

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНАЯ БЮДЖЕТНАЯ ОРГАНІЗАЦІЯ
ДОПОЛНІТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАННЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» АЛЬКЕЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от «29» августа 2023г.



**ДОПОЛНІТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВІВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ- Лідер»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 12-17 лет
Срок реализации: 3 года (576 часов)

Автор составитель:
Ирдинкин Денис Александрович
Педагог дополнительного образования

2. Информационная карта образовательной программы

| | | |
|------------|---|---|
| 1. | Образовательная организация | МУНИЦИПАЛЬНАЯ БЮДЖЕТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» АЛЬКЕЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА |
| 2. | Полное название программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «БАСКЕТБОЛ- Лидер» |
| 3. | Направленность программы | физкультурно-спортивная |
| 4. | Сведения о разработчиках | |
| 4.1. | ФИО, должность | Ирдинкин Денис Александрович педагог дополнительного образования |
| 5. | Сведения о программе: | |
| 5.1. | Срок реализации | 3 года |
| 5.2. | Возраст обучающихся | 12-17 лет |
| 5.3. | Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса | Дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая модульная |
| 5.4. | Цель программы | формирование устойчивого интереса обучающихся к спортивным занятиям и целенаправленной волейбольной подготовке |
| 5.5 | Образовательные модули (в соответствии с уровнями) | базовый уровень |
| 6. | Формы и методы образовательной деятельности | словесный, наглядный, практический, игровой и соревновательный методы |
| 7. | Формы мониторинга результативности | Контрольные нормативы, зачёт по технике баскетбола, соревнования |
| 8. | Результативность реализации программы | выпускник будет проявлять устойчивый интерес к данному спортивному направлению |
| 9. | Дата утверждения и последней корректировки программы | 29.08.2022г. – дата разработки программы; 29.08.2023г. – дата утверждения и последней корректировки программы, изменение нормативно-правовой базы, уточнение замеров вводного, промежуточного и итогового контроля |
| 10. | Рецензенты | Фатхутдинова Л.Р-Заместитель директора ДДТ |

3. Оглавление

| | | |
|----|---|-------|
| 1 | Титульный лист программы | 1 |
| 2 | Информационная карта образовательной программы | 2 |
| 3 | Оглавление | 3 |
| 4 | Пояснительная записка | 4 |
| 5 | Учебный (тематический) план | 6 |
| 6 | Содержание программы | 7 |
| 7 | Планируемые результаты освоения программы | 10-12 |
| 8 | Организационно-педагогические условия реализации программы | 12 |
| 9 | Формы аттестации/контроля | 12 |
| 10 | Оценочный материал | 13-14 |
| 11 | Список литературы | 14 |
| 12 | Методический материал | 15 |
| 13 | Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы | 15-29 |

4.Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования детей: «Баскетбол» ориентирована на 3 года.

Благодаря собственному научному опыту автора программы и апробации в работе новейших методик, данная программа удовлетворяет всем требованиям нового образовательного стандарта детей в дополнительном образовании.

Баскетбол – игра увлекательная, динамичная, требующая от игроков хорошей физической подготовленности и технико-тактического мастерства. В основе игры на фоне постоянно меняющейся информации лежат активно выполняемые естественные движения: бег, прыжки, передачи, броски, ведение мяча и т.п.

Специфика двигательной деятельности игры в баскетбол способствует рациональному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности, увеличению подвижности суставов, укреплению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также положительно влияет на развитие психомоторных механизмов (быстрая и адекватная ориентировка в сложной двигательной деятельности, развитие реакции выбора, концентрация внимания, распределение внимания, объем поля зрения, оперативность мышления, моторная выносливость).

4.1 Направленность программы:

Физкультурно-спортивная - по основному содержанию и направлению деятельности

Тип программы – модифицированная, комбинированная составлена с учетом современных требований и с опорой на **нормативные источники**:

4.2. Нормативно-правовое обеспечение программы

Нормативно-правовое обеспечение.

1. Данная программа составлена в соответствии с Федеральным законом об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.09.2023 г.)
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Закон Республики Татарстан от 08 июля 1992г. №1560-12 «О государственных языках Республики Татарстан и других языках» (с изменениями, внесенными Законом РТ от 27.04.2017г. №27-ЗРТ) [Электронный ресурс] / Закон.
4. Конвенция ООН о правах ребенка [Электронный ресурс] / Конвенция
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. №678-р [Электронный ресурс] / Концепция
6. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.)
7. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467
8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу с 1 марта 2023 г. и действует по 28 февраля 2029 г.)
10. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (с изменениями на 26 июля 2022 года)
12. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 №ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

13. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. №ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»
14. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 №АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»
15. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
16. Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан №2749/23 от 07.03.2023 г. «О направлении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции».
17. Устав МБО ДО «Дом детского творчества»

4.3 Актуальность

Баскетбол – игра коллективная, успех которой зависит от слаженности действий и взаимопонимания игроков, что достигается за счет подчинения собственных интересов интересам команды. Таким образом, детско-юношеский баскетбол формирует у обучающегося умения и навыки оптимального участия в коллективной работе.

Регулярные занятия детей и подростков баскетболом – активная форма подготовки к требованиям социально-трудовой жизни современного общества. Противоборства в игре вызывают проявление всех жизненно важных для человека: скоростных, скоростно-силовых, выносливости, гибкости и координационных способностей. В работу вовлекаются практически все функциональные системы организма, включаются основные механизмы энергообеспечения. Достижение спортивного результата требует от играющих целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, уверенности в себе, чувства коллективизма. Баскетбол – одна из любимых игр у учащихся. Поэтому, открытие секций по баскетболу на базе школы актуально.

4.4 Отличительная особенность программы

В основу методики физической подготовки по ДОП «Баскетбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены обучающимися путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней

4.5 Цель: Создание условий для владения учащимся знаниями, специальными приемами и действиями в игре баскетбол.

4.6 Задачи:

Обучающие

- Содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детского организма;
- Приобретение учащимися необходимых теоретических знаний;
- Овладение юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры

Развивающие:

- Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию;

- Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- Укрепление опорно – двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- Привитие учащимся организаторских навыков

Воспитывающие:

- Воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, ответственности, навыков культурного поведения, чувства дружбы;
- Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом

4.7 Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся 12-17 лет, с учетом возрастных и психологических особенностей этого возраста, который принято считать подростковым. В этом возрасте дети очень активны и стремятся узнавать что-то новое. Наполняемость в группах составляет в 1-й -15 человек, 2-й год обучения - 12 человек, 3-й год обучения – 10 человек. Принимаются все желающие без какой-либо подготовки. Желающие записаться в группу должны получить разрешение врача.

4.8 Объем программы

программа рассчитана на 3 года (576 часов)

1-й год обучения – 144 часа;

2-й год обучения – 216 часов;

3-й год обучения – 216 часов.

4.9 Формы организации образовательного процесса

- **Фронтальная** (фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всей группе учеников);

- **Индивидуальная** (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу учащихся);

- **Групповая** (в ходе групповой работы учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помочь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности);

Словесные: беседа, объяснение;

В работе с группами обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

4.10 Сроки и этапы реализации программы: программа рассчитана на 3 года (576 часов)

1-й год обучения – 144 часа;

2-й год обучения – 216 часов;

3-й год обучения – 216 часов.

4.11 Режим занятий: 1-й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа,

3-й год обучения 3 раза в неделю по 2 часа.

5.0 Учебно-тематический план

Учебно-тематический план 1 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации/ контроля |
|-------|------------------------------|------------|--------|----------|----------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 2 | 2 | 0 | Устный опрос |

| | | | | | |
|--------|--|-----|---|-----|--------------|
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 2 | 2 | 0 | Зачет |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка | 60 | 1 | 59 | Зачет |
| 4. | Основы техники и тактики игры | 60 | 1 | 59 | Тест |
| 5. | Контрольные игры и соревнования | 10 | 1 | 9 | соревнования |
| 6. | Тестирование | 10 | 0 | 10 | тест |
| Итого: | | 144 | 6 | 138 | |

Учебно-тематический план 2 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации и контроля |
|--------|--|------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|
| | | Всего | Теоретич. сведен. | Практические занят. | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 2 | 2 | 0 | Устный опрос |
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 2 | 2 | 0 | Зачет |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка | 98 | 3 | 95 | Зачет |
| 4. | Основы техники и тактики игры | 90 | 3 | 87 | Тест |
| 5. | Контрольные игры и соревнования | 12 | 1 | 11 | соревнования |
| 6. | Тестирование | 12 | 0 | 10 | тест |
| Итого: | | 216 | 11 | 205 | |

Учебно-тематический план 3 год обучения

| № п/п | Содержание занятий | Количество | | | Форма аттестации и контроля |
|-------|--|------------|-------------------|---------------------|-----------------------------|
| | | Всего | Теоретич. сведен. | Практические занят. | |
| 1. | Развитие баскетбола в России | 1 | 1 | 0 | Устный опрос |
| 2. | Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях | 1 | 1 | 0 | зачет |
| 3. | Организация и проведение соревнований | 2 | 2 | 0 | соревнования |
| 4. | Общая и специальная физическая подготовка | 98 | 0 | 98 | зачет |
| 5. | Техника и тактика игры | 90 | 0 | 90 | зачет |

| | | | | | |
|--------|---------------------------------|-----|---|-----|-------|
| 6. | Контрольные игры и соревнования | 12 | 0 | 12 | зачет |
| 7. | Тестирование | 12 | 0 | 12 | тест |
| Итого: | | 216 | 4 | 212 | |

6. Содержание программы

1 год обучения

Развитие баскетбола в России: Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические сведения. Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

Гигиена места занятий.

Значение разминки. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание. Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и сосоки.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках. Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м. Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры. "Салки спиной к щиту", "Вызов номеров", "Слушай сигнал", "круговая охота", "бегуны", "переправа", "кто сильнее", "бейсбол".

Техника и тактика игры.

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

Техника нападения. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.

Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

Техника защиты. Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

Контрольные игры и соревнования. Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

Практические занятия. Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

Содержание программы 2 года обучения

Развитие баскетбола в России:

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические сведения.

Режим дня режим питания, питьевой режим. Использование естественных факторов природы для закаливания организма.

Гигиена места занятий.

Значение разминки. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение общей и специальной физической подготовки для спортсменов. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого, спортивно-технического мастерства.

Парные и групповые упражнения: сопротивление, перетягивание, переталкивание. *Упражнения на гимнастических снарядах:* висы, подтягивание, размахивания, смешанные висы и упоры, обороты и сосоки.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, в стороны, стойка на голове, стойка на руках.

Бег. Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Челночный бег: 3 x 10 м, 5 x 10 м, 10 x 5 м. Ускорение из различных исходных положений. Пробегание отрезков 30, 60 м. Кросс 300, 500 м.

Прыжки. Опорные и простые прыжки с мостика и трамплина. Серийные прыжки с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

Подвижные игры. “Салки спиной к щиту”, “Вызов номеров”, “Слушай сигнал”, “круговая охота”, “бегуны”, “переправа”, “кто сильнее”, “бейсбол”.

Техника и тактика игры.

Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике игры. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые технические действия.

Техника нападения. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений.

Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

Техника защиты. Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1). Командные действия: нападение с целью выбора свободного места.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч. Командные действия: личная защита.

Контрольные игры и соревнования. Правила соревнований. положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результатов соревнований.

Практические занятия. Учебно-тренировочные игры. Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола. Сдача тестов.

Содержание программы 3 года обучения

Развитие баскетбола в России.

Описание игры её возникновение и развитие.

Гигиенические знания и меры безопасности на занятиях.

Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах. Правила поведения и меры безопасности на занятиях баскетболом.

Организация и проведение соревнований.

Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Составление таблиц. Подготовка мест соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата.

Общая и специальная физическая подготовка.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на голове.

Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости.

Спортивные игры. Волейбол, футбол, бадминтон, хоккей, бейсбол.

Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног. Имитационные движения кистью и руками на передачу, бросок. Ловля и передача малых набивных, теннисных мячей.

Техника и тактика игры.

Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Характеристика стремительного и позиционного нападения в зоне защиты.

Техника нападения. Сочетания изученных приемов перемещения. Ловля мяча, летящего навстречу и с боку, с выходом вперед и в сторону. Передача мяча с отскоком от пола. Передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча, двумя руками от головы во время ходьбы и бега (после ловли и после ведения) вперед, в стороны, на короткие и средние расстояния; передача мяча после поворота на месте и после ловли с остановкой. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте. Броски изученными ранее способами со средних дистанций. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски.

Техника защиты. Накрывание мяча при броске с места. Овладение мячом, отскочившим от кольца.

Тактика нападения. Индивидуальные действия: финты с мячом “на ведение”, “на передачу”, “на бросок” с последующим ведением, передачей, броском. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник), взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников.

Командные действия: нападение быстрым прорывом, расстановка при штрафном броске, при спорном мяче.

Тактика защиты. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). Командные действия: прессинг.

Контрольные игры и соревнования. Соревнования по баскетболу. Сдача тестов.

7.0 Планируемые результаты

По окончании изучения курса «Баскетбол» должны быть достигнуты определенные результаты.

- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции;
- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

получат возможность

- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности;
- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

будут сформированы

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;
- Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;
- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;

- Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;
- получат возможность*
- Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;
 - Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;

Предметные результаты

будут сформированы

- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Играть в баскетбол с соблюдением основных правил;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Использовать подвижные игры с элементами баскетбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- демонстрировать жесты волейбольного судьи;
- проводить судейство по баскетболу;

получат возможность

- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;
- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

В результате освоения содержания программного материала «Баскетбол » обучающиеся оздоровительной деятельности.

Учащиеся могут знать:

- технику безопасности при занятиях спортивными играми;
- историю Российского баскетбола;
- лучших игроков области и России;
- знать простейшие правила игры.
- терминологию разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- правила личной гигиены;
- знать азбуку баскетбола (основные технические приемы).
- профилактику травматизма на занятиях;
- правила проведения соревнований.

Учащиеся могут уметь

- выполнять перемещения в стойке;
- остановку в два шага и прыжком;
- выполнять ловлю и передачу мяча с места, в шаге, со сменой места после передачи;
- бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места;
- владеть техникой ведения мяча по прямой, с изменением скорости;
- выполнять остановку прыжком после ускорения и остановку в шаге;
- ловить и передавать мяч двумя и одной рукой в движении без сопротивления;
- выполнять ведение мяча с изменением направления в различных стойках;
- владеть техникой броска одной и двумя руками с места и в движении;
- играть по упрощенным правилам мини-баскетбола;
- владеть технико-тактическими действиями при вбрасывании мяча в игру;

- вырывать и выбивать мяч;
- играть в баскетбол по правилам;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий в спортивном кружке.

8.0 Организационно-педагогические условия реализации программы

Основная форма организации учебного процесса – внеклассное занятие или соревнования

Дидактические материалы: Наглядные пособия, раздаточный материал;

Методическое обеспечение программы

Информационно-методическое обеспечение представлено в виде специальной литературы по проведению занятий с детьми младшего школьного возраста. Используются информационно коммуникационные средства обучения, презентации по темам программы.

Для обучающихся предлагаются дистанционные ресурсы для более подробного изучения предмета математики, тренировки знаний:

- интерактивная платформа учи.ру, на которой учащиеся могут выполнять различного уровня упражнения <https://uchi.ru/main>
- дистанционные конкурсы и олимпиады для детей <https://nic-snail.ru/>
- дистанционные олимпиады по математике для детей <https://olimpiada.ru/>
- дистанционные видео-уроки, тематические, тренировочные задания по русскому языку на платформе Российской электронной школы (РЭШ) <https://resh.edu.ru/>
- цифровой образовательный ресурс для школьников ЯКласс <https://www.yaklass.ru/>
- системное дистанционное образование для родителей и школьников нацеленных на высокий результат на платформе Дети и наука <https://childrenscience.ru/>

Материально техническое обеспечение.

Помещение – спортзал, спор.инвентарь

- 1.Щиты с кольцами -1 комплект.
- 2.стойки для обводки – 4шт.
- 3.Гимнастические скамейки – 2 шт.
- 4.Гимнастическая стенка -3 пролета.
- 5.Гимнастические маты – 3 шт.
- 6.Скакалки – 10 шт.
7. мячи набивные – 2 шт.
- 8.Гантели – 4 шт.
- 9.мячи баскетбольные – 12 шт

Кадровое обеспечение: занятия по дополнительной общеобразовательной программе: «Баскетбол-лидер» ведет специалист с высшим профессиональным образованием Ирдинкин Д.А., стаж пед.работы -3 года. По образованию – учитель физической культуры, КГПИ, 2020 г.

9.0 Формы аттестации/контроля

Контроль знаний проводится в виде зачета, который может включать в себя: тестирования, практические задания, защиты творческих работ.

| Виды аттестации | Формы оценки результативности | Срок проведения |
|----------------------------------|---|---|
| Промежуточная аттестация | Диагностика уровня ключевых, мета предметных и предметных компетенций учащихся. Формы - зачет (тестирование, практическая работа) | Декабрь, май (кроме последнего года освоения программы) |
| Аттестация обучающихся по | Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной | Май последнего учебного года |

| | | |
|--|--|--------------------|
| завершению освоения программы | программе. Формы – зачет (тестирование, практическая работа) | освоения программы |
|--|--|--------------------|

Для отслеживания результатов реализации программы применяются различные методы: анкеты, тесты, соревнования, сдача нормативов и т.д.

Так же проводится педагогическое наблюдение. Каждый ребенок в течение календарного года принимает участие в конкурсах, выставках различного уровня, начиная от участия в выставках объединения и заканчивая районными, региональными и всероссийскими конкурсами.

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования (сентябрь-октябрь)

- промежуточный контроль (за уровень освоения основных умений и навыков) проводится один раз в полугодие в форме тестирования (декабрь)

- итоговый контроль, проводится в конце учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков баскетбола, а также теоретических знаний (апрель-май).

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения в течение всего учебного года.

10.0 Оценочные материалы

год обучения

| Контрольные упражнения (задания) | Мальчики | | | Девочки | | |
|--|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| 6 – минутный бег, (м) | 1400 | 1250 | 1000 | 1200 | 1100 | 800 |
| Челночный бег 3 X 10 м, (сек) | 8,3 | 9,0 | 9,3 | 8,7 | 9,3 | 10,0 |
| Прыжок в длину с места, (см) | 2,05 | 1,90 | 1,50 | 2,00 | 1,80 | 1,40 |
| Подтягивание, количество раз | 8 | 6 | 3 | - | - | - |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, количество раз | - | - | - | 19 | 15 | 5 |

2 год обучения

| Контрольные упражнения (задания) | Мальчики | | | Девочки | | |
|--|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| 6 – минутный бег, (м) | 1450 | 1300 | 1050 | 1250 | 1150 | 850 |
| Челночный бег 3 X 10 м, (сек) | 8,0 | 8,7 | 9,0 | 8,6 | 9,4 | 9,9 |
| Прыжок в длину с места, (см) | 2,10 | 1,95 | 1,60 | 2,00 | 1,80 | 1,45 |
| Подтягивание, количество раз | 9 | 7 | 5 | - | - | - |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, количество раз | - | - | - | 17 | 13 | 5 |

3 год обучения

| Контрольные упражнения (задания) | Мальчики | | | Девочки | | |
|--|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| 6 – минутный бег, (м) | 1500 | 1350 | 1100 | 1300 | 1200 | 900 |
| Челночный бег 3 X 10 м, (сек) | 7,7 | 8,4 | 8,6 | 8,5 | 9,3 | 9,7 |
| Прыжок в длину с места, (см) | 2,20 | 2,05 | 1,75 | 2,05 | 1,85 | 1,55 |
| Подтягивание, количество раз | 10 | 8 | 6 | - | - | - |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, количество раз | - | - | - | 16 | 12 | 5 |

Оценка уровня технико-тактической подготовленности

| Уровень | Комбинированный тест | Перемещение 6x5 | Штрафной бросок | Броски с точек |
|---------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | Время выполнения в сек. | Время выполнения в сек. | Кол-во попаданий (из 30) | Кол-во попаданий (из 40) |
| Высокий | 34,8 | 9,3 | 20 | 19 |
| Хороший | 36,2-34,9 | 9,8-9,4 | 18-19 | 16-18 |
| Средний | 37,6-36,3 | 10,3-9,9 | 16-17 | 13-15 |
| Низкий | 37,7 | 10,4 | 15 | 12 |

11. Список литературы:

Школьный баскетбол. Эстафеты и комбинации. Учебно-методическое пособие для учителей физкультуры. 2005г.ХуриевА.Х.

«Примерная учебная программа по физической культуре» (А.П.Матвеев, Н.И.Алексеев, Б.З.Афанасьев и др.) М-2019.

Журналы «Физическая культура в школе».

Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004г.

Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2000г.

Баскетбол для молодых игроков. Руководство для тренеров. Международная Федерация Баскетбола. 2000г.

Тактика баскетбола. Российская федерация баскетбола,2021.

Дополнительная общеобразовательная программа с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий на сайте Российской электронной школы <https://resh.edu.ru/distance/>.

Методическая литература.

Дидактические материалы, необходимые для занятий:

1. Картинные и картино-динамические наглядные пособия (книги, иллюстрации, рисунки , зарисовки фотоматериалы и др.);
2. Схематические или символические наглядные пособия (оформленные стенды, рисунки, плакаты, схемы, шаблоны, фотографии, таблицы ,чертежи ,муляжи и т.п.);
3. Звуковые наглядные пособия (аудиозаписи);
4. Смешанные пособия (презентации, видеозаписи);
5. Дидактические пособия (карточки, раздаточный материал, вопросы и задания для устного или письменного опроса, практические задания, упражнения и др.);
6. Тестовые задания

Для педагога:

1. Байгулов Ю. П. Программа средней школы по физической культуре (внеклассная работа), М., Просвещение, 1982г.
2. Байгулов Ю. П. Мостки к мастерству. - Спортивные игры, 1974, №4;
3. Байгулов Ю. П.; Аверин Г. А. Атакует чемпион мира. - Спортивные игры, 1973, №3
4. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 1968.
5. Рудик П. А. Психология. М., 1967.
6. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.

Интернет ресурсы; Все о спорте и спортсменах / blog.sportmaster.ru

Для родителей и детей:

1. Е.Р. Яхонтова. Юный баскетболист: пособие для тренеров. - Москва, «Физкультура и спорт», 1987 г.
2. Старажиле А. А. Делай характер смолоду. - Спортивные игры, 1970, №11.
3. Секреты баскетбола С.А.Белов «Физкультура и спорт» 1982г.
4. Мяч летит в кольцо Е.Р.Яхонтов Лениздат 1984 г.

Интернет ресурсы Спорт для здоровья / blog.sportmaster.ru

Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)**Календарный учебный график первого года обучения**

| № п/п | М есяц | Число | Врем я прове - дения занят ий | Фор ма заня тия | Кол. часо в | Тема | Мест о provе dения | Форма контроля |
|----------|-----------|-------|---|--------------------------|-------------------|---|-----------------------------|-------------------|
| 1-2 | | | | теор ия | 2 | Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП | Спорт зал | |
| 3 -4 | | | | прак тика | 2 | История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног. | Спорт зал | |
| 5 -6 | | | | Ком бин. | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спорт зал | |
| 7 -8 | | | | прак тика | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. | Спорт зал | |
| 9 -10 | | | | Ком бин. | 2 | Техника передвижения при нападении | Спорт зал | |
| 11-12 | | | | прак тика | 2 | Способы ловли мяча. | Спорт зал | |
| 13-14 | | | | прак тика | 2 | Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спорт зал | |
| 15-16 | | | | прак тика | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. | Спорт зал | |
| 17-18 | | | | прак тика | 2 | Физическая подготовка юного спортсмена. СФП | Спорт зал | |
| 19-20 | | | | прак тика | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|--|----------|---|---|-----------|--|
| 21-22 | | | | практика | 2 | Техника ведения мяча. | Спорт зал | |
| 23-24 | | | | Комбин. | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спорт зал | |
| 25-26 | | | | Комбин. | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спорт зал | |
| 27-28 | | | | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 29-30 | | | | Комбин. | 2 | Ловля двумя руками «низкого мяча». | Спорт зал | |
| 31-32 | | | | практика | 2 | Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спорт зал | |
| 33-34 | | | | Комбин. | 2 | Закаливание организма спортсмена. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 35-36 | | | | практика | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 37-38 | | | | практика | 2 | Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 39-40 | | | | теория | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спорт зал | |
| 41-42 | | | | Комбин. | 2 | Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП | Спорт зал | |
| 43-44 | | | | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 45-46 | | | | практика | 2 | Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП | Спорт зал | |
| 47-48 | | | | Комбин. | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП | Спорт зал | |
| 49-50 | | | | практика | 2 | Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 51-52 | | | | Комбин. | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спорт зал | |
| 53-54 | | | | теория | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спорт зал | |
| 55-56 | | | | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 57-58 | | | | теория | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки | Спорт зал | |
| 59-60 | | | | практика | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спорт зал | |
| 61-62 | | | | Ком | 2 | Самоконтроль в процессе занятий | Спорт | |

| | | | бин. | | спортом. СФП | зал | |
|---------|--|--|----------|---|--|-----------|--|
| 63-64 | | | практика | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 65-66 | | | практика | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спорт зал | |
| 67-68 | | | практика | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 69-70 | | | практика | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спорт зал | |
| 71-72 | | | практика | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП. | Спорт зал | |
| 73-74 | | | теория | 2 | Совершенствование техники передачи мяча. | Спорт зал | |
| 75-76 | | | теория | 2 | Учет в процессе тренировки. Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 77-78 | | | теория | 2 | Совершенствование техники передачи мяча. | Спорт зал | |
| 79-80 | | | практика | 2 | Техническая подготовка юного спортсмена. | Спорт зал | |
| 81-82 | | | теория | 2 | Тактика защиты. | Спорт зал | |
| 83-84 | | | практика | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. | Спорт зал | |
| 85-86 | | | практика | 2 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Спорт зал | |
| 87-88 | | | практика | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. | Спорт зал | |
| 89-90 | | | теория | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спорт зал | |
| 91-92 | | | практика | 2 | Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия. | Спорт зал | |
| 93-94 | | | практика | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 95-96 | | | практика | 2 | Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча. | Спорт зал | |
| 97-98 | | | практика | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спорт зал | |
| 99-100 | | | практика | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спорт зал | |
| 101-102 | | | практика | 2 | Переключение от действий в нападении к действиям в защите. | Спорт зал | |
| 103-104 | | | практика | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 105-106 | | | теория | 2 | Заданные стойки. | Спорт зал | |
| 107-108 | | | практика | 2 | Заданные передвижения. | Спорт зал | |
| 109-110 | | | теория | 2 | Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|----------|-----|---|----------|--|
| | | | | | | действий и расположения нападающих. | | |
| 111-112 | | | | теория | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча. | Спортзал | |
| 113-114 | | | | практика | 2 | Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов. | Спортзал | |
| 115-116 | | | | теория | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. | Спортзал | |
| 117-118 | | | | практика | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спортзал | |
| 119-120 | | | | теория | 2 | Организация командных действий. | Спортзал | |
| 121-122 | | | | теория | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. | Спортзал | |
| 123-124 | | | | практика | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Спортзал | |
| 125-126 | | | | теория | 2 | Техника овладения мячом. | Спортзал | |
| 127-128 | | | | теория | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спортзал | |
| 129-130 | | | | практика | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 131-132 | | | | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 133-134 | | | | теория | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спортзал | |
| 135-136 | | | | практика | 2 | Учебная игра. | Спортзал | |
| 137-138 | | | | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 139-140 | | | | теория | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спортзал | |
| 141-142 | | | | практика | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спортзал | |
| 143-144 | | | | практика | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спортзал | |
| | | | | | 144 | итого | | |

8. Приложение – Календарный учебный график (на каждый год обучения)

Календарный учебный график второго года обучения

| №п/п | Месяц | Число | Время проведения | Форма занятия | Кол. часов | Тема | Место проведения | Форма контроля |
|------|-------|-------|------------------|---------------|------------|---|------------------|----------------|
| 1-2 | | | | | 2 | Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП | Спортзал | |
| 3 -4 | | | | | 2 | Техника передвижения при нападении. | Спортзал | |
| 5 -6 | | | | | 2 | Тактика нападения. | Спорт | |

| | | | | | | | зал | |
|-------|--|--|--|--|---|---|-----------|--|
| 7 -8 | | | | | 2 | Индивидуальные действия без мяча. | Спорт зал | |
| 9 -10 | | | | | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 11-12 | | | | | 2 | Учебная игра. ОФП | Спорт зал | |
| 13-14 | | | | | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спорт зал | |
| 15-16 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спорт зал | |
| 17-18 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спорт зал | |
| 19-20 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 21-22 | | | | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спорт зал | |
| 23-24 | | | | | 2 | Прыжки толчком с двух ног. | Спорт зал | |
| 25-26 | | | | | 2 | Специальная физическая подготовка. | Спорт зал | |
| 27-28 | | | | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спорт зал | |
| 29-30 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спорт зал | |
| 31-32 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 33-34 | | | | | 2 | Личная и общественная гигиена. ОФП | Спорт зал | |
| 35-36 | | | | | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. СФП | Спорт зал | |
| 37-38 | | | | | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спорт зал | |
| 39-40 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спорт зал | |
| 41-42 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 43-44 | | | | | 2 | Закаливание организма спортсмена. ОФП | Спорт зал | |
| 45-46 | | | | | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. СФП | Спорт зал | |
| 47-48 | | | | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спорт зал | |
| 49-50 | | | | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|---|--|-----------|--|
| | | | | | | площадке. | | |
| 51-52 | | | | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спорт зал | |
| 53-54 | | | | | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 55-56 | | | | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спорт зал | |
| 57-58 | | | | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спорт зал | |
| 59-60 | | | | | 2 | Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 61-62 | | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спорт зал | |
| 63-64 | | | | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спорт зал | |
| 65-66 | | | | | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спорт зал | |
| 67-68 | | | | | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спорт зал | |
| 69-70 | | | | | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спорт зал | |
| 71-72 | | | | | 2 | СФП | Спорт зал | |
| 73-74 | | | | | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. | Спорт зал | |
| 75-76 | | | | | 2 | ОФП | Спорт зал | |
| 77-78 | | | | | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 79-80 | | | | | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спорт зал | |
| 81-82 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многообразное выполнение технических приемов. | Спорт зал | |
| 83-84 | | | | | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП | Спорт зал | |
| 85-86 | | | | | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 87-88 | | | | | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спорт зал | |
| 89-90 | | | | | 2 | Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия. | Спорт зал | |
| 91-92 | | | | | 2 | Применение изученных защитных | Спорт | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|---|--|-----------|--|
| | | | | | | стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | зал | |
| 93-94 | | | | | 2 | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 95-96 | | | | | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП | Спорт зал | |
| 97-98 | | | | | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП | Спорт зал | |
| 99-100 | | | | | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спорт зал | |
| 101-102 | | | | | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | Спорт зал | |
| 103-104 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов. | Спорт зал | |
| 105-106 | | | | | 2 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спорт зал | |
| 107-108 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спорт зал | |
| 109-110 | | | | | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 111-112 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спорт зал | |
| 113-114 | | | | | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 115-116 | | | | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. | Спорт зал | |
| 117-118 | | | | | 2 | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | Спорт зал | |
| 119-120 | | | | | 2 | Характеристика особенностей периодов спортивной тренировки. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 121-122 | | | | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спорт зал | |
| 123-124 | | | | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 125-126 | | | | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | Спорт зал | |
| 127-128 | | | | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 129- | | | | | 2 | Чередование изученных | Спорт | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|---|---|-----------|--|
| 130 | | | | | | тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | зал | |
| 131-132 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 133-134 | | | | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спорт зал | |
| 135-136 | | | | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 137-138 | | | | | 2 | Учебная игра. ОФП | Спорт зал | |
| 139-140 | | | | | 2 | Техника передвижения приставными шагами. | Спорт зал | |
| 141-142 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом. | Спорт зал | |
| 143-144 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. | Спорт зал | |
| 145-146 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 147-148 | | | | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спорт зал | |
| 149-150 | | | | | 2 | Прыжки толчком с двух ног. | Спорт зал | |
| 151-152 | | | | | 2 | Специальная физическая подготовка. | Спорт зал | |
| 153-154 | | | | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спорт зал | |
| 155-156 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». | Спорт зал | |
| 157-158 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 159-160 | | | | | 2 | Личная и общественная гигиена. ОФП | Спорт зал | |
| 161-162 | | | | | 2 | Передача мяча двумя руками от груди. СФП | Спорт зал | |
| 163-164 | | | | | 2 | Взаимодействие трех игроков «треугольник». | Спорт зал | |
| 165-166 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спорт зал | |
| 167-168 | | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 169-170 | | | | | 2 | Закаливание организма спортсмена. ОФП | Спорт зал | |
| 171-172 | | | | | 2 | Бросок мяча двумя руками от груди. СФП | Спорт зал | |
| 173-174 | | | | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|-----|---|-----------|--|
| | | | | | | изученных групповых взаимодействий. | | |
| 175-176 | | | | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 177-178 | | | | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спорт зал | |
| 179-180 | | | | | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 181-182 | | | | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спорт зал | |
| 183-184 | | | | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спорт зал | |
| 185-186 | | | | | 2 | Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 187-188 | | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спорт зал | |
| 189-190 | | | | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спорт зал | |
| 191-192 | | | | | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. | Спорт зал | |
| 193-194 | | | | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 195-196 | | | | | 2 | Организация командных действий. | Спорт зал | |
| 197-198 | | | | | 2 | Бросок мяча одной рукой сверху. | Спорт зал | |
| 199-200 | | | | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. | Спорт зал | |
| 201-202 | | | | | 2 | Техника овладения мячом. | Спорт зал | |
| 203-204 | | | | | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 205-206 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 207-208 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 209-210 | | | | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спорт зал | |
| 211-212 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 213-214 | | | | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спорт зал | |
| 215-216 | | | | | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| | | | | | 216 | | | |

Календарный учебный график третьего года обучения

| №п/п | Месяц | Число | Время проведения | Форма занятия | Кол. часов | Тема | Место проведения | Форма контроля |
|-------|-------|-------|------------------|---------------|------------|---|------------------|----------------|
| 1-2 | | | | | 2 | Единая спортивная классификация. ОФП | Спорт зал | |
| 3 -4 | | | | | 2 | Совершенствование техники передвижения при нападении. | Спорт зал | |
| 5 -6 | | | | | 2 | Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. | Спорт зал | |
| 7 -8 | | | | | 2 | Контрольные испытания. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 9 -10 | | | | | 2 | Костно-мышечная система, ее строение, функции. Техника передвижения приставными шагами. | Спорт зал | |
| 11-12 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. | Спорт зал | |
| 13-14 | | | | | 2 | Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 15-16 | | | | | 2 | Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. ОФП | Спорт зал | |
| 17-18 | | | | | 2 | Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка. | Спорт зал | |
| 19-20 | | | | | 2 | Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. | Спорт зал | |
| 21-22 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра. | Спорт зал | |
| 23-24 | | | | | 2 | Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. | Спорт зал | |
| 25-26 | | | | | 2 | Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». | Спорт зал | |
| 27-28 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 29-30 | | | | | 2 | Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП | Спорт зал | |
| 31-32 | | | | | 2 | Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. СФП | Спорт зал | |
| 33-34 | | | | | 2 | Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. | Спорт зал | |
| 35-36 | | | | | 2 | Применение изученных | Спорт | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|---|---|-----------|--|
| | | | | | | взаимодействий в условиях личного прессинга. | зал | |
| 37-38 | | | | | 2 | Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра | Спорт зал | |
| 39-40 | | | | | 2 | Контрольные испытания. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк). СФП | Спорт зал | |
| 41-42 | | | | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 43-44 | | | | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика. | Спорт зал | |
| 45-46 | | | | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. ОФП | Спорт зал | |
| 47-48 | | | | | 2 | Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. | Спорт зал | |
| 49-50 | | | | | 2 | Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 51-52 | | | | | 2 | Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении». СФП | Спорт зал | |
| 53-54 | | | | | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. ОФП. Бросок мяча в движении с одного шага. | Спорт зал | |
| 55-56 | | | | | 2 | Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита. | Спорт зал | |
| 57-58 | | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. | Спорт зал | |
| 59-60 | | | | | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП. Совершенствование техники передачи мяча. | Спорт зал | |
| 61-62 | | | | | 2 | Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 63-64 | | | | | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|---|--|-----------|--|
| 65-66 | | | | | 2 | Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. | Спорт зал | |
| 67-68 | | | | | 2 | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спорт зал | |
| 69-70 | | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спорт зал | |
| 71-72 | | | | | 2 | Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 73-74 | | | | | 2 | Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. | Спорт зал | |
| 75-76 | | | | | 2 | Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. | Спорт зал | |
| 77-78 | | | | | 2 | Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 79-80 | | | | | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спорт зал | |
| 81-82 | | | | | 2 | Контрольные испытания. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 83-84 | | | | | 2 | Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. | Спорт зал | |
| 85-86 | | | | | 2 | Инструкторская и судейская практика. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 87-88 | | | | | 2 | Ведение мяча с изменением высоты отскока. ОФП | Спорт зал | |
| 89-90 | | | | | 2 | Физическая подготовка спортсмена. СФП. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спорт зал | |
| 91-92 | | | | | 2 | Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий. | Спорт зал | |
| 93-94 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. | Спорт зал | |
| 95-96 | | | | | 2 | Техническая подготовка юного спортсмена. ОФП . Чередование изученных | Спорт зал | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|---|--|-----------|--|
| | | | | | | технических приемов в различных сочетаниях. | | |
| 97-98 | | | | | 2 | Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 99-100 | | | | | 2 | Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». | Спорт зал | |
| 101-102 | | | | | 2 | Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. | Спорт зал | |
| 103-104 | | | | | 2 | Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону». СФП | Спорт зал | |
| 105-106 | | | | | 2 | Чередование изученных тактических действий (индивидуальных, групповых, командных). | Спорт зал | |
| 107-108 | | | | | 2 | Сущность и назначение планирования и его виды. Учебная игра. Совершенствование техники броска мяча изученными способами. | Спорт зал | |
| 109-110 | | | | | 2 | Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. | Спорт зал | |
| 111-112 | | | | | 2 | Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 113-114 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 115-116 | | | | | 2 | Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП. | Спорт зал | |
| 117-118 | | | | | 2 | Правила игры и методика судейства. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 119-120 | | | | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП | Спорт зал | |
| 121-122 | | | | | 2 | История развития баскетбола. Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 123-124 | | | | | 2 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | Спорт зал | |
| 125-126 | | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спорт зал | |
| 127-128 | | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов и тактических действий. | Спорт зал | |
| 129-130 | | | | | 2 | Совершенствование техники бросков мяча. | Спорт зал | |

| | | | | | | | |
|---------|--|--|--|---|--|-----------|--|
| 131-132 | | | | 2 | Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 133-134 | | | | 2 | Совершенствование техники ловли и передачи мяча. | Спорт зал | |
| 135-136 | | | | 2 | Учебная игра. | Спорт зал | |
| 137-138 | | | | 2 | Совершенствование тактических действий в нападении и защите. | Спорт зал | |
| 139-140 | | | | 2 | Переключения от действий в нападении к действиям в защите | Спорт зал | |
| 141-142 | | | | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 143-144 | | | | 2 | Итоги прошедшего спортивного года. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 145-146 | | | | 2 | Чередование изученных технических приемов и их способов в различных сочетаниях. | Спорт зал | |
| 147-148 | | | | 2 | Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| 149-150 | | | | 2 | Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. ОФП. | Спорт зал | |
| 151-152 | | | | 2 | Ловля двумя руками «низкого» мяча. | Спорт зал | |
| 153-154 | | | | 2 | Командные действия в нападении. | Спорт зал | |
| 155-156 | | | | 2 | Многократное выполнение технических приемов. | Спорт зал | |
| 157-158 | | | | 2 | Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. | Спорт зал | |
| 159-160 | | | | 2 | Ведение мяча с изменением скорости передвижения. | Спорт зал | |
| 161-162 | | | | 2 | Выбор места по отношению к нападающему с мячом. | Спорт зал | |
| 163-164 | | | | 2 | Противодействие выходу на свободное место для получения мяча. | Спорт зал | |
| 165-166 | | | | 2 | СФП | Спорт зал | |
| 167-168 | | | | 2 | Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. | Спорт зал | |
| 169-170 | | | | 2 | ОФП | Спорт зал | |
| 171-172 | | | | 2 | Бросок мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 173-174 | | | | 2 | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Спорт зал | |
| 175- | | | | 2 | Взаимодействие двух игроков | Спорт | |

| | | | | | | | | |
|---------|--|--|--|--|-----|---|-----------|--|
| 176 | | | | | | «подстраховка». Многоократное выполнение технических приемов. | зал | |
| 177-178 | | | | | 2 | Общая характеристика спортивной тренировки. ОФП | Спорт зал | |
| 179-180 | | | | | 2 | Стойка защитника с выставленной ногой вперед. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 181-182 | | | | | 2 | Действия одного защитника против двух нападающих. СФП | Спорт зал | |
| 183-184 | | | | | 2 | Средства спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения с обводкой препятствия. | Спорт зал | |
| 185-186 | | | | | 2 | Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. | Спорт зал | |
| 187-188 | | | | | 2 | Переключение от действия в нападении к действиям в защите. Учебная игра. | Спорт зал | |
| 189-190 | | | | | 2 | Методы спортивной тренировки. ОФП | Спорт зал | |
| 191-192 | | | | | 2 | Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП | Спорт зал | |
| 193-194 | | | | | 2 | Ведение мяча с переводом на другую руку. | Спорт зал | |
| 195-196 | | | | | 2 | Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от места нахождения мяча. | Спорт зал | |
| 197-198 | | | | | 2 | Чередование упражнений на развитие качеств применительно к изучению технических приемов. | Спорт зал | |
| 199-200 | | | | | 2 | Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. | Спорт зал | |
| 201-202 | | | | | 2 | Техника овладения мячом. | Спорт зал | |
| 203-204 | | | | | 2 | Техника броска мяча одной рукой от плеча. | Спорт зал | |
| 205-206 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 207-208 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 209-210 | | | | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спорт зал | |
| 211-212 | | | | | 2 | Совершенствование техники ведения мяча. | Спорт зал | |
| 213-214 | | | | | 2 | Контрольные испытания. СФП | Спорт зал | |
| 215-216 | | | | | 2 | Итоги года. Контрольные испытания. | Спорт зал | |
| | | | | | 216 | | | |

