

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

Рассмотрена на заседании
Тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 07.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ Гайнанова В.Р.
Приказ №238–ОД от 07.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 10 – 18 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчики:
Никифоров А.М.,
тренер-преподаватель

Оглавление

Краткая аннотация	2
1. Пояснительная записка.	2
2. Учебный план.	6
3. Учебно-тематический план.	6
3.1. Учебно-тематический план 1 года обучения	6
3.1.1. Учебно-тематический план модуля «Азбука футбола»	7
3.1.2. Учебно-тематический план модуля «Двигаемся дальше»	8
3.1.3. Учебно-тематический план модуля «Закрепление навыков»	9
3.2. Учебно-тематический план 2-3 года обучения	10
3.2.1. Учебно-тематический план модуля «Повторение – мать учения»	11
3.2.2. Учебно-тематический план модуля «В здоровом теле – здоровый дух».	12
3.2.3. Учебно-тематический план модуля «Закрепление навыков».	13
3.3. Учебно-тематический план 4-5 года обучения.	14
3.3.1. Учебно-тематический план модуля «Тяжело в учении – легко в бою».	15
3.3.2. Учебно-тематический план модуля «Быстрее, выше, сильнее».	16
3.3.3. Учебно-тематический план модуля «Закрепление навыков».	17
4. Содержание программы.	18
4.1. Содержание программы 1 года обучения.	18
4.1.1. Содержание программы модуля «Азбука футбола».	18
4.1.2. Содержание программы модуля «Двигаемся дальше».	20
4.1.3. Содержание программы модуля «Закрепление навыков».	21
4.2. Содержание программы 2-3 года обучения.	23
4.2.1. Содержание программы модуля «Повторение – мать учения».	23
4.2.2. Содержание программы модуля «В здоровом теле – здоровый дух».	24
4.2.3. Содержание программы модуля «Закрепление навыков».	26
4.3. Содержание программы 4-5 года обучения.	27
4.3.1. Содержание программы модуля «Тяжело в учении – легко в бою».	27
4.3.2. Содержание программы модуля «Быстрее, выше, сильнее».	29
4.3.3. Содержание программы модуля «Закрепление навыков».	30
5. Коррекционно-педагогическая работа тренера-преподавателя с детьми с ОВЗ.	32
6. Ресурсное обеспечение программы.	34
7. Список литературы и интернет-ресурсов.	36
Приложение 1. Календарный учебный график программы «Баскетбол».	37
Приложение 2. Оценочные материалы.	46

Краткая аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» предназначена для учащихся 10-18 лет, проявляющих к занятиям спортом. В результате обучения дети овладеют техническими элементами и правилами игры в баскетбол, тактическим индивидуальными и командными действиями.

1. Пояснительная записка.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Баскетбол» - физкультурно-спортивная.

Данная Программа нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., направленных на физическое воспитание и формирование культуры здоровья, формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни, ориентирована на повышение качества физической подготовки, достижения высоких спортивных результатов и повышении доступности для населения услуг в области физической культуры и спорта, определенных Стратегией социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года от 12.07.2017.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указом Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации на период от 25 мая 2015 г. №996-р);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Стратегией социально-экономического развития Самарской области до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 №441);
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

Актуальность программы заключается в том, что система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа

жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной, а так же она интегрирована с подготовкой обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО, который предусматривает не только единство теоретической и физической подготовки обучающихся, но и преследует решение воспитательных задач (в том числе патриотических), направленных на формирование целеустремленной и всесторонне развитой личности ребенка, практикующей здоровый образ жизни.

Педагогическая целесообразность разноуровневой модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта, самоопределения и профориентации.

Программа обладает следующими **отличительными особенностями**:

- позволяет в условиях организации дополнительного образования спортивной направленности расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- программа дополнительного образования имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной реализации задач.

Цель программы: формирование здорового образа жизни посредством обучения командной игре «баскетбол».

Задачи программы:

обучающие:

- формировать элементарные представления в области физической культуры и спорта;
- формировать элементарные представления в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки;

развивающие:

- развить тактические навыки и умения;
- развить физические и специальные качества;
- расширить функциональные возможности организма;

воспитательные:

- сформировать организаторские навыки и умения действовать в команде;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- сформировать потребность к ведению здорового образа жизни.

Коррекционные задачи:

- Обучающие:

- - формировать комплекс специальных знаний, жизненно необходимых двигательных умений и навыков;

- Развивающие:

- - развивать основные физические и психические качества, повышаются функциональные возможности различных органов и систем.

- *Воспитывающие:*

- -формировать у занимающихся осознанное отношение к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок;
- -формировать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни.

Возраст обучающихся программы: 10 – 17 лет.

Срок реализации программы. Программа рассчитана на 1 год, 36 учебных недель с сентября по май включительно, 3,5 часа в неделю, 126 учебных часов в год.

Форма обучения: используются теоретические, практические, комбинированные. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, игры, соревнования, сдачу норм ГТО, самостоятельную работу.

Форма организации деятельности обучающихся: парная, групповая, индивидуальная.

Основными видами организации занятий являются:

- групповые практические тренировочные занятия;
- групповые теоретические;
- просмотр обучающего видеоконтента;
- контрольные занятия;
- открытые занятия;
- участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

Режим занятий: 4 занятия на нечётной /четной неделе, 3 занятия на чётной/нечетной неделе; 3,5 академических часа в неделю, с предусмотренным перерывом обучения не менее 15 минут между различными группами и 10 минут при парных занятиях в группах после каждых 45 минут обучения.

Особенности формирования групп занимающихся. Наполняемость группы из оптимального количественного состава 15 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Ожидаемые результаты освоения программы.

По окончании освоения программы обучающийся должен показать следующие результаты:

Предметные

Должен знать:

- начальные знания истории развития видов спорта в России;
- базовые основы здорового образа жизни, гигиены, анатомии и физиологии человека;
- причины травматизма и правила безопасности во время занятий;
- правила игры баскетбол;
- технические приемы игры;
- правила соревнований по баскетболу.

Должен уметь:

- технически правильно выполнять элементы и приемы игры;
- играть с соблюдением основных правил;
- участвовать в соревновательной деятельности.

Метапредметные

Познавательные УУД:

- работает с информацией;
- сравнивает, анализирует, классифицирует и систематизирует по нескольким основаниям и признакам виды спорта;
- определяет по схемам и знакам направленность действий игроков команды;
- определяет по знакам судьи правильность действий игроков команды.

Коммуникативные УУД:

- умеет слушать и слышать игроков своей команды и судей;
- взаимодействует по правилам игры в команде.

Регулятивные УУД:

- ставит цель при игре;
- планирует свою индивидуальную деятельность во время игры;
- находит и корректирует недочеты и ошибки в игре с помощью тренера-преподавателя;
- выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом;
- выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;
- организует деятельность игроков команды по ОФП с помощью тренера-преподавателя.

Личностные

Проявляет

- чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи;
- чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества; смелость, стойкость, решительность, выдержку, мужество;
- культуру здорового и безопасного образа жизни при проведении занятий и в повседневной жизни;
- культуру поведения болельщика во время просмотра игр.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням: высокий (от 90 до 100% освоения программного материала), выше среднего (от 80 до 89% освоения программного материала), средний (от 51 до 79% освоения программного материала), низкий (менее 50% освоения программного материала).

Оценочные материалы — пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов представлен в *Приложении 2* к программе.

Дети с ОВЗ оцениваются на основе личных достижений от стартовой диагностики.

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют высокую заинтересованность в содержании программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, умеют применять знания на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие золотому знаку отличия.
Уровень освоения программы выше среднего	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в содержании Программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, имеют незначительные затруднения при применении знаний на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие серебряному знаку отличия.
Средний уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в содержании Программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, имеют затруднения при применении знаний на практике. Выполняют нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) соответствующие бронзовому знаку отличия.

Низкий уровень освоения программы	Учащиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, не умеют применять полученные знания на практике. Нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) выполняет ниже соответствующих бронзовому знаку отличия.
--	---

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в течение года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**. Текущий **контроль** проводится в конце изучения каждого модуля, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель) самостоятельно разрабатывает содержание тестирования по основам теоретической подготовки, из тем, которые были изучены за весь период обучения.

Оценка практической подготовки на итоговом контроле: уровень по общей физической подготовке, специальной и технико-тактической подготовке определяется на основании контрольных испытаний.

Формы подведения итогов реализации программы:

- соревнования;
- открытые и контрольные занятия;
- сдача норм ГТО.

Средства оценки результативности и эффективности реализации программы:

- наблюдения;
- опрос;
- анкетирование;
- контрольные нормативы.

2. Учебный план программы.

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1 год обучения (стартовый уровень)				
1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	40	8	32
2.	Общая физическая и специальная физическая подготовка	40	8	32
3.	Техническая и тактическая подготовка	46	10	36
	Всего часов	126	26	100
2 год обучения (базовый уровень)				
1.	Основа баскетбола	40	8	32
2.	Техника игры в баскетбол	40	8	32
3.	Баскетбол – командная игра	46	10	36
	Всего часов	126	26	100
3 год обучения (продвинутый уровень)				
1.	Быстрый. Сильный. Ловкий.	40	8	32
2.	«Движение вверх» юного баскетболиста	40	8	32
3.	Стритбол – брат баскетбола	46	10	36
	Всего часов	126	26	100

3. Учебно-тематический план программы.

3.1. Учебно-тематический план программы 1 года обучения (стартовый уровень).

Цель программы: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям спортом.

Задачи программы:

Обучающие:

- Ознакомить детей с историей развития физической культуры и спорта, терминологией упражнений и простейшими правилами соревнований;
- Сформировать представления об основных видах спорта, снарядах, инвентаре и соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- Ознакомить с физическими возможностями организма, режимом дня, правилами личной гигиены, правильным питанием;

Развивающие:

- Формировать правильную осанку, развивать различные мышцы тела, развивать основные функциональные системы организма;
- Способствовать развитию физических качеств у обучающихся (гибкости, ловкости, координационных возможностей, скоростных способностей).

Воспитательные:

- Воспитывать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Прививать дружеские взаимоотношения со сверстниками, доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим;
- Воспитывать решительность, смелость, уверенность, способность к волевому усилию, настойчивость.

3.1.1. Учебно-тематический план модуля «Подвижные игры с элементами баскетбола».

Цель: Формирование стойкого интереса к занятиям физической культурой.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- формирование знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой;
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- подвижных игр с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование

2.	ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
3.	ОРУ. Личная гигиена занимающихся. П/и «Гонка мячей по кругу»	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
4.	ОРУ. Ведение мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Ведение мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Пять бросков»	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину»	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	ОРУ. Броски мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	ОРУ. Броски мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	ОРУ. Передачи мяча на месте. П/и «Мяч водящему».	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОРУ. Передачи мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	ОРУ. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков»	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Гонка мячей по кругу».	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	ОРУ. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	ОРУ. Эстафеты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОРУ. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23.	ОРУ. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24.	ОРУ. Эстафеты. П/и «Пять бросков».	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
25.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

3.1.2. Учебно-тематический план модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»

Цель: Формирование стойкого интереса к занятиям физической культурой.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- формирование знаний об развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;
- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять общеразвивающие и специальных упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа

13.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23.	Игры в баскетбол, пионербол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

3.1.3. Учебно-тематический план модуля «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»

Цель: Развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
19.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		10	36	46	

3.2. Учебно-тематический план второго года обучения (базовый уровень).

Цель программы - формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям спортом.

Задачи программы:

Обучающие:

- Ознакомить детей с историей развития физической культуры и спорта, терминологией упражнений и простейшими правилами соревнований;
- Сформировать представления об основных видах спорта, снарядах, инвентаре и соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- Ознакомить с физическими возможностями организма, режимом дня, правилами личной гигиены, правильным питанием;

Развивающие:

- Формировать правильную осанку, развивать различные мышцы тела, развивать основные функциональные системы организма;
- Способствовать развитию физических качеств у обучающихся (гибкости, ловкости, координационных возможностей, скоростных способностей).

Воспитательные:

- Воспитывать потребность и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях активного отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Прививать дружеские взаимоотношения со сверстниками, доброжелательное отношение к людям, уважение к старшим;
- Воспитывать решительность, смелость, уверенность, способность к волевому усилию, настойчивость.

3.2.1. Учебно-тематический план модуля «Основы баскетбола»

Цель: Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать укреплению здоровья.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- формирование знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.
- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/
		Тео	Прак	Всего	

		рия	тика		аттестации
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
2.	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
3.	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
4.	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

19	Контрольная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22	ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23	Соревнования по стритболу.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
25	Игровая подготовка	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

3.2.2. Учебно-тематический план модуля «Техника игры в баскетбол».

Цель: Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию основных физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость).

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- формирование знаний об развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;

- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;

- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;

- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять общеразвивающие и специальных упражнений.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа

5.	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Участие в соревнованиях.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, стенка, скамейка, канат).	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24.	Игры в баскетбол, пионербол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
25.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	
	Всего часов	8	32	40	

3.2.3. Учебно-тематический план модуля «Баскетбол – командная игра».

Цель: Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать развитию технической подготовленности и тактического мышления.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой.;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Контрольные игры.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	Контрольные игры с игровыми заданиями.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа

18.	ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	0	2	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0	2	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		10	36	46	

3.3. Учебно-тематический план третьего года обучения (продвинутый уровень).

3.3.1. Учебно-тематический план модуля «Быстрый. Сильный. Ловкий».

Цель: поддержание стойкого интереса к занятиям баскетболом; содействие развитию основных физических качеств: быстроты, силы, ловкости, выносливости и т.д.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике безопасности, личной гигиены.
- дополнение знаний об этапах развития баскетбола.

Развивающие:

- поддержание интереса к занятиям физической культурой.
- совершенствование основных физических качеств.

Воспитательные:

- поддержание чувства патриотизма;
- поддержание уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;
- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять технические приемы баскетбола в подвижных играх;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Практ ика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
2.	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
3.	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос

4.	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Контрольная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23.	Соревнования по баскетболу.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
25.	Игровая подготовка	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

3.3.2. Учебно-тематический план модуля «Движение «вверх» юного баскетболиста».

Цель: поддержание стойкого интереса к занятиям баскетболом, совершенствование технических и тактических показателей спортсменов.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения общеразвивающих и специальных упражнений.

- дополнение знаний о развитии основных физических качеств.

Развивающие:

- поддержание интереса к занятиям физической культурой;

- развитие основных физических качеств.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;

- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения общеразвивающих и специальных упражнений;

- правила личной гигиены занимающихся;

Обучающийся должен уметь:

- технически правильно выполнять общеразвивающие и специальные упражнения.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения групповых занятий по общей и специальной подготовке с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео-рия	Прак-тика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	ОФП. Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Участие в соревнованиях.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа

17.	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, стенка, скамейка, канат).	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24.	Игры в баскетбол, пионербол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
25.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	
Всего часов		8	32	40	

3.3.3. Учебно-тематический план модуля «Стритбол – брат баскетбола»

Цель: формирование стойкого интереса к занятиям физической культуры, содействие развитию технической подготовленности и тактического мышления.

Задачи:

Обучающие:

- актуализация знаний о технике выполнения технических приемов.
- формирование знаний об основных тактических схемах защиты и нападения в баскетболе.

Развивающие:

- развитие интереса к занятиям физической культурой;
- развитие технической подготовленности и тактического мышления.

Воспитательные:

- воспитание чувства патриотизма;
- формирование уважения к своим товарищам.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- правила выполнения технических приемов.
- тактику нападения и защиты;

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять технические приемы.
- тактически правильно проводить атакующие и защитные действия.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	ОФП. Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

3.	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Стритбол. Правила игры в стритбол. Отличие стритбола от баскетбола.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	Контрольные игры с игровыми заданиями.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.	0	2	2	Наблюдение, беседа
21.	ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.	0	2	2	Наблюдение, беседа
22.	СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	0	1	1	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0	1	1	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол, стритбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		10	36	46	

4. Содержание программы.

4.1. Содержание программы первого года обучения.

4.1.1. Содержание программы модуля «Подвижные игры с элементами баскетбола».

Тема 1. ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 3. ОРУ. Личная гигиена занимающихся.

Теория: Изучение личной гигиены занимающихся.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование. П/и «Гонка ячей по кругу».

Тема 4. ОРУ. Ведение мяча на месте.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча на месте.

Практика: ОРУ, отработка техники ведения мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

Тема 5. ОРУ. Ведение мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

Тема 6. ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Пять бросков».

Тема 7. ОРУ. Правила игры в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину».

Тема 8. ОРУ. Броски мяча с места.

Теория: наглядный пример и объяснение техники броска мяча с места.

Практика: отработка техники броска мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

Тема 9. ОРУ. Броски мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники броска мяча в движении.

Практика: отработка техники броска мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».

Тема 10. ОРУ. Передачи мяча на месте.

Теория: наглядный пример и объяснение техники передачи мяча на месте.

Практика: отработка передачи мяча на месте. П/и «Мяч водящему».

Тема 11. ОРУ. Передачи мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники передачи мяча в движении.

Практика: отработка передачи мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».

Тема 12. ОРУ. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники передачи и броска мяча в движении.

Практика: отработка передачи мяча в движении. П/и «Пять бросков».

Тема 13. ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении с изменением направления.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».

Тема 14. ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.

Теория: наглядный пример и объяснение техники передачи и броска мяча в движении.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Гонка мячей по кругу».

Тема 15. ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения и броска мяча в движении.

Практика: ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».

Тема 16. ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении с изменением направления.

Практика: отработка техники ведения мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».

Тема 17. ОРУ. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: наглядный пример и объяснение правил игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Практика: изучение правил игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 18. Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: обсуждение правил эстафеты.

Практика: эстафета с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 19. ОРУ. Эстафеты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: обсуждение правил эстафеты.

Практика: эстафета, игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 20. ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: наглядный пример и объяснение техники бросков мяча в движении.

Практика: отработка техники бросков мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 21. ОРУ. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча с сопротивлением.

Практика: отработка техники ведения мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 22. ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: наглядный пример и объяснение техники бросков мяча в движении.

Практика: отработка техники бросков мячей в движении. Игра в баскетбол.

Тема 23. ОРУ. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: наглядный пример и объяснение техники бросков мяча в движении.

Практика: отработка техники бросков мячей в движении, подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 24. ОРУ. Эстафеты. П/и «Пять бросков».

Теория: обсуждение правил эстафеты.

Практика: Эстафеты. П/и «Пять бросков».

Тема 25. Контрольное тестирование.

Практика: сдача нормативов.

4.1.2. Содержание программы модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста»

Тема 1. ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

Теория: обсуждение значимости использования скоростной подготовки на тренировках.

Практика: ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

Тема 3. ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники ведения мяча в движении.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.

Тема 4. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Игра в баскетбол.

Теория: обсуждение общих характеристик сторон подготовки спортсмена.

Практика: Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.

Тема 5. ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: обсуждение общей физической подготовки баскетболиста.

Практика: ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 6. ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Теория: обсуждение значимости занятий акробатическими упражнениями.

Практика: выполнение акробатических упражнений.

Тема 7. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения упражнений для развития ловкости.

Практика: ОРУ. Эстафеты.

Тема 8. СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники бросков мячей с места и в движении.

Практика: Игра в баскетбол.

Тема 9. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения общеразвивающих упражнений.

Практика: Выполнение ОРУ.

Тема 10. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения упражнений для развития быстроты движений баскетболиста.

Практика: Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 11. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 12. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 13. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОРУ, эстафеты.

Тема 14. ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».

Тема 15. СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 16. СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 17. СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 18. СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОРУ, эстафеты.

Тема 19. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОРУ со спортивным инвентарём.

Тема 20. ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Тема 21. ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Тема 22. Контрольное тестирование.

Практика: сдача нормативов.

Тема 23. Игры в баскетбол, пионербол.

Практика: игра в баскетбол, пионербол.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: контрольная игра в баскетбол.

4.1.3. Содержание программы модуля «Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста»

Тема 1. ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Тема 3. СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Тема 4. ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.

Тема 5. ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Тема 6. СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: в СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Тема 7. ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Тема 8. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Тема 9. ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Тема 10. СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Тема 11. ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Тема 12. ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 13. СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Тема 14. СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Тема 15. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Тема 16. СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.

Тема 17. ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.

Тема 18. ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.

Тема 19. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Контрольная игра в баскетбол.

Тема 20. ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Тема 21. СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: О СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.

Тема 22. ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: Контрольное тестирование.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Контрольная игра в баскетбол.

4.2. Содержание программы второго года обучения.

4.2.1. Содержание модуля «Основы баскетбола».

Тема 1. ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОРУ. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.

Тема 3. ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.

Тема 4. ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.

Теория: Беседа о личной гигиене занимающихся.

Практика: ОФП, опрос, ведения мяча на месте и в движении.

Тема 5. ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.

Теория: Беседа о нравственные и волевые качества спортсмена

Практика: ОФП, опрос, броски мяча с точек.

Тема 6. ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Теория: Беседа о влияние физических упражнений на организм спортсмена

Практика: ОФП, опрос, отработка ведения мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Тема 7. ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, бросков мяча с точек, передачи мяча двумя руками в прыжке.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Тема 8. ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, обводки соперника с поворотом и переводом мяча, бросков мяча в корзину параллельно щиту.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Тема 9. ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: ОФП, повторение правил игры в баскетбол. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 10. ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 11. ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча. Броски мяча в движении. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 12. ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, передачи мяча одной рукой. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 13. ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 14. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 15. ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой сбоку. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 16. ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой снизу. Штрафной бросок. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 17. ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча двумя руками во встречных колоннах. Броски с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 18. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 19. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 20. ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Тема 21. ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Тема 22. ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.

Тема 23. Соревнования по стритболу.

Практика: соревнования по стритболу.

Тема 24. Контрольное тестирование.

Практика: тестирование.

Тема 25. Игровая подготовка

Практика: участие в соревнованиях.

4.2.2. Содержание программы модуля «Техника игры в баскетбол».

Тема 1. ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

Тема 2. СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Рассказ о гигиенических требованиях к занимающимся.

Практика: СФП, опрос, броски с точек.

Тема 3. ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование бросков.

Тема 4. СФП. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка дальних бросков, двухсторонняя игр.

Тема 5. ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Беседа о гигиене.

Практика: ОФП, отработка бросков мяча с точек.

Тема 6. СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка ведения мяча в движении. Броски мяча дальние.

Тема 7. ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, Изучение обводки соперника с переводом под ногой. Отработка бросков с точек. Учебная игра.

Тема 8. ОФП. СФП. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Тема 9. Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 10. ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, изучение обводки за спиной. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 11. СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, совершенствование бросков мяча в прыжке. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 12. Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 13. Участие в соревнованиях..

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 14. ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка обводки соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Тема 15. СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка ведения мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

Тема 16. СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 17. СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 18. СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 19. СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 20. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: выполнение специальных упражнений.

Тема 21. ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: отработка ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Тема 22. ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка подбора мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: сдача контрольных нормативов по технической подготовке.

Тема 24. Игры в баскетбол, пионербол.

Практика: Игра в баскетбол.

Тема 25. Контрольная игра.

Практика: участие в соревнованиях.

4.2.3. Содержание модуля «Баскетбол – командная игра».

Тема 1. ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

Тема 2. ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма в спорте.

Практика: ОФП, опрос, ведение мяча, личная защита.

Тема 3. СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Теория: Рассказ о физических способностях.

Практика: СФП, броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Тема 4. ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка ведения мяча, личная защита.

Тема 5. ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка дальних бросков. Заслон.

Тема 6. СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка дальних бросков. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Тема 7. Контрольные игры.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 8. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Тема 9. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Тема 10. СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Игра в баскетбол.

Тема 11. ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Практика: ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Тема 12. СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка передач мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Тема 13. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.

Тема 14. ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра..

Тема 15. СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: выполнение специальных упражнений.

Тема 16. Контрольные игры с игровыми заданиями.

Практика: Контрольные игры с игровыми заданиями.

Тема 17. ОФП. Броски в движении. Скестный выход. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски в движении. Скестный выход. Учебная игра..

Тема 18. ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра..

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка ведения мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.

Тема 19. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра..

Тема 20. Система быстрого прорыва.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.

Тема 21. Система нападения через центрального. Броски средние.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.

Тема 22. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: Игра в баскетбол

4.3.1. Содержание программы модуля «Быстрый. Сильный. Ловкий»

Тема 1. ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОРУ. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.

Тема 3. ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Рассказ о развитии баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.

Тема 4. ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.

Теория: Беседа о личной гигиене занимающихся.

Практика: ОФП, опрос, ведения мяча на месте и в движении.

Тема 5. ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.

Теория: Беседа о нравственные и волевые качества спортсмена

Практика: ОФП, опрос, броски мяча с точек.

Тема 6. ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Теория: Беседа о влиянии физических упражнений на организм спортсмена

Практика: ОФП, опрос, отработка ведения мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.

Тема 7. ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, бросков мяча с точек, передачи мяча двумя руками в прыжке.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Тема 8. ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения ведения мяча без зрительного контроля, обводки соперника с поворотом и переводом мяча, бросков мяча в корзину параллельно щиту.

Практика: ОФП, ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.

Тема 9. ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.

Теория: обсуждение правил игры в баскетбол.

Практика: ОФП, повторение правил игры в баскетбол. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 10. ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 11. ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, совершенствование ведения мяча. Броски мяча в движении.
Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 12. ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, передачи мяча одной рукой. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 13. ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча с точек.
Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 14. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 15. ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок.
Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой сбоку. Штрафной бросок.
Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 16. ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок.
Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча одной рукой снизу. Штрафной бросок.
Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 17. ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции.
Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка передачи мяча двумя руками во встречных колоннах. Броски с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 18. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 19. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 20. ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.

Тема 21. ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: отработка передач мяча в движении. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Тема 22. ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние.
Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.

Тема 23. Соревнования по баскетболу.

Практика: соревнования по баскетболу.

Тема 24. Контрольное тестирование.

Практика: тестирование.

Тема 25. Игровая подготовка

Практика: участие в соревнованиях.

4.3.2. Содержание программы модуля «Движение «вверх» юного баскетболиста»

Тема 1. ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

Тема 2. СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Рассказ о гигиенических требованиях к занимающимся. Броски с точек.

Практика: СФП, опрос, броски с точек.

Тема 3. ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма. Броски средние.

Практика: ОФП, опрос, совершенствование бросков.

Тема 4. СФП. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка дальних бросков, двухсторонняя игра.

Тема 5. ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Беседа о гигиене.

Практика: ОФП, отработка бросков мяча с точек.

Тема 6. СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, отработка ведения мяча в движении. Броски мяча дальние.

Тема 7. ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, Изучение обводки соперника с переводом под ногой. Отработка бросков с точек. Учебная игра.

Тема 8. ОФП. СФП. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Тема 9. Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 10. ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, изучение обводки за спиной. Броски мяча с точек. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 11. СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, совершенствование бросков мяча в прыжке. Двухсторонняя игра в баскетбол.

Тема 12. Контрольная игра.

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 13. Участие в соревнованиях.

Практика: Участие в соревнованиях.

Тема 14. ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка обводки соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.

Тема 15. СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка ведения мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.

Тема 16. СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 17. СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 18. СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Тема 19. СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 20. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

Теория: Демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Выполнение специальных упражнений.

Тема 21. ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Отработка ведения мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.

Тема 22. ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка подбора мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: Сдача контрольных нормативов по технической подготовке.

Тема 24. Игры в баскетбол, пионербол.

Практика: Игра в баскетбол.

Тема 25. Контрольная игра.

Практика: участие в соревнованиях.

4.3.3. Содержание программы модуля «Стритбол – брат баскетбола»

Тема 1. ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.

Практика: ОФП, опрос, тестирование.

Тема 2. ОФП. Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.

Теория: Рассказ о профилактике травматизма в спорте.

Практика: ОФП, опрос, ведение мяча, личная защита.

Тема 3. СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Теория: Рассказ о физических способностях.

Практика: СФП, броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.

Тема 4. ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка ведения мяча, личная защита.

Тема 5. ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП, отработка дальних бросков. Заслон.

Тема 6. СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка дальних бросков. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.

Тема 7. Стритбол. Правила игры в стритбол. Отличие стритбола от баскетбола.

Теория: обсуждение правил игры в стритбол, его отличие от баскетбола.

Практика: Игра в баскетбол и стритбол с игровыми заданиями.

Тема 8. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.

Тема 9. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Тема 10. СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Игра в баскетбол.

Тема 11. ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Практика: ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.

Тема 12. СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Отработка передач мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.

Тема 13. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.

Тема 14. ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.

Тема 15. СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: выполнение специальных упражнений.

Тема 16. Контрольные игры с игровыми заданиями.

Практика: Контрольные игры с игровыми заданиями.

Тема 17. ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.

Тема 18. ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Отработка ведения мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.

Тема 19. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.

Тема 20. Система быстрого прорыва.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.

Тема 21. Система нападения через центрального. Броски средние.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.

Тема 22. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

Теория: демонстрация и объяснение техники выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: Игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол, стритбол.

Практика: Игра в баскетбол, стритбол.

5. Ресурсное обеспечение программы

Информационно-методическое обеспечение:

- Дидактические средства обучения: тесты по теоретической подготовке; карточки для судейства; планшет магнитный; доска мини с разметкой площадки.
- Наглядные средства: галерея портретов выдающихся спортсменов по видам спорта; плакаты – схемы игры по виду спорта
- Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) (<https://nsportal.ru/>; <http://fcior.edu.ru/> и др.)
- Видеоматериалы: лучшие игры чемпионатов РФ, Европы и мира.

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания:

В образовательном процессе используются технологии модульного обучения, игровые технологии.

Средства обучения:

- визуальные: карточки, фотографии;
- аудиовизуальные: видеосюжеты.

Материально-техническое обеспечение.

Занятия по программе проводятся на базе ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево. Занятия организуются в спортивных залах, соответствующих требованиям СанПиН и техники безопасности.

Для проведения занятий имеется следующее оборудование:

- Щиты с кольцами — 6
- Жгуты и экспандеры - 1
- Секундомер —1
- Гимнастические скамейки — 6
- Гимнастические маты — 10
- Скакалки — 20
- Мячи набивные различной массы — 3
- Мячи баскетбольные – 15
- Насос ручной -1
- Рулетка – 1
- Баскетбольное оборудование:
- Обручи гимнастические -10
- Конусы малые – 5
- Свисток-1

6. Список литературы и интернет-ресурсов.

Литература для педагога:

1. Адейеми Д.П., Сулейманова О.Н., Основы обучения техническим приемам игры в нападении. Учебно-методическое пособие. <https://docplayer.ru/34792425-Basketbol-osnovy-obucheniya-tehnicheskim-priemam-igry-v-napadenii-uchebno-metodicheskoe-posobie.html>
2. Лепешкин В.А., Баскетбол. Подвижные и учебные игры, https://mirlib.ru/knigi/samooborona_i_sport/353564-basketbol-podvizhnye-i-uchebnye-igry.html
3. Орлан И.В. Баскетбол: основы обучения <https://iknigi.net/avtor-irina-orlan/105229-basketbol-osnovy-obucheniya-irina-orlan/read/page-1.html>
4. Портнов и др., Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) Ю.М. М. Советский спорт, 2004. 100 с.
5. Спортивные игры. Учебник для вузов. Том 2 / Под редакцией Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. https://www.studmed.ru/zheleznyak-yud-sportivnye-igry-tehnika-taktika-metodika-obucheniya_799a0b423e5.html
6. Яхонтов Е.Р., Кит Л.С. Индивидуальные упражнения баскетболиста <https://clado.net/5/2/22/individualnye-uprazhneniya-basketbolista-yaxontov-e-kit-l-1981-uchebnoe-posobie-fb2-ocr-bez-oshibok.html>

Литература для обучающихся:

1. Книги про баскетбол <https://monster-book.com/basketball10>.
2. Тригорлов В.В. Баскетбол. Для всех и каждого: учебно-методическое пособие http://lit.lib.ru/t/trigorlow_w_w/text_0010.shtml

Интернет-ресурсы:

1. Баскетбол для тренеров <https://russiabasket.ru/Files/Documents/%d0%91%d0%b0%d1%81%d0%ba%d0%b5%d1%82%d0%b1%d0%be%d0%bb%20%d0%b4%d0%bb%d1%8f%20%d1%82%d1%80%d0%b5%d0%bd%d0%b5%d1%80%d0%be%d0%b2.pdf>
2. Руководство по организации и обучению детей в мини-баскетбол https://russiabasket.ru/Files/Documents/Mini-Basketball_RUS.pdf

**Календарный учебный график программы «Баскетбол».
Первый год обучения.**

№ п/п	Дата проведе- ния	Коли- чество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
Модуль «Подвижные игры с элементами баскетбола».					
1.	Сентябрь	2	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	ОРУ. Изучение стоек и перемещений, остановок и поворотов в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Беседа, опрос, тестирование
3.	Сентябрь	2	ОРУ. Личная гигиена занимающихся. П/и «Гонка мячей по кругу»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	ОРУ. Ведение мяча на месте. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	ОРУ. Ведение мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Пять бросков»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Сентябрь	2	ОРУ. Правила игры в баскетбол. П/и «Метко в корзину»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Сентябрь	1	ОРУ. Броски мяча с места. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
9.	Сентябрь	1	ОРУ. Броски мяча в движении. П/и «Борьба за мяч», «Мяч капитану».	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	ОРУ. Передачи мяча на месте. П/и «Мяч водящему».	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	ОРУ. Передачи мяча в движении. П/и «10 передач», «Дорожи мячом».	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	ОРУ. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков»	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Октябрь	1	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Гонка мячей по кругу».	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Октябрь	1	ОРУ. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении. П/и «Пять бросков».	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	ОРУ. Ведение мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом».	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	ОРУ. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	Эстафеты с элементами баскетбола.	Учебно-	Наблюдение,

			Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	тренировочное занятие	беседа
19.	Октябрь	2	ОРУ. Эстафеты. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	ОРУ. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	ОРУ. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	ОРУ. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование
24.	Ноябрь	2	ОРУ. Эстафеты. П/и «Пять бросков».	Контрольное занятие Диагностика	Наблюдение, беседа
25.	Ноябрь	2	Контрольное тестирование.	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, опрос, тестирование
Модуль «Специальная физическая и техническая подготовка»					
1.	Ноябрь	2	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ноябрь	2	ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Декабрь	2	ОФП. Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	2	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	ОРУ. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	ОРУ. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Декабрь	2	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Декабрь	1	СФП. Броски с места и в движении. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Декабрь	1	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	Упражнения для развития быстроты	Комбинированное	Наблюдение,

			движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	занятие	беседа
11.	Январь	1	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Январь	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Январь	1	Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Январь	1	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. П/и «Поймай мяч».	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Январь	1	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Февраль	2	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Февраль	2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами, на снарядах.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Февраль	2	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Февраль	2	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	Контрольное тестирование.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Февраль	2	Игры в баскетбол, пионербол.	Контрольное занятие Диагностика	Приём нормативов, тестирование
24.	Март	2	Контрольная игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
Модуль «Техническая и тактическая подготовка»					
1.	Март	2	ОРУ. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
2.	Март	2	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Личная защита. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа,

					тестирование
5.	Март	2	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Апрель	2	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Апрель	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Апрель	2	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Апрель	2	СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	ОФП. Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Май	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Май	2	СФП. «Передай мяч и выходи». Атака корзины. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Май	1	ОФП. Противодействие получению мяча. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Май	1	ОФП. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Май	2	Контрольная игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Май	2	ОФП. Ведение мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Май	2	СФП. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Май	2	ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Май	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Сдача нормативов, тестирование

24.	Май	2	Контрольная игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Соревнования по баскетболу,
-----	-----	---	-------------------------------	-----------------------	-----------------------------

Второй год обучения.

№ п/п	Дата проведения	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
Модуль «Основы баскетбола».					
1.	Сентябрь	2	ОФП. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Беседа, опрос, тестирование
3.	Сентябрь	2	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Сентябрь	2	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Сентябрь	1	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
9.	Сентябрь	1	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой в	Учебно-	Наблюдение,

			движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	тренировочное занятие	беседа
15.	Октябрь	1	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Октябрь	2	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.		Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	Соревнования по стритболу.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование
24.	Ноябрь	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Наблюдение, беседа
25.	Ноябрь	2	Игровая подготовка	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, опрос, тестирование
Модуль «Техника игры в баскетбол»					
1.	Ноябрь	2	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ноябрь	2	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Декабрь	2	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	1	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Декабрь	2	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

8.	Декабрь	1	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Декабрь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	ОФП. Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Январь	1	СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Январь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Январь	1	Участие в соревнованиях.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Январь	1	ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Январь	1	СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	1	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Февраль	2	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Февраль	2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами, на снарядах.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Февраль	2	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Февраль	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Приём нормативов, тестирование
24.	Февраль	2	Игры в баскетбол, пионербол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
25.	Февраль	2	Контрольная игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
Модуль «Баскетбол – командная игра»					
1.	Март	2	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях	Вводное занятие	Наблюдение, беседа,

			баскетболом.		тестирование
2.	Март	2	ОФП. Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа, тестирование
5.	Март	2	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Март	2	Контрольные игры.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Март	2	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Апрель	2	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Апрель	2	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Апрель	2	СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Апрель	2	Контрольные игры с игровыми заданиями.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Май	1	ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Май	1	ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Май	2	СФП. Обводка соперника с	Учебно-	Наблюдение,

			использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	тренировочное занятие	беседа
20.	Май	2	ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Май	2	ОФП. Система нападения через центрального. Броски средние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Май	2	СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Май	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Сдача нормативов, тестирование
24.	Май	2	Контрольная игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Соревнования по баскетболу,

Третий год обучения

№ п/п	Дата проведения	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
Модуль «Быстрый. Сильный. Ловкий»					
1.	Сентябрь	2	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	ОФП. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Беседа, опрос, тестирование
3.	Сентябрь	2	ОФП. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	ОФП. Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	ОФП. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	ОФП. Влияние физических упражнений на организм спортсмена. Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Сентябрь	2	ОФП. Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

8.	Сентябрь	1	ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
9.	Сентябрь	1	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	ОФП. Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	ОФП. Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	ОФП. Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Октябрь	1	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	ОФП. Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Октябрь	2	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении. Учебная игра.		Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	ОФП. Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	Соревнования по баскетболу.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование
24.	Ноябрь	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Наблюдение, беседа
25.	Ноябрь	2	Игровая подготовка	Учебно-тренировочное занятие	Беседа, опрос, тестирование
Модуль «Движение «вверх» юного баскетболиста»					
1.	Ноябрь	2	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование

			баскетболом.		
2.	Ноябрь	2	СФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Ноябрь	2	ОФП. Профилактика травматизма. Броски средние. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	1	СФП. Броски дальние. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	ОФП. Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	СФП. Ведение мяча в движении. Броски дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Декабрь	2	ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Декабрь	1	СФП. Броски с точек. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Декабрь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	ОФП. Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Декабрь	1	СФП. Броски двумя руками в прыжке. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Декабрь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Декабрь	1	Участие в соревнованиях.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Декабрь	1	ОФП. Обводка соперника за спиной. Броски с точек. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Декабрь	1	СФП. Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	1	СФП. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Январь	2	СФП. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Январь	2	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, с мячами различного диаметра,	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа

			скакалками), на снарядах (перекладина, стенка, скамейка, канат).		
21.	Февраль	2	ОФП. Ведение мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Февраль	2	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Приём нормативов, тестирование
24.	Февраль	2	Игры в баскетбол, пионербол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
25.	Февраль	2	Контрольная игра в баскетбол.		
Модуль «Стритбол – брат баскетбола»					
1.	Февраль	2	ОФП. Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом.	Вводное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
2.	Февраль	2	ОФП. Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	СФП. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	ОФП. Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа, тестирование
5.	Март	2	ОФП. Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	СФП. Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Март	2	Стритбол. Правила игры в стритбол. Отличие стритбола от баскетбола.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Март	2	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Март	2	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	СФП. Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	ОФП. Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	СФП. Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение. Учебная	Учебно-тренировочное	Наблюдение, беседа

			игра.	занятие	
13.	Апрель	2	ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	ОФП. Броски с точек. Малая восьмерка. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Апрель	2	СФП. Броски с точек. Защита против малой восьмерки. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Апрель	2	Контрольные игры с игровыми заданиями.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Апрель	2	ОФП. Броски в движении. Скрестный выход. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Май	2	ОФП. Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Май	2	СФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Май	2	ОФП. Система быстрого прорыва. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Май	2	ОФП. Система нападения через центрового. Броски средние. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Май	1	СФП. Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Май	1	Контрольное тестирование.	Контрольное занятие Диагностика	Сдача нормативов, тестирование
24.	Май	2	Контрольная игра в баскетбол, стритбол.	Практическое занятие.	Соревнования по баскетболу,

Оценочные материалы.

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных заданий, тестирование, участие в соревнованиях.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и физической подготовленности проводится посредством опроса, беседы и выполнения тестирования.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и физической подготовленности обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- собеседование,
- наблюдение,
- анкетирование,
- тестирование,
- участие в соревнованиях в течение года.

Формы подведения итогов

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

Текущий- осуществляется посредством наблюдения за деятельностью обучающихся в процессе занятий.

Промежуточный- выполнение упражнений

Итоговый- сдача нормативов.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения занимающихся

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях.

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится **входной контроль**, середине года (январь) проводится **текущий контроль**, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится **итоговый контроль**, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Виды испытания	Возраст			
	8 лет		9-10 лет	
	д	м	д	м
Челночный бег 3х10 м(с)	9,6-10,4	9,1-10,4	9,4-10,2	9,0-9,8
Прыжок в длину с места (см)	90-110	100-120	110-130	120-140
Сгибание рук в висе на перекладине (кол.повт.)	2-6	1-2	5-10	1-4
Прыжок через скакалку (кол. раз за 1 мин)	30-50	25-40	70-100	60-90
Наклон вперед из положения сидя (см)	3-7	2-5	3-7	2-5

10-14 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,7	6,0
	Бег на 60 м (с)	10,9	11,3
2	Бег на 1,5 км (мин,с)	8,20	8,55
	Или бег на 2 км (мин,с)	11,10	13,00
	Или бег на 3 км		
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	11	9
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	13	7
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+3	+4

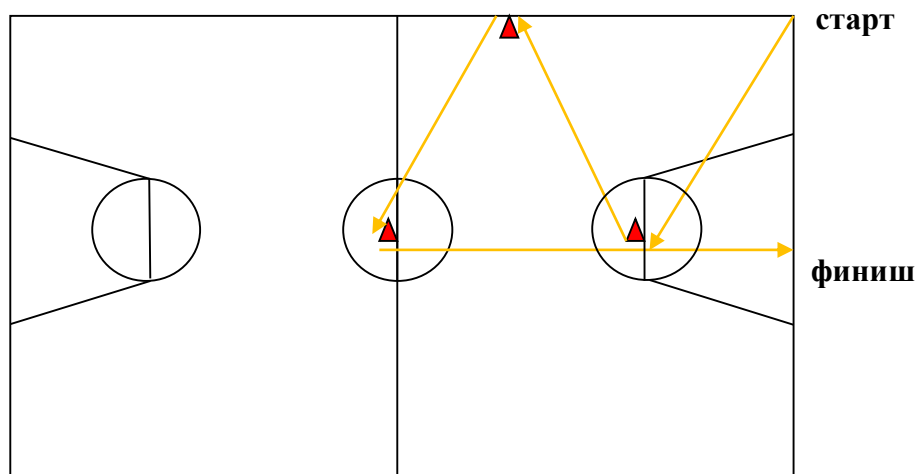
14-18 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,5	5,9
	Бег на 60 м (с)	10,2	10,9
2	Бег на 1,5 км (мин,с)	7,55	8,10
	Или бег на 2 км (мин,с)	10,10	12,50
	Или бег на 3 км	13,50	14,60
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	10	
	Или подтягивание из виса лежа на низкой перекладина 90см (кол-во раз)	25	17
	Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	25	17
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	+15	+15

Нормативы считаются выполненными при улучшении показателей.

Указания к выполнению контрольных упражнений

Передвижение в защитной стойке. Игрок находится за лицевой линией. По сигналу испытываемый перемещается спиной в защитной стойке, после каждого ориентира изменяет направление. От центральной линии выполняет рывок лицом вперед к лицевой линии на исходную позицию. Фиксируется общее время (в секундах). Для обучающихся всех групп одинаковое задание.

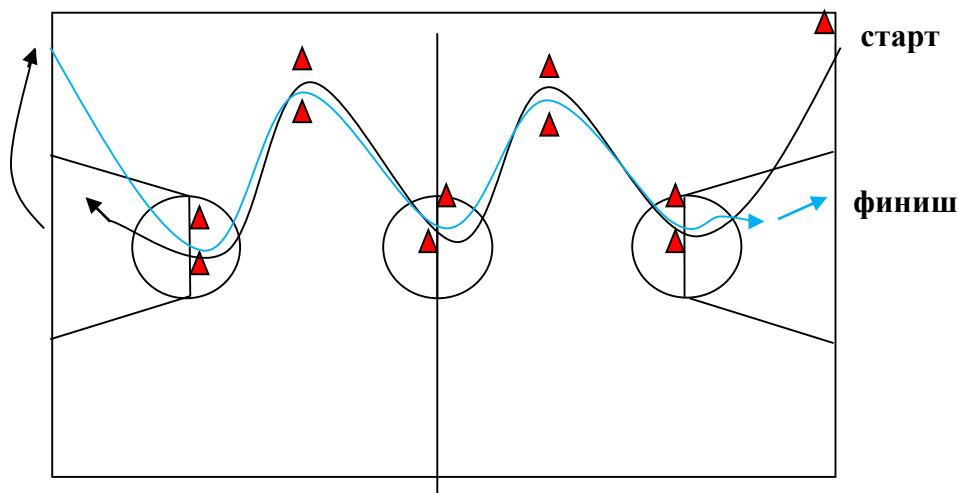
Инвентарь: 4 стойки



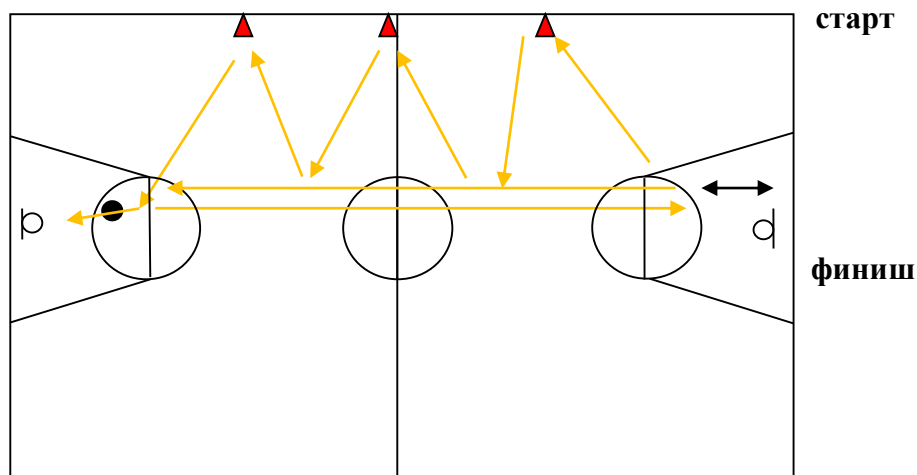
Скоростное ведение. Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки),

выполняет перевод мяча на правую руку, проходит внутри ворот и т. д. Каждый раз, проходя ворота, игрок должен выполнить перевод мяча. Преодолев последние, пятые ворота, игрок выполняет ведение правой рукой и бросок в движении с 2-х шагов (правой рукой). После подбора мяча игрок начинает ведение левой рукой в направлении стойки, стоящей в углу площадки, огибает ее и продолжает движение в ворота по схеме; преодолев последние ворота, выполняет ведение левой рукой и бросок в движении с 2-х шагов левой рукой. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива.

Инвентарь: 11 стоек, 1 баскетбольный мяч.



Передачи мяча. Игрок стоит у лицевой линии. Начинает движение к противоположному кольцу, выполняет передачу помощнику № 1, получает мяч, передает его помощнику № 2 и так же помощнику № 3. После передачи от помощника № 3 игрок должен выполнить атаку в кольцо. После подбора мяча повторяет тот же путь к противоположному кольцу. Время фиксируется по последнему броску. За каждый промах плюс 1 сек. к результату норматива. Инвентарь: 1 баскетбольный мяч.



Штрафные броски. Игрок выполняет 10 штрафных бросков (мяч после броска подает партнер). Оценивается количество попаданий.