

МБОУ Кизнерская сельская ООШ

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» 08 2023 г.
Протокол № 6

Утверждено
Директор МБОУ КСООШ
Костина Н.В. 
Приказ №: 60
от «30» 08 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст детей: 8-11 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель: Щербаков Сергей Вячеславович,
учитель физической культуры

с.Кизнер, 2023 г.

МБОУ Кизнерская сельская ООШ

Принята на заседании
педагогического совета
от «___» _____ 2023 г.
Протокол № _____

Утверждено
Директор МБОУ КСООШ
Костина Н.В. _____
Приказ № _____
от «___» _____ 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»

Возраст детей: 8-11 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель: Щербаков Сергей Вячеславович,
учитель физической культуры

с.Кизнер, 2023 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» разработана в соответствии с **Основными нормативно правовыми документами:**

- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- ✓ Приказ Министерства Просвещения РФ от 18 ноября 2019 г. № 196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ 2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- ✓ 3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 года N 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- ✓ 5. Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»
- ✓ Устав МБОУ Кизнерская сельская ООШ

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность. Программа реализуется в соответствии с социальным заказом и запросами учащихся и их родителей, выявленными на основе результатов анкетирования. В целях обеспечения творческого развития и формирования личности ребенка многие родители хотят направить своих детей на занятия в творческие объединения.

Родители отметили важность приобщения к культурным ценностям и развитию физических качеств, что учитывается в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Баскетбол».

Занятия помогают художественно-эстетическому воспитанию, позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Баскетбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Цель программы: овладение способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий баскетболом

Задачи:

- воспитать моральные и волевые качества воспитанников, содействовать развитию чувства товарищества и взаимопомощи.
- развивать необходимые физические качества: (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);
- научить правильно выполнять упражнения.

Отличительные особенности программы

Программа дополняет школьный учебный предмет - физкультура.

Программа включает подготовку физически крепких, гармонично, физически и духовно развитых юных спортсменов.

Приобщение к спортивной игре в баскетбол позволяет удовлетворить потребности в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма подростков.

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся в возрасте 8-11 лет, заинтересованных в укреплении здоровья, рассчитана на один год обучения.

Объем программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 2 академических часа в неделю, в общем объеме 72 учебных часов в год.

Формы организации образовательного процесса.

Ежегодно формируются группа мальчиков и девочек 2 класса.

В группах занимается по 10-15 человек. Это позволяет использовать индивидуальный инструктаж, при котором обучение новым, более сложным навыкам ведется успешно.

Занятия строятся в форме бесед, практических занятий, самостоятельной работы.

Формой контроля являются: сдача норм контрольных нормативов.

Сроки освоения программы: рассчитана на один год обучения

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по два часа в течении одного учебного года.

Вариативность программы.

Занятия предусматривают задания разной степени сложности, учитывающие индивидуальные особенности обучающихся. Каждый учащийся выполняет задания в силу своих возможностей и способностей на практических работах.

Преимственность программы.

Обучение по программе опирается на базовые знания по таким учебным предметам как: «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности». В отличие от этих программ содержание программы «Баскетбол» включает более широкий выбор материалов.

Планируемые результаты программы:

1. Личностные

- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.
- Развивать мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции по баскетболу;

2. Метапредметные

- Формировать умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Развивать умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;

3. Предметные

- Владение основными приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;

- Повышение специальной, физической, тактической подготовки обучающихся по баскетболу;

Формы подведения итогов:

- Участие в школьных, районных соревнованиях;
- Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке;
- Участие в судействе школьных соревнованиях по баскетболу;
- Беседа по теоретическим вопросам

1.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Количество часов в том числе			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Теоретическая подготовка	12	12		Опрос, собеседование, тест-задания
1.1.	Возникновение и развитие баскетбола	1	1		
1.2.	Соблюдение правил безопасности	1	1		
1.3.	Гигиенические сведения, понятие о гигиене и санитарии.	1	1		
1.4.	Терминология, техника и тактика игры	3	2	1	
1.5.	Правила игры	6	3	3	
2.	Физическая подготовка	60		60	
2.1.	Общая физическая подготовка	40		40	Тестирование
2.2.	Специальная физическая подготовка	5		15	Тестирование
2.3.	Техническая подготовка	5		5	Наблюдение
2.4.	Тактическая подготовка	5		5	Наблюдение
2.5.	Игровая подготовка	5		5	Наблюдение
ИТОГО		72	12	72	

2.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Теория (12 час)

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях тренировки (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течение 5-7 минут.

1. Возникновение и развитие баскетбола:

История развития баскетбола в мире и в нашей стране.

2. Соблюдение правил безопасности. Правила поведения на улице, спортзале. Правильное обращение с инвентарем.

3. Гигиенические сведения. Понятие о гигиене и санитарии. Гигиена тела. Форма для занятий в спортивном зале и на улице.

- 4. Терминология, техника и тактика игры.** Основные сведения о технике и тактике игры; о её значении для роста спортивного мастерства.
- 5. Правила игры.** Разметка площадки. Количество играющих в команде. Аут, фол, пробежка, двойное ведение, спорный мяч.

Практика (60 ч.)

Общая физическая подготовка (ОФП - 40ч.)

Общая физическая подготовка направлена на гармоническое развитие различных функциональных систем, мышечных групп, расширения двигательного опыта, создание базы для успешного развития специальной подготовки.

1. Строевые упражнения:
2. Упражнения для рук и плечевого пояса:
3. Упражнения для ног:
4. Упражнения для шеи и туловища
5. Упражнения для всех групп мышц:
6. Акробатические упражнения:
7. Упражнения для развития силы:
8. Упражнения для развития быстроты:
9. Упражнения для развития гибкости:
10. Упражнения для развития ловкости:
11. Упражнения типа «полоса препятствий»:
12. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:
13. Упражнения для развития общей выносливости:
14. Спортивные и подвижные игры:

Специальная физическая подготовка (СФП - 5 ч.)

Специальная физическая подготовка основана на характерном общем развитии, ставит перед собой цель технически развивать игрока при помощи игровых упражнений с мячом, сделать его игру быстрее, маневренной подвижной, здесь тренер использует упражнения с мячом, но при этом необходимо помнить о специальных заданиях: развивать, улучшать координацию движений, скорость, выносливость и т.д. Специальная физическая подготовка должна развивать физические качества, способности, специфичные для баскетбола, и содействовать быстрейшему освоению технических приемов. В младших группах она осуществляется в основном за счет применения упражнений, совершенствующих тактическое и техническое мастерство баскетболистов, а в подростковом и юношеском возрасте, кроме того, в тренировочных и календарных играх. Об уровне физической подготовленности судят по результатам выполнения контрольных нормативов.

1. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести:

Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

2. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска:

Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание).

Имитация броска с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей различного веса и объема (теннисного, хоккейного, мужского и женского баскетбольного набивного мяча весом 1-5 кг) на точность, дальность, быстроту. Метание камней с отскоком от поверхности воды. Метание палок (игра в «городки»). Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному в прыжке, с места, с разбега в стену, через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка. Бросок мяча в прыжке с разбега, толкаясь о гимнастическую скамейку. Бросок мяча в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на стене, в ворота.

3. Упражнения для развития игровой ловкости:

Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей. Ловля мяча от стены (батута) после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с мячом и без мяча в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, ритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии). Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

4. Упражнения для развития специальной выносливости:

Многочисленные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинением времени, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

Техническая подготовка. (5 ч.)

1. Перемещение, остановки, стойка игрока, повороты.

Перемещение приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, с крестным шагом, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом, лицом и спиной вперед. Стойка нападающего и защитника.

2. Ловля и передача мяча. Ловля и передача мяча двумя и одной рукой, на месте и в движении, в парах, кругах, в колонне.

3. Ведение мяча в высокой стойке. Ведение мяча в высокой стойке на месте, в движении, по прямой с изменением скорости и направления, по зрительному и слуховому сигналу.

4. Броски. Бросок мяча одной рукой, на месте, в движении, от груди, от плеча; бросок после ловли и после ведения мяча.

Тактическая подготовка. (5 ч.)

1. Нападение. Выход для получения и отвлечения мяча. Индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча. Атака корзины.

2. Защита. Противодействие получению мяча и выходу на свободное место, розыгрышу мяча и атаки корзины.

Игровая подготовка. (5 ч.)

Подвижные игры с элементами баскетбола. Двухсторонняя игра, игра баскетбол упрощенным виде. Эстафеты с передачами, ведением, бросками мяча. Игры («салки», «бег кенгуру», «коршун и наседка», «защита крепости», «мяч капитану», «десять передач», «вызов номеров», и др.).

4. Методическое обеспечение образовательной программы

Методическое обеспечение кружковой работы играет в повышении качества и эффективности работы все более значительную роль. Оно охватывает, во-первых, непосредственно тренировочный процесс и, во-вторых, все, что связано с повышением профессионального мастерства педагога. Умело, со знанием дела организованная методическая работа обеспечивает возможность рационального и оперативного использования непрерывно накапливаемого опыта, а также новейших достижений спортивной науки.

Главным объектом всех методических усилий должны стать тренер и спортсмен, их знания, навыки, умения, убеждения. Основные критерии в оценке методической работы — реальные успехи в учебно-тренировочной работе, рост мастерства, четкость в реализации современных программно-методических требований.

Методическое обеспечение тренировочного процесса предполагает:

обеспечение наглядными учебными пособиями (кинограммами, учебными плакатами, схемами, таблицами);

применение компьютерных видеозаписей, презентаций, разработок;

внедрение тренажерных устройств, приборов срочной информации, другого учебного оборудования.

Правильное использование наглядных учебных пособий, плакатов, киноматериалов крайне важно как средство повышения эффективности тренировочного процесса.

Применение всевозможных тренажерных устройств для обучения спортивной технике и ее совершенствования, для общей и специальной физической подготовки позволяет значительно расширить круг средств специальной физической, технической и тактической подготовки.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

1. Обеспечение методическими видами продукции.

- положения:

- положение о школьных соревнованиях;

- положение о районных соревнованиях в зачет Спартакиады школьников

2. Рекомендации по проведению практических занятий.

- инструкции по ТБ;

- методические рекомендации по обучению технико-тактическому мастерству;

- игротека подвижных игр.
- 3. Лекционные и дидактические материалы.
 - восстановительные мероприятия;
 - психологическая подготовка;
 - правила игры;
 - видеозаписи;
 - контрольные нормативы.
- 4. Инвентарь – баскетбольные мячи, скакалки, гимнастические скамейки, набивные мячи и др.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Подготовка юного баскетболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития.

Средства тренировки. Основным средством тренировки являются физические упражнения. Они могут быть разделены на 3 группы:

- общеподготовительные упражнения;
- специально подготовительные упражнения;
- избранные соревновательные упражнения.

Формы занятий: теоретические и групповые практические занятия, учебные и товарищеские игры, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Дидактические материалы: специальная литература, справочные материалы, правила соревнований по баскетболу, правила судейства в баскетболе.

Методические разработки: положения о соревнованиях, методические разработки по обучению основам техники баскетбола.

Для успешной реализации программы по баскетболу и проведению полноценного тренировочного процесса необходимо учитывать:

1. Психолого-педагогические обес*создание комфортной обстановки на занятиях, необходимой для проявления способностей каждого ребенка.

*индивидуальный подход к воспитаннику с учетом его психологических и возрастных особенностей, дифференцированный подход.

*поддержка связи с родителями.

*постоянная работа по самообразованию, пополнение знаний в области педагогики, психологии, новых информационных технологий в области физической культуры и спорта.

*создание условий для самостоятельной деятельности детей.

печение:

2. Материально – техническая:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с баскетбольной разметкой площадки, баскетбольными корзинами.

спортивный инвентарь:

- баскетбольные мячи – на пару обучающихся;
- набивные мячи - на пару обучающихся;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- гимнастические маты;
- гантели (1-3 кг.);
- футбольные, баскетбольные и теннисные мячи;
- тактическая доска;
- насос для накачивания мячей;

спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки – 5-7 штук;
- гимнастическая стенка – 2 пролета;
- перекладины для подтягивания-2 штуки.

3.Кадровое обеспечение:

Тренер (учитель), имеющие профильное среднее или высшее образование в области физической культуры и спорта, либо получающие образование по профилю, либо прошедшие курсы повышения квалификации по спортивной направленности.

4.Развивающая предметно-пространственная среда:

- взаимосвязь предметов биологии, физической культуры, физики и т.д.
- обеспечение возможности общения и совместной деятельности детей и взрослых;
- соответствие физической нагрузки возрастным и индивидуальным возможностям детей;
- доступность, безопасность.

6. ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Личностное развитие детей – одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

На протяжении всех занятий формируется у занимающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- Личный пример и педагогическое мастерство;
- Высокая организация тренировочного процесса;
- Атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- Система морального стимулирования;
- Наставничество опытных спортсменов.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр соревнований и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, походы выходного дня;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые десанты и субботники;
- оформление стендов и газет.

В воспитательной работе часто применяется и похвала. Каждый факт даже простого одобрения по поводу выполненных требований вызывает у спортсменов положительный отклик. Они чувствуют себя «утвержденными» в своей установке и в поведении, это стимулирует их к дальнейшим устремлениям и действиям в том же направлении. Особенно стимулирует похвала в присутствии всего коллектива. Она побуждает к действиям и остальных членов коллектива. Однако поспешная или неоправданная похвала недопустима. Она воспринимается спортсменами, помимо всего прочего, как неумение тренера правильно оценивать воспитательную ситуацию.

Воспитательная работа – обязательный аспект деятельности современного образовательного учреждения. Сущность воспитательной работы в состоит в создании условий для полно-

ценного развития личности обучающихся путем обогащения воспитательной среды целенаправленно организуемыми событиями.

Создание воспитательного пространства предполагает:

- 1) диагностику среды;
- 2) разработку модели воспитательного пространства;
- 3) создание условий для реализации участниками воспитательного пространства своей позиции.

Тренировочная среда предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой обучающихся.

Основные направления воспитательной работы в спортивной школе:

- здоровье сберегающее;
- нравственное воспитание;
- спортивно-этическое и правовое воспитание.

Цель – создание на кружке условий для развития талантливой, физически здоровой личности ребенка, обогащенной знаниями, готовой к реализации физической подготовленности и нравственному поведению.

Задачи:

1. Создать условия для получения знаний, умений и навыков в области баскетбола.
2. Сформировать осознанное восприятие обучающимися ценности своего здоровья;
3. Формировать у обучающихся систему ценностей для приобщения к культуре общения, традициям, культурным ценностям.

Здоровье сберегающие воспитание направлено на эффективность применения знаний, умений, навыков в области физической культуры.

Нравственное воспитание направлено на формирование твердых моральных убеждений, навыков поведения человека. Наряду с семьей и общеобразовательной школой важную роль в этом процессе играет непосредственно спортивная деятельность. Нравственность и духовность – стержневые качества человека, которые являются предпосылкой осознания обучающимися своих обязанностей и привычек поведения.

Спортивно-эстетическое и правовое воспитание. Одной из важных задач, решаемых в процессе воспитательной работы, является освоение норм и правил поведения, предусмотримые спортивной этикой. Спортивно-этическое воспитание в занятиях с юными спортсменами осуществляется непосредственно в спортивной деятельности. Спортивно-этическое и правовое воспитание неразрывно связано с культурой межличностных отношений. Усвоение обучающимися социально-правовых норм является основой для уважительного отношения к соперникам и товарищам по команде независимо от их национальности.

Эффективность воспитательной работы во многом зависит от тщательного выбора методов, средств и форм ее реализации в процессе многолетней подготовки спортсменов. Воспитательная работа всегда носит конкретный характер.

Методы воспитания делятся на группы:

- *формирование нравственного сознания (нравственное просвещение);*
- *формирование общественного поведения;*
- *использование положительного примера;*
- *стимулирование положительных действий (поощрение);*
- *предупреждение и осуждение отрицательных действий.*

План воспитательной работы

№п/п	Наименование мероприятия	Дата	Место проведения
------	--------------------------	------	------------------

1	Инструктаж по технике безопасности	сентябрь	Спортивный зал
2	Беседа «Перспективы выступлений российских баскетбольных команд в еврокубках»	ноябрь	Спортивный зал
3	Посещение районных соревнований по баскетболу «Рождественский кубок»	январь	Спортивный зал
4	Повторный инструктаж по технике безопасности	январь	Спортивный зал
5	Посещение районных соревнований по баскетболу «Кубок Победы»	май	Спортивный зал

Участие учащихся в массовых мероприятиях

№п/п	Наименование мероприятия	Дата	Место проведения
1	Кубок района по баскетболу среди учащихся	ноябрь	Спортивный зал
2	Первенство района по баскетболу среди юношей и девушек	декабрь	Спортивный зал
3	Рождественский турнир по баскетболу среди смешанных команд	январь	Спортивный зал
4	Турнир по баскетболу среди учащихся «Кубок Победы»	май	Спортивный зал

Взаимодействие с родителями

№п/п	Форма взаимодействия	Тема	Дата
1	Индивидуальная беседа	Требования к учащимся на занятиях по баскетболу	сентябрь
2	Анкетирование родителей	«Отношение ребёнка к занятиям по баскетболу»	январь
3	Соревнование	Товарищеская встреча по баскетболу между учащимися и родителями	март

7.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценивание результатов обучения осуществляется через практическую теоретическую часть.

Оценочные материалы

Контрольные испытания по общей физической подготовке

№	Контрольные испытания	Количество выполнений			
		мальчики		девочки	
		8-9 лет	10-11 лет	8-9 лет	10-11 лет
1	Бег 30 м. (с)	6,1-6,0	5,8	6,2-6,4	6,0
2	Челночный бег 3x10 м. (с)	8.4-9,0	8,6-8,9	8,8-9,0	8,8
3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130-150	160	125-140	140-150

4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин.)	20-25	25-30	15-20	20-25
---	---	-------	-------	-------	-------

Контрольные испытания по технико-тактической подготовке

№	Контрольные испытания	Количество выполнений			
		юноши		девушки	
		8-9 лет	10-11 лет	8-9 лет	10-11 лет
1	Броски в движении после ведения (из 5 раз)	1	2	1	2
2	Передача мяча с отскоком об стенку (количество раз за 30 сек.)	15	18	12-15	15-18
3	Штрафные броски (из 10 раз)	1	2-4	1	2-4

Тест на знание теоретической части игры

1. Сколько игроков от одной команды может находиться на площадке?
а) 4; б) 5; в) 6.
2. Сколько шагов с мячом можно сделать после ведения?
а) 0; б) 1; в) 2; г) 3.
3. Сколько шагов можно сделать с мячом с места?
а) 1; б) 2; в) не ограничено; г) 0.
4. Ведение выполняется
а) одной рукой;
б) поочередно двумя руками;
в) одновременно двумя руками.
5. Что называется зоной нападения?
а) половина поля под кольцом соперника;
б) половина поля под своим кольцом;
в) центральная часть поля;
г) место за пределами площадки у судейского столика.
6. Поворот на месте не будет считаться пробежкой, если:
а) опорная нога не была оторвана от пола;
б) опорная нога была оторвана от пола;
в) не важно отрывалась ли опорная нога.
7. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?
а) Разрешается;
б) не разрешается;
в) разрешается под собственную ответственность.
8. Запрашивать тайм-ауты и замены имеет право:
а) только тренер команды;
б) только главный тренер и капитан;
в) любой игрок, находящийся на площадке.
9. Встреча в баскетболе состоит из:
а) двух таймов по 20 минут;
б) четырех таймов по 10 минут;
в) трех таймов по 15 минут.
10. Победителем встречи является команда:
а) выигравшая три четверти;
б) выигравшая вторую половину встречи;
в) набравшая хотя бы на одно очко больше соперника.
11. Если команда без уважительных причин вовремя не выходит на площадку, то:
а) ей засчитывается поражение со счетом 0:20;
б) необходимо подождать 15 минут;
в) игра переносится на другой день.
12. Как начинается игра?
а) жеребьевкой; б) вводом мяча из-за боковой линии; в) спорным броском.
13. Запасными игроками считаются те, которые:
а) сидят на скамейке запасных;
б) выходят на замену;
в) не включены в начальную расстановку на данную игру.
14. Какое количество замен разрешается делать во время игры?
а) максимум 10; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.
15. Сколько времени дается на ввод мяча в игру?
а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
11-15 баллов	6-10 баллов	до 5 баллов

8.Перечень информационного обеспечения программы

1. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮСШОР. М: Советский спорт, 2008г.,98с.
2. Волков Л.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Киев «Киев» , 2002 г.; 126 с.
3. Дубровский В.И. «Гигиена физического воспитания и спорта», М «Просвещение», 2003 г., 205с.
4. Озолин Н.Г. «Настольная книга тренера» М: «Просвещение»; 2002г., 386с.
5. Дулин А.Л. Баскетбол в школе. Ижевск Издательство Удмуртского Университета, 1996г.,398с.
6. Портнов Ю.М. Баскетбол учебник для ВУЗов физической культуры, М: «Астра семь» 2001 г., 479с.
7. Программы для внешкольных учреждений. Москва. Просвещение, 1997 г,334с.
8. Б. Коузи, Ф. Паур Баскетбол. Концепция и анализ. Москва «ФиС», 1970г,270с.
9. Н.И. Обухова Возрастная психология. М:Просвещение, 1992,250с.
- 10.Ю.Буйлин, Ю.Портных Мини – баскетбол в школе. М:Просвещение, 1976г.,110с.

Литература для обучающихся

1. Ю.Буйлин, Ю.Портных Мини – баскетбол в школе. М:Просвещение, 1976г.,110с.
2. Алекс Сэчер Баскетбол. Москва АСТ «Астрель»,2006г.,384с.
3. А. Зинин Детский баскетбол. М: «ФиС»,1968г.,182с

