разными командами.

Тема 20 (8 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (7ч.) Совершенствование в ведении мяча с изменением направления. Командные действия в защите, нападении. Учебная игра, участие в соревнованиях.

Тема 21 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (3ч.) ОФП подготовка: совершение прыжком, челночный бег. Ведение мяча с различным отскоком, дриблинг. Анализ игр на соревнованиях.

Тема 22 (8 часа)

Теория (1ч.) Обучение ведению мяча.

Практика (7ч.) Совершенствование техники ведения с прикрытием мяча руками, ловли и передачи мяча двумя руками на месте и в движении. Работа над ошибками. Учебная игра.

Тема 23 (2 часа)

Практика (2ч.) Развитие силы, ОФП. Л/а – эстафета, упражнения на высокой и низкой перекладине.

Тема 24 (2 часа)

Практика (2ч.) Обучение правилам игры: игровое время. Правило 3, 7, 24 секунд. Игра.

Тема 25 (2 часа)

Практика (2ч.) Развитие скоростных качеств, выносливости. Баскетбольные эстафеты.

Тема 26 (1 часа)

Теория (1ч.) Инструктаж по ПДД, ОБЖ, ППБ, предупреждению несчастных случаев.

Тема 27 (4 часа)

Теория (1 ч.) Объяснение и показ.

Практика (3ч.) Совершенствование бросков в кольцо с различных позиций. Штрафной бросок. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Вырывание и выбивание мяча. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Бросок мяча после ведения два шага, бросок после остановки.

Тема 28 (2 часа)

Практика (2ч.) Развитие координации, ловкости реакции. Упражнения в парах. Передачи со сменой мест. Передачи из рук в руки на высокой скорости. Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Челночный бег.

Тема 29 (4 часа)

Практика (4ч.) ОФП. Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Развитие скорости, ловкости в эстафете. Упражнения с отягощениями для развития рук, ног, туловища.

Тема 30 (4 часа)

Теория (2ч.) Онлайн тестирование, устный опрос.

Практика (2ч.) Совершенствование технических и тактических действий через игру. Прием контрольных нормативов по ОФП и СФП.

Тема 31 (2 часа)

Практика (2ч.) Учебная игра 5X5.

Тема 32 (2 часа)

Теория (1ч.) Анализ пройденного материала за год. Закрепление терминов и название упражнений.

Практика (2ч.) Контрольные упражнения для одного, в парах, тройках.

**Учебно-тематический план
третьего года обучения**

№	Наименование темы	Всего часов	Практика	Теория	Формы аттестации (контроля)
1	Вводные занятия. Техника безопасности во время занятий, ПДД, ОБЖ, ППБ. Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена.	3	1	2	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
2	Совершенствование ловле и передачи мяча двумя руками от груди и от плеча на месте и в движении. Учебная игра.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения,
3	Совершенствование ведения, передачи мяча. Развитие силы, ОФП. Командные действия в нападении и защите.	4	3	1	контрольные упражнения
4	Учебная игра 3х3.	1	1		соревнования
5	Быстрый бег. Развитие скорости. Эстафета. Двухсторонняя учебно-тренировочная игра. Общая и специальная физическая подготовка	4	4		контрольные упражнения
6	Совершенствование быстрого прорыва, техник скоростного паса, персональной опеки, зонной защиты. Учебная игра.	4	4		контрольные упражнения
7	Соревнования, товарищеские встречи.	4	4		соревнования
8	Командные действия в защите, в нападении. Различные комбинации. Учебная игра	3	3		контрольные упражнения
9	Совершенствование техники одиночного и двойного заслонов, подбора, добивания.	4	3	1	Учебная игра
10	Совершенствование нападения в тройках с перемещением игроков, об водок, дриблинг.	6	5	1	Учебная игра с индивидуальным заданием
11	Инструктаж по ТБ.	1		1	опрос
12	Соревнования районного, городского этапа.	7	7		соревнования, игры
13	ОФП. Развитие выносливости. Совершенствование одного и двойного заслонов, проход по центру.	4	3	1	опрос, учебная игра с индивидуальным заданием
14	Соревнования районного, городского этапа.	4	4		соревнование
15	Совершенствование ведения,	3	3		контрольные

	отработка бросков в прыжке, дриблинг.				упражнения
16	Соревнования районного, городского этапа.	4	4		соревнование
17	Работа над ошибками. Товарищеская встреча	2	1	1	опрос, контрольные упражнения
18	ОФП. Развитие быстроты, ловкости. Командные действия в защите.	4	4		игра с индивидуальным и заданиями
19	Контрольные игры и соревнования	2	2		контрольные упражнения, соревнования
20	Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД, по предупреждению несчастных случаев. Учебная игра с переменными и индивидуальными заданиями.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения
21	Совершенствовать ведение мяча с изменением направления, бросков, персональной опеки с переходом в быстрый прорыв. Практикум по судейству. Блиц-турнир.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения
22	Совершенствование 3-х очковых бросков в кольцо с различных позиций, добивание, заслон. Штрафные броски. Учебная игра 3х3, 5х5.	4	3	1	опрос, контрольные упражнения, соревнования
23	Совершенствование нападения в тройках с перемещением. Учебная игра.	2	2		контрольные упражнения, соревнования
24	ОФП. Упражнения на быстроту, ловкость, силу. Совершенствование атаки в ходе учебной игры с заданием.	2	2		контрольные упражнения
25	Совершенствование быстроты прорыва в тройках, бросков с угла и трехочковых, дриблинг, двойной заслон, Учебная игра.	6	6		контрольные упражнения
26	Совершенствование персональной опеки по всей площадке. ОФП: развитие быстроты, ловкости, координации, пластики.	2	2		контрольные упражнения
27	Совершенствование командных действий в защите и нападении. Учебная игра с индивидуальными заданиями по защите и нападению,	6	6		опрос, контрольные упражнения, соревнования

	заслонов, быстроты продвижения.				
28	Соревнования, товарищеские встречи. Совершенствование персональной опеки, игровые действия центровых.	11	10	1	опрос, контрольные упражнения, соревнования
29	Анализ игр на соревнованиях. ОФП. Быстрый бег (эстафета). Учебная игра.	2	1	1	опрос, контрольные упражнения,
30	Совершенствование быстроты прорыва, нападения в тройках. Учебная игра с индивидуальными заданиями.	3	3		контрольные упражнения,
31	Совершенствование одиночных и двойных заслонов. Индивидуальная работа над ошибками. Учебная игра. Соревнования.	8	7	1	опрос, контрольные упражнения, соревнования
32	Контроль по ОФП и СФП	4	2	2	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
33	Совершенствование основ техники и тактики игры.	5	4	1	опрос, контрольные упражнения, онлайн тестирование
34	ОФП. Легкоатлетическая и баскетбольная эстафеты	4	4		контрольные упражнения
35	Ведение мяча с изменением направления.	4	4		контрольные упражнения
36	Контрольные игры и соревнования	5	5		контрольные упражнения, соревнование
	Всего часов:	144	126	18	

**Содержание
Учебно-тематического плана
третьего года обучения**

Тема 1 (3 часа)

Теория (2ч.) Правила по технике безопасности на занятиях, соревнованиях, играх. Физиология организма, гигиена тела, краткий обзор.

Практика (1ч.) Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча на месте (в парах). Бросок мяча одной рукой от плеча с места.

Тема 2 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (3ч.) Ловля и передача мяча двумя руками от груди и от плеча на месте с продвижением. Учебная игра.

Тема 3 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (3ч.) Совершенствование ведения и передачи мяча. ОФП. Командные действия в нападении и защите.

Тема 4 (1 часа)

Практика (1ч.) Учебная игра 3x3. Обучение передвижениям на площадке с изменением направления движения.

Тема 5 (4 часа)

Практика (4ч.) Быстрый бег. Пробегание отрезков 40, 60, 100, 200 м. Кросс 1000м. ОФП СФП: развитие ловкости, силы, выносливости. Двухсторонняя учебно-тренировочная игра.

Тема 6 (4 часа)

Практика(4 ч.) Упражнения в парах. Передачи со сменой мест. Передачи из рук в руки на высокой скорости. Учебная игра. Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Челночный бег.

Тема 7 (4 часа)

Практика (4ч.) Техника ловли и передачи мяча. Участие в соревнованиях, товарищеские встречи.

Тема 8 (3 часа)

Практика (3 ч.) Нападение быстрым прорывом. (1:0), (2:1). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Командные защитные действия.

Тема 9 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (3ч.) Совершенствование техники одиночного и двойного заслонов, подбора, добивания. Учебная игра.

Тема10 (6 часа)

Теория (1ч.)

Практика (5ч.) Упражнения для нападающих, не владеющих мячом. Выход нападающего на получение мяча. Финт на передачу и уход с ведением в центре. Выход центрального игрока для постановки заслона в парах, тройках с сопротивлением, обводка, дриблинг.

Тема 11 (1 часа)

Теория (1ч.) Опрос. Правила по технике безопасности на занятиях

Тема 12 (7 часа)

Практика (7ч.) Участие в соревнованиях. Обсуждения тактики игры, работа над ошибками. Защитные действия (1:1), (1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Командные защитные действия.

Тема 13 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ.

Практика (3ч.) ОФП. Развитие скоростных качеств, выносливости. Челночный бег. Сочетание приемов: ведение- передача-бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок. Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов Учебная игра.

Тема 14 (4 часа)

Практика (4ч.) Участие в соревнованиях. Обсуждения тактики игры, работа над ошибками. Нападение (1:1), (1:2). Нападение на игрока с мячом и заслон игрока без мяча.

Тема 15 (3 часа)

Практика (3ч.) Сочетание приемов: ведение - передача - бросок в движении. Обманные движения. Штрафной бросок. Дриблинг.

Тема 16 (4 часа)

Практика (4ч.) Участие в соревнованиях. Обсуждение ошибок.

Тема 17 (2 часа)

Теория (1ч.) Обсуждения тактики игры, работа над ошибками.

Практика (1ч.) Совершенствование атаки, ведение мяча с изменением направления, бросков.

Тема 18 (4 часа)

Практика (4ч.) ОФП развитие координации. Защитные действия. Совершение командных действий в защите.

Тема 19 (2 часа)

Практика (2ч.) Учебная игра 3х3, 5х5. Товарищеская встреча с разными командами.

Тема 20 (4 часа)

Теория (1ч.) Инструктаж по ТБ, ППБ, ПДД.

Практика (3ч.) Совершенствование в ведении мяча с изменением направления. Командные действия в защите, нападении. Учебная игра с переменными и индивидуальными заданиями.

Тема 21 (4 часа)

Теория (1ч.) Объяснение упражнений и показ. Правила судейства.

Практика (3ч.) Ведение мяча с изменением направления, бросков, персональной опеки с переходом в быстрый прорыв. Практикум по судейству.

Тема 22 (4 часа)

Теория (1ч.) Обучение бросков с разных позиций.

Практика (3ч.) Совершенствование 3-х очковых бросков в кольцо, ловли и передачи мяча двумя руками на месте и в движении., добивание, заслон. Штрафные броски. Учебная игра 3х3, 5х5.

Тема 23 (2 часа)

Практика (2ч.) Нападение в тройках с перемещением. Выход нападающего на получение мяча. Взаимодействие двух нападающих против трех защитников, «тройка», скрестный выход, малая восьмерка, пересечение, наведение, большая восьмерка. Нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами. Учебная игра.

Тема 24 (2 часа)

Практика (2ч.) ОФП. Упражнение на быстроту, ловкость, силу. Совершенствование атаки в ходе учебной игры с заданием.

Тема 25 (6 часа)

Практика (6ч.) Развитие скоростных качеств, выносливости.(2ч.) Быстрота прорыва в тройках (2 ч.). Броски с угла и трехочковые, дриблинг, двойной заслон (2ч.).

Тема 26 (2 часа)

Теория (2ч.) ОФП: развитие быстроты, ловкости, координация, пластика. Персональная опека по всей площадке.

Тема 27 (6 часа)

Практика (6ч.) Совершенствование технических и тактических действий через командные действия в защите и нападении. Комплекс О.Р.У. с гимнастическими скамейками. Зонная защита. Учебная игра с индивидуальными заданиями.

Тема 28 (11 часа)

Теория (1ч.) Разбор игровых действий центровых.

Практика (10ч.) Соревнования.(4ч.) Совершенствование персональной опеки, игровые действия центровых.(2ч.) Упражнения в парах. Передачи со сменой мест. Передачи из рук в руки на высокой скорости.(2ч.) Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов.(2ч.).

Тема 29 (2 часа)

Теория (1ч.) Анализ игр.

Практика (1ч.) ОФП. Развитие скорости, ловкости в эстафете. Упражнения с отягощениями для развития рук, ног, туловища.

Тема 30 (3 часа)

Практика (3 ч.) Совершенствование быстроты прорыва, нападения в тройках. Учебная игра с индивидуальными заданиями.

Тема 31 (8 часов)

Теория (1ч.) Объяснение и показ индивидуальных упражнений.

Практика (7ч.) Совершенствование одиночных и двойных заслонов. Индивидуальная работа над ошибками. Учебная игра. Соревнования.

Тема 32 (4 часа)

Теория (2 ч.) Тестирование, устный опрос теории.

Практика (2ч.) Прием контрольных нормативов по ОФП и СФП.

Тема 33 (5 часа)

Теория (1 ч.) Правила игры.

Практика (4 ч.) Совершенствование технических и тактических действий через игру.

Тема 34 (4 часа)

Практика (4ч.) ОФП. Опорные и простые прыжки. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Развитие скорости, ловкости в эстафете.

Тема 35 (4 часа)

Практика (4 ч.) Ведение мяча с изменением направления. Игра в парах.

Тема 36 (5 часа)

Практика (5ч.) Контрольные упражнения для одного, в парах, тройках.

В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о собственном организме, о гигиенических требованиях, об избранном виде спорта, о возможностях человека, его культуре и ценностных ориентациях.

Правила техники безопасности. Общее и индивидуальное развитие человека. Физкультурно-спортивная этика. Стресс. Влияние стресса на состояние здоровья. Гигиена. Гигиенические основы занятия физическими упражнениями. Влияние игровой деятельности на формирование коммуникативных качеств личности.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения, строевые команды и другие необходимые двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

Физическая подготовка

Развитие силовых способностей: комплексы общеразвивающих и локально воздействующих упражнений с внешними отягощениями (масса собственного тела, гантели, эспандер, набивные мячи, штанги и т.д.); прыжковые упражнения со скакалкой с дополнительным отягощением; подтягивание туловища на гимнастической перекладине; преодоление комбинированных полос препятствий; подвижные игры с силовой направленностью.

Развитие скоростных способностей: бег на месте в максимальном темпе; «челночный бег»; бег по разметкам и на дистанцию 20 метров с максимальной скоростью; бег с ускорениями из различных исходных положений; эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью.

Развитие выносливости: равномерный бег в режимах умеренной и большой интенсивности; повторный бег в режиме максимальной и субмаксимальной интенсивности; «кроссовый» бег.

Развитие координации: специализированные комплексы упражнений на развитие координации.

Спортивные игры (баскетбол)

В разделе «Специальная подготовка» представлен материал по баскетболу, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

Упражнения без мяча: основная стойка; передвижения в основной стойке приставными шагами правым, левым боком; остановка прыжком после ускорения; остановка в шаге.

Упражнения с мячом: ведения мяча на месте и в движении (по прямой, по кругу, «змейкой»), с изменением направления, ускорением, ловля и передача мяча одной рукой от плеча, с отскоком от пола при параллельном и встречном движении, передача мяча двумя руками от груди (с места, с шагом, со сменой места после передачи); бросок мяча в корзину двумя руками от груди, двумя руками снизу; одной и двумя в прыжке; выполнение «штрафного» броска.

- **Тактические действия:** групповые – в защите (заслон), в нападении (быстрый прорыв); индивидуальные – выбивание и вырывание мяча, вбрасывание мяча с лицевой линии, персональная защита.
- **Спортивные игры:** мини-баскетбол, баскетбол по упрощенным правилам, баскетбол по правилам.

Оценка уровня технико-тактической подготовленности учащихся в физкультурно-спортивной группе

Целью контрольных испытаний являлось: определить уровень технико-тактической подготовленности учащихся физкультурно-спортивных групп на данном этапе, выделить претендентов на перевод в тренировочную группу соответствующего возраста.

Условия проведения испытаний для всех испытуемых одинаковы. Каждое испытание учащиеся выполняют по очереди. При выполнении любого теста на всей площадке должен находиться только испытуемый. Каждое испытание вначале объясняется, а затем показывается испытуемым. Это делается для более точного воспроизведения предлагающегося задания.

В качестве контрольных испытаний были использованы следующие тесты:

а) Перемещение 6х5.

Тест служит для оценки перемещения разными способами.

На площадке чертится квадрат со стороной 5м. На конце одной из сторон ставится отметка (чертится линия) – место старта и финиша. На противоположной линии ставится другая отметка, от которой движение начинается в обратном направлении.

Передвижение начинается с наружной стороны ограничительных линий. Баскетболист становится лицом по ходу движения у места старта (квадрат остается впереди слева). По сигналу он передвигается лицом вперед (5м.), затем по другой стороне квадрата приставными шагами левым боком в защитной стойке (5м.) и спиной вперед (5м.), заступает одной ногой за ограничительную линию и проделывает весь путь в обратном направлении: лицом вперед,

приставным шагом правым боком, в защитной стойке и спиной вперед. В момент пересечения игроком линии финиша секундомер останавливается.

Каждый испытуемый выполняет по две попытки, лучший результат записывается, округляется с точностью до десятых секунд.

б) Комбинированное упражнение

Тест позволяет определить у детей степень владения технико-тактическими приемами, точность бросков в движении и в прыжке; оценить быстроту передвижения, технику ведения правой и левой рукой.

В правой ближней половине площадки (если стоять на середине лицевой линии лицом к площадке) располагаются 4-е набивных мяча. Первый в середине площадки в трех метрах от средней линии, второй на боковой линии в 6-ти метрах от линии; третий в середине площадки в 6-ти метрах от первого мяча и четвертый – в правом ближнем углу площадки. С левой стороны площадки, вдоль боковой линии на расстоянии 2-х метров от нее, стоят три стойки. Одна стойка – на средней линии площадки, две другие – впереди и сзади от нее на расстоянии 2-х м. Игрок начинает движение с места пересечения боковой и средней линии в правой стороне площадки. Он передвигается левым боком в защитной стойке к первому мячу, касается его левой рукой, затем передвигается правым боком по направлению ко второму мячу, касается его правой рукой, продолжает движение левым боком к третьему мячу, касается его рукой и правым боком направляется к 4-му мячу. Коснувшись его правой рукой, игрок делает рывок к средней линии, на которой лежит баскетбольный мяч (расстояние от мяча до правой боковой линии 1м.), берет его и ведет его на противоположную половину площадки. Затем игрок входит в 3-х секундную зону и выполняет бросок в движении правой рукой, ловит мяч и ведением левой рукой выводит его к области штрафного броска с правого края, если смотреть на кольцо. Далее игрок обходит зону штрафного броска слева на право, входит в область штрафного броска и выполняет бросок в движении уже левой рукой. Подбрав мяч после броска, игрок ведет его сильной рукой к стойкам, попеременно обводит их правой, затем левой; правой рукой ведет мяч к противоположному щиту и завершает упражнение броском мяча в прыжке после остановки в области линии штрафного броска. Время останавливается при касании мячом кольца. Оценивается время выполнения упражнения с точностью до десятой доли секунды.

в) Броски с точек

Тест позволяет определить у баскетболистов точность попадания мяча в корзину с разного расстояния и под разным углом. Вокруг трехсекундной зоны (трапеции) с обеих сторон площадки расположены 4-е отметки для бросков. Первые две точки расположены на расстоянии 4-х метров по обе стороны от бокового края щита, перпендикулярно кольцу, две другие расположены на дальних от щита углах трапеции, в районе линии штрафных бросков. С каждой отметки выполняется по 5-ть бросков любым способом с места. Броски мяча в корзину выполняются в любой последовательности, с начала на одной стороне площадки, затем на другой. В общей сложности выполняется 40 бросков с

точек. Учитывается количество попаданий мяча в корзину.

з) *Штрафной бросок*

Тест позволяет определить точность попадания штрафных бросков. Штрафной бросок выполняется в 4-х метрах от баскетбольного щита с линии штрафных бросков. Оценивается количество попаданий в корзину из 30 бросков.

Онлайн — тестирование

Онлайн — тестирование организовано в режиме настоящего времени, интерактивно по рабочей ссылке:

https://moeobrazovanie.ru/online_test/fizkultura

Методическая работа

№	Наименование (тема, вид) методических материалов	Сроки исполнения
1	Разработка авторских методик (описание методических приемов, разработка тем, описание занятий) 1. Техника выполнения бросков, выявление и исправление ошибок	декабрь
2	Подбор учебно-иллюстративного материала (видео, аудио материалы, схемы, литература) 1. Приобретение видео материалов, литературы по баскетболу	ноябрь
3	Подготовка учебно-раздаточного материала (карточка, таблицы, образцы изделий, технологические карты) 1. Подготовить карточки – задания по СФП	октябрь
5	Составление рекомендаций 1. Рекомендации по эффективности средств обучения	февраль
6	Разработка положений, планов 1. Планы работ на учебный год	сентябрь
9	Подготовка заданий для проверки освоения образовательной программы (контрольные задания, тесы, творческие задания, соревнования, выставки) 1. Соревнования, контрольные игры, контроль по ОФП и СФП	В течение года
10	Разработка сценариев массовых мероприятий. 1. Сценарий проведения спортивного праздника «Оранжевый мяч»	март
11	Подготовка открытых занятий 1. Открытое занятие по теме «Требования к современным броскам и методика обучения»	апрель
12	Подготовка выставочных экспозиций, наглядных пособий. 1. Фото экспозиция «Баскетбол в школе»	январь
13	Организация и проведение МО на тему: «Требования к современным броскам и методика обучения»	апрель

Контрольные упражнения по баскетболу и их оценка

Возраст	Бег 20 м		Прыжок в длину		60 м		Высота подскока		Ведение мяча 20 м (с)		Штрафные броски из 10 раз		Броски после ведения из 5 раз		Броски с точек из 20 раз	
	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5
12 лет	3.9	3.8	170	175	9.4	9.3	35	41	9.6	9.5	4	5	2	3	7-8	10
13 лет	3.5	3.4	180	185	8.6	8.5	39	44	9.2	9.1	4	6	3	4	9-11	12
14 лет	3.5	3.4	190	195	8.5	8.4	43	48	8.8	8.7	5	6	4	5	9-11	12
15 лет	3.5	3.4	200	210	8.4	8.3	48	54	8.3	8.2	6	7	5	6	10-13	14
16 лет	3.4	3.3	220	230	8.3	8.2	56	61	8.1	8.0	6	7	5	6	10-13	14
17 лет	3.4	3.3	220	230	8.3	8.2	58	62	8.1	8.0	6	7	5	6	10-13	14

Диагностический лист

объединение _____
педагог ДО _____
количество учащихся (список прилагается) _____
дата проведения диагностики _____

Вопросы диагностики	Учащиеся объединения согласно списку							
	1	2	3	4	5	6	7	8
знают:								
владеют понятиями «Техника игры», «Тактика игры»								
правила игры								
о влиянии занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек								
способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности								
гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям								
правила и способы планирования систем индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности								
основы методики обучения и тренировки по волейболу								
технику и тактику игры в волейбол								
строевые команды								

методику судейства учебно-тренировочных игр								
умеют:								
владеть техническими приемами								
решать тактические задачи								
применять полученные знания в игре								
выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств: быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости								
соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований								
выполнять индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите								
выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите								
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни								
осуществлять судейство соревнований по баскетболу								
работать с книгой спортивной направленности								
Итого								
Уровень усвоения программного материала(%)								

Высокий уровень (%):

Средний уровень (%):

Уровень, требующий доработки (%):

Уровень реализации программы (%):

Выводы:

Формы отслеживания ожидаемых результатов

Контроль физической и специальной подготовки проводится один раз в 3 месяца в соревновательной форме. По данным контрольных испытаний даётся оценка успеваемости каждому занимающемуся.

Основным показателем выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся является: выполнение программных требований, выраженных в качественных и количественных показателях физического развития, технической, тактической, теоретической подготовленности, выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-технические условия реализации программы

МТУ: Спортивный зал МБОУ Башкирская гимназия №158 спортзал — 257,1 кв.м

ТСО: ноутбук, видеопроектор, экран, магнитофон.

Оборудование:

Для занятий баскетболом необходимо следующее оборудование и инвентарь:

1. Щиты с кольцами - 2 комплекта;
2. Гимнастическая стенка - 6 шт.;
3. Гимнастические скамейки - 4 шт.;
4. Гимнастические маты - 4 шт.;
5. Мячи баскетбольные-20-40 шт.;
6. Скакалки, малые мячи, насосы, секундомеры.

При обучении и совершенствовании техники игры, помимо спортивного зала, следует использовать и игровые площадки на стадионе, и тренажёрный зал. Весь инвентарь и оборудование для занятий имеется.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Методическое обеспечение программы

Базовый программный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков, базовой техники и соревновательных действий.

Занятия должны основываться на общефизической подготовке, специальной и тактической подготовки детей.

Двигательные действия занимают центральное место в подготовке. В результате формируются двигательные навыки и умения.

В основу физической подготовки должны быть включены нормативы по физической культуре.

На первом организационном собрании необходимо выбрать старосту группы, сообщить расписание занятий, рассказать в какой форме и обуви надо

приходить на занятия.

Каждое практическое занятие, как правило, включает: общую и специальную подготовку, упражнения по технике игры, игру в баскетбол.

В процессе теоретических и практических занятий, соревнований занимающиеся должны получить знания и навыки по данному виду спорта.

В процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований воспитывается чувство ответственности перед коллективом, добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплина. В целях лучшей реализации учебной программы необходимо соединить учебно-тренировочные занятия с выполнением самостоятельных заданий по плану, разработанному совместно с занимающимся.

При изучении разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Для правильного и целенаправленного обучения технике игры в баскетбол приводится последовательность обучения основным техническим приемам. Тренер в соответствии с программным материалом сам может подобрать упражнения-задания с учетом предложенной последовательности.

В процессе теоретических и практических занятий, соревнований занимающиеся должны получить знания и навыки по данному виду спорта.

В процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований воспитывается чувство ответственности перед коллективом, добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплина. В целях лучшей реализации учебной программы необходимо соединить учебно-тренировочные занятия с выполнением самостоятельных заданий по плану, разработанному совместно с занимающимся.

При изучении разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные спортивные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия.

Для правильного и целенаправленного обучения технике игры в баскетбол приводится последовательность обучения основным техническим приемам. Тренер в соответствии с программным материалом сам может подобрать упражнения-задания с учетом предложенной последовательности.

Список литературы для педагога

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. Федеральный закон РФ N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.13 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)». Методические рекомендации разработаны Министерством образования и науки РФ совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Открытое образование».
6. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

Список литературы для педагога:

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР. – М.: Советский спорт, 2006.
2. Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физ. культуры. - Москва, «Физкультура и спорт» 1991 год.
3. Г.П. Богданов. Уроки физической культуры: Пособия для учителей, - Москва, «Просвещение», 1984 год.
4. Журналы «Физическая культура в школе», «Физкультура и спорт».
5. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола – М., ФиС, 1963.
6. Программа физического воспитания в школе.
7. Баскетбол, Учебник для Вузов физической культуры. Ю.М. Портнов. 1997 г.
8. Начальное обучение баскетболу. Мирошникова Р.В., Потапова Н.М. Волгоград. 1994г.
9. Обучение школьников игре в баскетбол. Уч. пособие. Суетнов К.В. 1985г.
10. Учебное пособие для учителей школ. Баскетбол в школе. Уч. пед. лит. Кудряшов В.А. 1960г.
- М.А. Давыдов. Судейство в баскетболе, - Москва, «Физкультура и спорт», 1983

Список литературы для учащихся

1. Бондарь А.И. Учись играть в баскетбол. 1986 г.
2. Вальтин А.И. Мини баскетбол в школе. Просвещение. 1976г.
3. Зинин А.И. Первые шаги в баскетболе. М. 1972г.
4. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
5. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №10, май 2003 г.
6. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №17, сентябрь 2003 г.
7. Приложение к газете «Первое сентября» - «Спорт в школе» №11, июнь 2003 г.
8. В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: пособия для учителя. - Москва, «Просвещение», 2002 г.
9. Под ред. В.И. Ильинича. Физическая культура студента: учебник, - Москва, «Гардарики», 2003 год.