

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Центр дополнительного образования «Рекорд»

Рассмотрена на заседании
Педагогического Совета
СП ЦДР «Рекорд» ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №7 от 26.05.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Гайнанова В.Р.
Приказ №130-ОД от 29.05.2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БАСКЕТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 8–16 лет

Срок реализации: 3 года



C=RU, O=ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево,
CN=Гайнанова Василя
Рафгатовна,
E=svu_school1@63edu.ru
008cbe0ef0f8e45667
2026-09-21 13:06:13

Разработчики:
Никифоров А.М., тренер-преподаватель,
Калмыкова И.А., старший методист.

Оглавление

Краткая аннотация	2
1. Пояснительная записка.	2
2. Учебный план.	6
3. Содержание программы.	6
3.1. Содержание программы 1 года обучения	6
3.1.1. Модуль «Подвижные игры с элементами баскетбола»	7
3.1.2. Модуль «Общая физическая и специальная физическая подготовка»	8
3.1.3. Модуль «Техническая и тактическая подготовка»	9
3.2. Содержание программы 2 года обучения	10
3.2.1. Модуль «Основа баскетбола»	11
3.2.2 Модуль «Техника игры в баскетбол»	12
3.2.3. Модуль «Баскетбол – командная игра»	13
3.3. Содержание программы 3 года обучения	14
3.3.1 Модуль «Быстрый. Сильный. Ловкий.»	15
3.3.2. Модуль «Движение вверх» юного баскетболиста»	16
3.3.3. Модуль «Стритбол – брат баскетбола»	17
4. Раздел «Воспитание»	
5. Ресурсное обеспечение программы	34
6. Список литературы и интернет-ресурсов	36
Приложение 1. Календарный учебный график программы «Баскетбол»	37
Приложение 2. План воспитательной работы	
Приложение 2. Оценочные материалы	46

Краткая аннотация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол» предназначена для учащихся 8-16 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 от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указом Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указом Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «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);
- Постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- 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»;
- Стратегией социально-экономического развития Самарской области до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 №441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)»);
- Письмом 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»).

- «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (новая редакция, 2025 год).

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 программы 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 потребность к ведению здорового образа жизни;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированности;
- обучить правилам безопасного поведения во время учебно-тренировочных занятий, самостоятельных занятий в свободное время;
- сформировать чувство гордости за достижения российских спортсменов;

- воспитать уважение к окружающим;
- сформировать организаторские навыки и умения действовать в команде;

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 осознанного отношения 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: 8 – 16 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 видео контента;
- 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.

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: беседа, наблюдение, контрольные испытания (тестирование) по общей физической подготовке обучающихся по учебным нормативам, учёт личностных достижений на соревнованиях.

Применяется 5-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: низкий, средний, высокий). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням: высокий (от 80 до 100% 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 3 к программе.

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся 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 или серебряному знаку отличия.

Средний уровень освоения программы	Обучающиеся 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 бронзовому знаку отличия.
Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся 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 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 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				
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				
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				
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. Содержание программы.

3.1. Содержание программы 1 года обучения.

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. Модуль «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 по показу тренера-преподавателя.;
- соблюдать правила подвижных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- подвижных игр с учащимися своей группы.

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

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Прак тика	Всего	
1.	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Стойки, перемещения, остановки и повороты в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
3.	Личная гигиена занимающихся.	0,5	0,5	1	Беседа, опрос
4.	Ведение мяча на месте.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
5.	Ведение мяча в движении.	0,4	1,6	2	Наблюдение, беседа
6.	Правила игры в баскетбол.	1	3	4	Наблюдение, беседа
7.	Броски мяча с места.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
8.	Броски мяча в движении.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
9.	Передачи мяча на месте.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
10.	Передачи мяча в движении.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
11.	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
132	Ведение мяча в движении с изменением направления.	0,2	0,8	1	Наблюдение, беседа
13	Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.	0,4	1,6	2	Наблюдение, беседа
14	Ведение мяча в движении с изменением направления.	0,4	1,6	2	Наблюдение, беседа
15	Правила игры в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16	Эстафеты с элементами баскетбола.	0,2	1,8	2	Наблюдение, беседа
17	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,2	1,8	2	Наблюдение, беседа
18.	Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,4	1,6	2	Наблюдение, беседа
19	Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20	Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,2	1,8	2	Наблюдение, беседа
21	Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22	Эстафеты.	0,2	1,8	2	Наблюдение, беседа
23	Контрольное тестирование.	0,2	1,8	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

Содержание модуля «Подвижные игры с элементами баскетбола».

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

Теория: Техника безопасности при занятиях баскетболом. Разговор о безопасном передвижении на занятия из дома до школы и обратно.

Практика: ОРУ, тестирование.

Тема 2. Стойки, перемещения, остановки и повороты в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Теория: Стойки и перемещения, остановки и повороты в спортивных и подвижных играх. Развитие баскетбола в России и за рубежом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 3. Личная гигиена занимающихся.

Теория: Личная гигиена занимающихся.

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

Тема 4. Ведение мяча на месте.

Теория: Техника ведения мяча на месте.

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

Тема 5. Ведение мяча в движении.

Теория: Техника ведения мяча в движении.

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

Тема 6. Правила игры в баскетбол.

Теория: Правила игры в баскетбол.

Практика: Отработка правил игры в баскетбол. П/и «Пять бросков». П/и «Метко в корзину».

Тема 7. Броски мяча с места.

Теория: Броски мяча с места. Беседа на тему: «Режим дня – залог здоровья».

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

Тема 8. Броски мяча в движении.

Теория: Техника броска мяча в движении.

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

Тема 9. Передачи мяча на месте.

Теория: Техника передачи мяча на месте.

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

Тема 10. Передачи мяча в движении.

Теория: Техника передачи мяча в движении.

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

Тема 11. Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.

Теория: Техника передачи и броска мяча в движении.

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

Тема 12. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Теория: Техника ведения мяча в движении с изменением направления.

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

Тема 13. Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.

Теория: Техника передачи и броска мяча в движении.

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

Тема 14. Ведение мяча в движении с изменением направления.

Теория: Техника ведения мяча в движении с изменением направления.

Практика: Отработка техники ведения мяча в движении с изменением направления. П/и «Дорожи мячом», «Пять бросков».

Тема 15. Правила игры в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Спорт против наркотиков». Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.

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

Тема 16. Эстафеты с элементами баскетбола.

Теория: Правила эстафеты.

Практика: Эстафета с элементами баскетбола.

Тема 17. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: Упрощённые правила игры в баскетбол.

Практика: Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Тема 18. Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: Техника бросков мяча в движении.

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

Тема 19. Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: Техника ведения мяча с сопротивлением.

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

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

Теория: Техника бросков мяча в движении.

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

Тема 21. Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Теория: Техника бросков мяча в движении.

Практика: Отработка техники бросков мячей в движении, подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.

Тема 22. Эстафеты.

Теория: Беседа на тему: «Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Уточнение правил эстафет.

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

Тема 23. Контрольное тестирование.

Практика: Сдача нормативов.

3.1.2. Модуль «Общая физическая и специальная физическая подготовка»

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 специальные упражнения по показу тренера-преподавателя.

Обучающийся должен приобрести навык:

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

Учебно-тематический план модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка»

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео рия	Практ ика	Всего	
1.	Текущий контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Скоростная подготовка.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Легенды отечественного баскетбола. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Броски с места и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста..	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Восстановительные мероприятия после тренировки. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Ведение мяча. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

23.	Игра 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	

Содержание модуля «Общая физическая и специальная физическая подготовка»

Тема 1. Текущий контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.

Теория: Техника безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

Теория: Значимость использования скоростной подготовки на тренировках.

Практика: ОФП. Скоростная подготовка. Игра в баскетбол.

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

Теория: Техника 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: Общие характеристики сторон подготовки спортсмена.

Практика: Общая характеристика сторон подготовки спортсмена Игра в баскетбол.

Тема 5. Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: Общая физическая подготовка баскетболиста.

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

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

Теория: Значимость занятий акробатическими упражнениями.

Практика: выполнение акробатических упражнений.

Тема 7. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: Техника выполнения упражнений для развития ловкости.

Практика: ОРУ. Эстафеты.

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

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

Практика: СФП. Игра в баскетбол.

Тема 9. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами, на снарядах. Игра в баскетбол.

Теория: наглядный пример и объяснение техники выполнения общеразвивающих упражнений.

Практика: Выполнение ОРУ элементарных, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

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

Теория: Техника 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: Техника 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: Техника выполнения специальных упражнений.

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

Тема 13. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

Практика: ОРУ, эстафеты.

Тема 14. Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.

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

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

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

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

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

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

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

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

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

Тема 18. Упражнения для развития ловкости баскетболиста. Эстафеты.

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

Практика: СФП, ОРУ, эстафеты.

Тема 19. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами, на снарядах.

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

Практика: 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).

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

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

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

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

Теория: Техника выполнения специальных упражнений.

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

Тема 22. Контрольное тестирование.

Теория: Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях.

Практика: сдача нормативов.

Тема 23. Игра в баскетбол, пионербол.

Практика: игра в баскетбол, пионербол.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Практика: контрольная игра в баскетбол.

3.1.3. Модуль «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.	Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ведение мяча. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	Броски мяча. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Передачи мяча в движении. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	Ловля мяча в прыжке. Выход на получение мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	Выход на получение мяча. Атака корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	Противодействие получению мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	Ловля мяча в прыжке. Выход на получение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	Выход на получение мяча. Атака корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

17.	Противодействие получению мяча.	0	1	1	Наблюдение, беседа
18.	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
19.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Ведение мяча. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Остановка прыжком, остановка двумя шагами	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	

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. Способы закаливания. СФП. Броски мяча. Личная защита. Игра в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Способы закаливания». 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: 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. Профилактика переутомления и травм. ОФП. Остановка прыжком, остановка двумя шагами. Игра в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Профилактика переутомления и травм». 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. Андрей Кириленко – первые слезы в NBA. СФП. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение. Игра в баскетбол.

Теория: Просмотр документального фильма: «Андрей Кириленко – первые слезы в NBA».

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.

3.2. Содержание программы 2 года обучения.

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. Модуль «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:

- прививать культуру самоконтроля своего физического состояния;
- прививать стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- прививать интерес к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;
- воспитывать настойчивость и упорство.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

- выполнять упражнения и технические приемы баскетбола по инструкции.
- соблюдать правила спортивных игр.

Обучающийся должен приобрести навык:

- проведения подвижных игр с учащимися своей группы.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
2.	Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос

3.	Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
4.	Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	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.	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек..	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13	Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14	Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16	Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17	Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18	Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19	Контрольная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21	Передачи мяча в движении. Броски дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

22	Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние.	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	

Содержание модуля «Основы баскетбола».

Тема 1. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор на тему: «Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно». ОРУ. Входной контроль.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор о безопасном передвижении на занятия из дома до школы и обратно.

Практика: ОРУ, тестирование.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом.

Практика: ОРУ, опрос, тестирование.

Тема 2. ОРУ. Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов в 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. «Режим дня – залог здоровья». ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: Беседа на тему: «Режим дня – залог здоровья». 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. 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 11. 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 12. 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 13. 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 14. 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 15. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 16. 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 17. 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 18. Восстановительные мероприятия после тренировки. ОФП. Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции. Учебная игра.

Теория: Беседа на тему: «Восстановительные мероприятия после тренировки». 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 19. Контрольная игра.

Теория: Установка на игру. Разбор игры.

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. «Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Контрольное тестирование.

Теория: Беседа на тему: «Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Объяснение техники выполнения контрольных тестов.

Практика: тестирование.

Тема 25. Игровая подготовка

Теория: Установка на игру, разбор игры.

Практика: Участие в соревнованиях.

3.2.2. Модуль «Техника игры в баскетбол».

Цель: Формирование стойкого интереса к занятию физической культурой. Содействовать основным физическим 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:

- прививать культуру самоконтроля своего физического состояния;
- прививать стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- прививать интерес к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;
- воспитывать настойчивость и упорство.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

- технические правильно выполнять общеразвивающие и специальные упражнения по инструкции;
- соблюдать правила спортивных игр.

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.	Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

3.	Профилактика травматизма. Броски средние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Броски дальние.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Ведение мяча в движении. Броски дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Броски с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Броски двумя руками в прыжке.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Участие в соревнованиях.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	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.	Ведение мяча. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	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	

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. Легенды отечественного баскетбола. ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Просмотр фильма «Движение вверх». 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. Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях. ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях». 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.

Теория: Установка на игру, разбор игры.

Практика: Участие в соревнованиях.

3.2.3. Модуль «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:

- прививать культуру самоконтроля своего физического состояния;
- прививать стремления к соблюдению норм спортивной этики;
- прививать интерес к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;
- воспитывать настойчивость и упорство.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

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

Обучающийся должен приобрести навыки:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне.
-

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	<i>Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.</i> Входной контроль.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Контрольные игры.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	Броски с точек. Малая восьмерка.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	Броски с точек. Защита против малой восьмерки.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	Контрольные игры с игровыми заданиями.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	Броски в движении. Скрестный выход.	0	1	1	Наблюдение, беседа
18.	Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон.	0	1	1	Наблюдение, беседа
19.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Система быстрого прорыва. Учебная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	Система нападения через центрального. Броски средние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	0	2	2	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0	2	2	Беседа, тестирование
24.	Контрольная игра в баскетбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		10	36	46	

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. Беседа на тему: «Способы закаливания». 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. Профилактика переутомления и травм. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: Беседа на тему: «Профилактика переутомления и травм». 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. Андрей Кириленко – первые слезы в NBA. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: Просмотр документального фильма: «Андрей Кириленко – первые слезы в NBA». 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. «Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте». Контрольное тестирование.

Теория: Разговор о правилах поведения на дорогах и в транспорте. Объяснение техники выполнения контрольных тестов.

Практика: Тестирование.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол.

Теория: Установка на игру, разбор игры.

Практика: Игра в баскетбол

3.3. Содержание программы 3 года обучения.

3.3.1. Модуль «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:

- формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- содействовать стремлению к соблюдению норм спортивной этики;
- стремления к командному взаимодействию, к общей победе;
- формирование уважения к старшим, наставникам;

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

- правила техники безопасности;
- правила личной гигиены занимающихся;

- правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять поставленные тактико-технические задачи в игре;
- соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- судейства игры в баскетбол.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео- рия	Практ- ика	Всего	
1.	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
2.	Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
3.	Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками.	0,5	1,5	2	Беседа, опрос
4.	Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
5.	Обводка соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	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.	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок.	0	1	1	Наблюдение, беседа
17.	Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Контрольная игра.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	Передачи мяча в движении. Броски дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа

22	Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние.	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	Беседа, тестирование
25	Игровая подготовка	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		8	32	40	

Содержание программы модуля «Быстрый. Сильный. Ловкий»

Тема 1. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор на тему: «Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно». ОРУ Входной контроль.

Теория: Изучение техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор о безопасном передвижении на занятия из дома до школы и обратно.

Практика: ОРУ, 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. «Режим дня – залог здоровья». ОФП. Ведение мяча в движении без зрительного контроля. Обводка соперника с поворотом и переводом мяча. Броски в корзину параллельно щиту.

Теория: Беседа на тему: «Режим дня – залог здоровья». 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. 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 11. 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 12. 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 13. 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 14. 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 15. Контрольная игра.

Практика: Двухсторонняя игра в баскетбол с игровыми заданиями.

Тема 16. 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 17. 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 18. 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 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. «Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Контрольное тестирование.

Теория: Беседа на тему: «Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Объяснение техники выполнения контрольных тестов.

Практика: Тестирование.

Тема 25. Игровая подготовка

Теория: Установка на игру, разбор игры.

Практика: Участие в соревнованиях.

3.3.2. Модуль «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:

- формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- содействовать стремлению к соблюдению норм спортивной этики;
- стремления к командному взаимодействию, к общей победе;
- формирование уважения к старшим, наставникам;

Предметные ожидаемые результаты:

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

- выполнять поставленные тактико-технические задачи в игре;
- соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- судейства игры в баскетбол.

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

5.	Броски с точек. Учебная игра.	1	1	2	Наблюдение, беседа
6.	Ведение мяча в движении. Броски дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек.	0,5	2,5	3	Наблюдение, беседа
8.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
9.	Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
10.	Броски двумя руками в прыжке.	0	1	1	Наблюдение, беседа
11.	Контрольная игра.	0	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Участие в соревнованиях.	0	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	0	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении.	0	1	1	Наблюдение, беседа
15.	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	0	1	1	Наблюдение, беседа
16.	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	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
20.	Ведение мяча. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
21.	Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
22.	Контрольное тестирование.	0,5	1,5	2	Тестирование
23.	Игры в баскетбол, пионербол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
24.	Контрольная игра в баскетбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
	Всего часов	8	32	40	

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 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. Легенды отечественного баскетбола. ОФП Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек. Учебная игра.

Теория: Просмотр фильма «Движение вверх». 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. Восстановительные мероприятия после тренировки. СФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста. Игра в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Восстановительные мероприятия после тренировки». 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. Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях. ОФП. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек. Игра в баскетбол.

Теория: Беседа на тему: «Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях». 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.

3.3.3. Модуль «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:

- формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- содействовать стремлению к соблюдению норм спортивной этики;
- стремления к командному взаимодействию, к общей победе;
- формирование уважения к старшим, наставникам;

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

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

Обучающийся должен уметь:

- выполнять поставленные тактико-технические задачи в игре;
- соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- индивидуальных действий и групповых взаимодействий в атаке и обороне;

- судейства игры в баскетбол.

№	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Тео- рия	Прак- тика	Всего	
1.	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом. Входной контроль.	1	1	2	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
3.	Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
4.	Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
5.	Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
6.	Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
7.	Стритбол. Правила игры в стритбол.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
8.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
9.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
10.	Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
11.	Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
12.	Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
13.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
14.	Броски с точек. Малая восьмерка.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
15.	Броски с точек. Защита против малой восьмерки.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
16.	Контрольные игры с игровыми заданиями.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
17.	Броски в движении. Скрестный выход.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
18.	Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
19.	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	0,5	1,5	2	Наблюдение, беседа
20.	Система быстрого прорыва.	0	2	2	Наблюдение, беседа
21.	Система нападения через центрального. Броски средние.	0	2	2	Наблюдение, беседа
22.	Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	0	1	1	Наблюдение, беседа
23.	Контрольное тестирование.	0	1	1	Беседа, тестирование
24.	Контрольная игра в баскетбол, стритбол.	0	2	2	Наблюдение, беседа
Всего часов		10	36	46	

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. Беседа на тему: «Способы закаливания». 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. Профилактика переутомления и травм. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча. Учебная игра.

Теория: Беседа на тему: «Профилактика переутомления и травм». 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. Андрей Кириленко – первые слезы в NBA. ОФП. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.

Теория: Просмотр документального фильма: «Андрей Кириленко – первые слезы в NBA». 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. «Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте». Контрольное тестирование.

Теория: Разговор о правилах поведения на дорогах и в транспорте. Объяснение техники выполнения контрольных тестов.

Практика: Тестирование.

Тема 24. Контрольная игра в баскетбол, стритбол.

Практика: Игра в баскетбол, стритбол.

4. Раздел «Воспитание»

4.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания обучающихся.

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

- формирование российской гражданской принадлежности (идентичности), сознания единства с народом России и Российским государством в его тысячелетней истории и в современности, в настоящем, прошлом и будущем;
- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций объединения; информирование обучающихся, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения обучающихся к занятиям

баскетболом, спорту, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

- приобретение обучающимися опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, поддержка и развитие среды воспитания обучающихся, условий физической безопасности, комфорта, социализации, признания, самореализации при освоении предметного и метапредметного содержания программы;

- сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья (своего и других людей), соблюдения правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;

- установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;

- установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

- навыков рефлексии своего физического и психологического состояния, понимания состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим состоянием, оказания помощи, адаптации к стрессовым ситуациям, природным и социальным условиям;

- ориентации на осознанный выбор сферы профессиональных интересов, профессиональной деятельности в российском обществе с учётом личных жизненных планов, потребностей семьи, общества;

- формирование опыта социально значимой деятельности в физкультурно-спортивных объединениях, опыта обучения такой деятельности других людей.

Целевые ориентиры воспитания обучающихся по программе:

- сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья (своего и других людей), соблюдения правил личной и общественной безопасности, в том числе в информационной среде;

- установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;

- установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

- навыков рефлексии своего физического и психологического состояния, понимания состояния других людей с точки зрения безопасности, сознательного управления своим состоянием, оказания помощи, адаптации к стрессовым ситуациям, природным и социальным условиям;

- формирование безопасного поведения;

- формирование культуры самоконтроля своего физического состояния;

- формирование стремления к соблюдению норм спортивной этики;

- формирование уважения к старшим, наставникам;

- формирование дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности;

- формирование сознания ценности физической культуры, эстетики спорта;

- формирование интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений;

- формирование стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

Формы и методы воспитания

Решение задач информирования обучающихся, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания обучающихся при реализации программы является организация их взаимодействий в учебно-тренировочном процессе, в подготовке и проведении соревнований.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, старших товарищей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения обучающихся, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание обучающихся их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки обучающихся в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

4.3. Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением обучающихся, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Воспитательная работа осуществляется в рамках учебных занятий (беседы, встречи, просмотр документальных кинофильмов, просмотр соревнований, инструктажи), практических занятий, соревнований (см. приложение «Календарный план воспитательной работы»).

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 проведения	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
Модуль «Подвижные игры с элементами баскетбола».					
1.	Сентябрь	2	<i>Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.</i> Входной контроль.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	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	<i>Личная гигиена занимающихся.</i>	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	Ведение мяча на месте.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	Ведение мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	Правила игры в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Сентябрь	2	Правила игры в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Сентябрь	1	<i>«Режим дня – залог здоровья».</i> Броски мяча с места.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
9.	Сентябрь	1	Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	Передачи мяча на месте.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	Передачи мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении с изменением направления.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении. Броски мяча в движении.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении с изменением направления.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	<i>«Спорт против наркотиков».</i> Правила игры в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	Эстафеты с элементами баскетбола.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа

19.	Октябрь	2	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.		Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	Ведение мяча с сопротивлением. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	Броски мяча в движении. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	Броски мяча в движении. Подбор мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование
24.	Ноябрь	2	«Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя». Эстафеты.	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	Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ноябрь	2	Скоростная подготовка.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Декабрь	2	Ведение мяча в движении. Прыжковая подготовка.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	2	Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	Физическая подготовка баскетболиста. Игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Декабрь	2	Легенды отечественного баскетбола. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Декабрь	1	Броски с места и в движении.	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).	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

11.	Январь	1	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Январь	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Январь	1	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Январь	1	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Январь	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	2	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста..	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Февраль	2	Восстановительные мероприятия после тренировки. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Февраль	2	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).	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Февраль	2	Ведение мяча. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Февраль	2	Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях. 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	Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование

2.	Март	2	Ведение мяча. Личная защита.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	Способы закаливания. Броски мяча. Личная защита.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	Передачи мяча в движении. Личная защита.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа, тестирование
5.	Март	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	Ловля мяча в прыжке. Выход на получение мяча.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Апрель	2	Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Апрель	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Апрель	2	Профилактика переутомления и травм. Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	Выход на получение мяча. Атака корзины.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	Противодействие получению мяча.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Апрель	2	Андрей Кириленко – первые слезы в НБА. Ловля мяча в прыжке. Выход на получение.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	Повороты вперед, назад. Противодействие получению мяча.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Май	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Май	2	Выход на получение мяча. Атака корзины.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Май	1	Противодействие получению мяча.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Май	1	Ведение мяча в движении. Передачи мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Май	2	Контрольная игра в баскетбол.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Май	2	Ведение мяча. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа

21.	Май	2	Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Май	2	Остановка прыжком, остановка двумя шагами	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	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор на тему: «Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно». Входной контроль.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Беседа, опрос, тестирование
3.	Сентябрь	2	Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	Личная гигиена занимающихся. Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	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	Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

8.	Сентябрь	1	«Режим дня – залог здоровья». 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	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек..	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Октябрь	1	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	«Спорт против наркотиков». Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Октябрь	2	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	Передачи мяча в движении. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	Соревнования по стритболу.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование

24.	Ноябрь	2	Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя. 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	Входной контроль. Основы техники безопасности при занятиях баскетболом.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ноябрь	2	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Декабрь	2	Профилактика травматизма. Броски средние.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	1	Броски дальние.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	Ведение мяча в движении. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Декабрь	2	Легенды отечественного баскетбола. Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Декабрь	1	Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Декабрь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Январь	1	Броски двумя руками в прыжке.	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	Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Январь	1	Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

18.	Январь	2	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Февраль	2	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Февраль	2	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).	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Февраль	2	Ведение мяча. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	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	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль.	Вводное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
2.	Март	2	Профилактика травматизма в спорте. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	Способы закаливания. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа, тестирование
5.	Март	2	Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Март	2	Контрольные игры.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

8.	Март	2	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Апрель	2	Профилактика переутомления и травм. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Апрель	2	Андрей Кириленко – первые слезы в NBA. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	Броски с точек. Малая восьмерка.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Апрель	2	Броски с точек. Защита против малой восьмерки.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Апрель	2	Контрольные игры с игровыми заданиями.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Май	1	Броски в движении. Скрестный выход.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Май	1	Ведение мяча в движении. Сдвоенный заслон.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Май	2	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
20.	Май	2	Система быстрого прорыва. Учебная игра.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Май	2	Система нападения через центрального. Броски средние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Май	2	Передачи в движении одной рукой. Личная защита.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Май	2	Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте. 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	<i>Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Разговор на тему: «Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно». ОРУ Входной контроль.</i>	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Сентябрь	2	Совершенствование стоек и перемещений, остановок и поворотов. <i>Развитие баскетбола в России и за рубежом.</i>	Комбинированное занятие	Беседа, опрос, тестирование
3.	Сентябрь	2	Совершенствование ловли и передачи мяча в движении двумя руками. <i>Развитие баскетбола в России и за рубежом.</i>	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Сентябрь	1	<i>Личная гигиена занимающихся.</i> Совершенствование ведения мяча на месте и в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Сентябрь	2	<i>Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.</i> Изучение обводки соперника с изменением направления. Броски мяча с места.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Сентябрь	2	<i>Влияние физических упражнений на организм спортсмена.</i> Ведение мяча на месте. Изучение обводки соперника с изменением скорости. Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Сентябрь	2	Ведение мяча без зрительного контроля. Броски мяча с точек. Передачи мяча двумя руками в прыжке.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Сентябрь	1	<i>«Режим дня – залог здоровья».</i> 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	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в баскетбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Октябрь	1	Правила игры в баскетбол. Учебная игра в стритбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, опрос
11.	Октябрь	1	Ведение мяча в движении. Броски мяча с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Октябрь	1	Ведение мяча с изменением направления. Броски мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа

13.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой с места. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой в движении. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Октябрь	1	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
16.	Октябрь	1	Передачи мяча одной рукой сбоку (с отскоком). Штрафной бросок.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Октябрь	2	Передачи мяча одной рукой снизу (с отскоком). Штрафной бросок.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Октябрь	2	«Спорт против наркотиков». Передачи мяча двумя руками (встречные). Броски со средней дистанции.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Октябрь	2	Контрольная игра.	Практическое занятие	Наблюдение, беседа
20.	Октябрь	2	Передачи мяча в движении. Броски мяча в движении.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Ноябрь	2	Передачи мяча в движении. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Ноябрь	2	Ведение мяча в движении с изменением направления. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
23.	Ноябрь	2	Соревнования по баскетболу.	Практическое занятие	Приём нормативов, тестирование
24.	Ноябрь	2	«Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте». 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	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом. Входной контроль.	Вводное занятие	Беседа, опрос, тестирование
2.	Ноябрь	2	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
3.	Ноябрь	2	Профилактика травматизма. Броски средние.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
4.	Декабрь	1	Броски дальние.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
5.	Декабрь	2	Гигиенические требования к занимающимся. Броски с точек. Учебная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Декабрь	2	Ведение мяча в движении. Броски дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа

7.	Декабрь	2	Легенды отечественного баскетбола. Обводка соперника с переводом под ногой. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Декабрь	1	Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Декабрь	1	Контрольная игра.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Декабрь	1	Самоконтроль. Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Декабрь	1	Броски двумя руками в прыжке.	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	Обводка соперника за спиной. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
15.	Декабрь	1	Ведение мяча в движении с сопротивлением. Передачи мяча в движении.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
16.	Январь	1	Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
17.	Январь	2	Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
18.	Январь	2	Восстановительные мероприятия после тренировки. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
19.	Январь	2	Упражнения для развития ловкости баскетболиста.	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, скакалками), на снарядах (перекладина, стенка, скамейка, канат).	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
21.	Февраль	2	Ведение мяча. Броски с точек.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
22.	Февраль	2	Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях. Подбор мяча. Передачи мяча. Броски с точек.	Комбинированное 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	Основы техники безопасности при занятиях баскетболом и стритболом. Входной контроль.	Вводное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
2.	Февраль	2	Профилактика травматизма в баскетболе и стритболе. Ведение мяча с сопротивлением. Личная защита.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа, тестирование
3.	Март	2	Способы закаливания. Физические способности. Броски мяча с сопротивлением. Атака корзины.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа.
4.	Март	2	Передачи мяча в движении. Противодействие атаке корзины.	Комбинированное занятие	Обсуждение, беседа, тестирование
5.	Март	2	Основы техники игры и техническая подготовка. Броски мяча дальние. Заслон.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
6.	Март	2	Броски мяча дальние. Подстраховка. Переключение. Проскальзывание.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
7.	Март	2	Стритбол. Правила игры в стритбол.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
8.	Март	2	Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Броски мяча дальние.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
9.	Март	2	Профилактика переутомления и травм. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Подбор мяча.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
10.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой на месте. Наведение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
11.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой в прыжке. Наведение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
12.	Апрель	2	Передачи мяча одной рукой в движении. Пересечение.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа
13.	Апрель	2	Андрей Кириленко – первые слезы в NBA. Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд. Групповой отбор мяча.	Комбинированное занятие	Наблюдение, беседа
14.	Апрель	2	Броски с точек. Малая восьмерка.	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение, беседа

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

Календарный план воспитательной работы 1 года обучения

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Форма работы	Сроки проведения	Практический результат и информационный продукт
1. Здоровье сбережение					
1.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на профилактику дорожного травматизма	«Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно»	Инструктаж	сентябрь	
		«Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте»	Инструктаж	май	
1.2.	Организация и проведение мероприятий направленных на формирование здорового образа жизни	«Режим дня – залог здоровья»	Беседа	октябрь	
		«Спорт против наркотиков»	Тематическая беседа	ноябрь	
		«Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя»	Тематическая беседа	декабрь	
1.3	Режим питания и отдыха	«Восстановительные мероприятия после тренировки»	Беседа	февраль	
		«Способы закаливания»	Беседа	март	
		«Профилактика переутомления и травм»	Беседа	апрель	
2. Патриотическое воспитание обучающихся					
2.1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере легендарных спортсменов	Развитие баскетбола в России и за рубежом.	Беседа	сентябрь	
		«Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях»	Беседа	февраль	
		Легенды отечественного баскетбола.	Просмотр фильма «Движение вверх»	декабрь	Просмотр фильма: https://m.vkvideo.ru/video-217672812_456239439
		«Живая легенда»	Встреча с педагогом-ветераном	январь	Статья в группе ЦДО «Рекорд» в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo

		Андрей Кириленко – первые слезы в NBA/	Просмотр документально го кинофильма https://m.vk.com/video-211172366_456240271	апрель	
2.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Первенство городского округа Похвистнево по баскетболу.	Соревнования	декабрь	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу посвященный памяти В.А. Михайлова	Соревнования	февраль	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу 3х3 Samara Open	Соревнования	август	Статья в группе ЦДО «Рекорд» в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
3. Профориентационная деятельность					
3.1	Судейская практика	Правила и терминология, принятая в баскетболе	Практическое и теоретическое изучение	Февраль, соревнования	
3.2	Знакомство с профессией	«Живая легенда»	Встреча с педагогом-ветераном		Статья в группе ЦДО «Рекорд» в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
4. Техника безопасности					
4.1	Организация и проведение мероприятий по ТБ	Соблюдение мер безопасности обучающимися. Меры безопасности при обращении с оружием.	Вводный инструктаж	сентябрь	
		Правила поведения на занятиях в тире.	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности в раздевалках	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности при пользовании железнодорожным транспортом	Инструктаж	перед выездом на соревнования на железнодорожном транспорте	
		Меры безопасности при проведении соревнований	Инструктаж	перед соревнованиями	

		Действия при возникновении ЧС	Инструктаж	сентябрь - май	
		Соблюдение мер безопасности при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	Инструктаж	при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	
		Соблюдение мер безопасности в зимний период	Инструктаж	декабрь	
		Правила поведения на льду	Инструктаж	декабрь	
		Правила поведения на водоёмах в летний период	Инструктаж	май	
		Соблюдение мер пожарной безопасности	Инструктаж	сентябрь - май	
		Меры безопасности при угрозе террористического акта	Инструктаж	сентябрь - май	

Календарный план воспитательной работы 2 года обучения

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Форма работы	Сроки проведения	Практический результат и информационный продукт
1. Здоровье сбережение					
1.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на профилактику дорожного травматизма	«Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно»	Инструктаж	сентябрь	
		«Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте»	Инструктаж	май	
1.2	Организация и проведение мероприятий направленных на формирование здорового образа жизни	«Режим дня – залог здоровья»	Беседа	октябрь	
		«Спорт против наркотиков»	Тематическая беседа	ноябрь	
		«Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя»	Тематическая беседа	декабрь	
1.3	Режим питания и отдыха	«Восстановительные мероприятия после тренировки»	Беседа	февраль	
		«Способы закаливания»	Беседа	март	
		«Профилактика переутомления и травм»	Беседа	апрель	

2. Патриотическое воспитание обучающихся					
2.1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере легендарных спортсменов)	«Живая легенда»	Встреча с участниками СВО	январь	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		«Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях»	Беседа	февраль	
		Легенды отечественного баскетбола.	Просмотр фильма «Движение вверх»	декабрь	Просмотр фильма: https://m.vkvideo-217672812_456239439
		Андрей Кириленко – первые слезы в NBA	Просмотр документального кинофильма https://m.vk.com/video-211172366_456240271	апрель	
2.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Первенство городского округа Похвистнево по баскетболу.	Соревнования	декабрь	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу посвященный памяти В.А.Михайлова	Соревнования	февраль	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу 3x3 Samara Open	Соревнования	август	Статья в группе ЦДО «Рекорд» в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
3. Профориентационная деятельность					
3.1	Судейская практика	Правила и терминология, принятая в баскетболе	Практическое и теоретическое изучение	февраль, соревнования	
		Ситуативные вопросы	Практическое и теоретическое изучение	февраль, соревнования	
3.2	Инструкторская практика	Начальные знания спортивной терминологии	Практическое изучение	сентябрь - май	
		Навык организации и проведения отдельных частей учебно-тренировочного занятия в своей группе с использованием	Практическая работа	сентябрь - май	

		спортивной технологии, показом технических элементов			
4. Техника безопасности					
4.1	Организация и проведение мероприятий по ТБ	Соблюдение мер безопасности обучающимися	Вводный инструктаж	сентябрь	
		Соблюдение мер безопасности обучающимися в спортивном зале	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности в раздевалках	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности при пользовании железнодорожным транспортом	Инструктаж	перед выездом на соревнования на железнодорожном транспорте	
		Меры безопасности при проведении соревнований	Инструктаж	перед соревнованиями	
		Действия при возникновении ЧС	Инструктаж	сентябрь - май	
		Соблюдение мер безопасности при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	Инструктаж	при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	
		Соблюдение мер безопасности в зимний период	Инструктаж	декабрь	
		Правила поведения на льду	Инструктаж	декабрь	
		Правила поведения на водоёмах в летний период	Инструктаж	май	
		Соблюдение мер пожарной безопасности	Инструктаж	сентябрь - май	
		Меры безопасности при угрозе террористического акта	Инструктаж	сентябрь - май	

Календарный план воспитательной работы 3 года обучения

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Форма работы	Сроки проведения	Практический результат и информационный продукт
1. Здоровье сбережение					
1.1	Организация и проведение мероприятий,	«Дорога в ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево и обратно»	Инструктаж	сентябрь	

	направленных на профилактику дорожного травматизма	«Правила безопасного поведения на дорогах и в транспорте»	Инструктаж	май	
1.2	Организация и проведение мероприятий направленных на формирование здорового образа жизни	«Режим дня – залог здоровья»	Беседа	октябрь	
		«Спорт против наркотиков»	Тематическая беседа	ноябрь	
		«Негативное влияние на организм человека курения и употребление алкоголя»	Тематическая беседа	декабрь	
1.3	Режим питания и отдыха	«Восстановительные мероприятия после тренировки»	Беседа	февраль	
		«Способы закаливания»	Беседа	март	
		«Профилактика переутомления и травм»	Беседа	апрель	
2. Патриотическое воспитание обучающихся					
2.1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственност и перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере легендарных спортсменов	«Живая легенда»	Встреча с участниками СВО	январь	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		«Культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях»	Беседа	февраль	
		Легенды отечественного баскетбола.	Просмотр фильма «Движение вверх»	декабрь	Просмотр фильма: https://m.vkvideo.ru/video-217672812_456239439
		Андрей Кириленко – первые слезы в NBA	Просмотр документально го кинофильма https://m.vk.com/video-211172366_456240271	апрель	
2.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Первенство городского округа Похвистнево по баскетболу.	Соревнования	декабрь	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу посвященный памяти В.А.Михайлова	Соревнования	февраль	Статья в группе в ВК https://vk.com/recordpohvistnevo
		Турнир по баскетболу 3x3 Samara Open	Соревнования	август	Статья в группе ЦДО «Рекорд» в ВК

3. Профориентационная деятельность

3.1	Судейская практика	Правила и терминология, принятая в баскетболе, углубленное изучение и применение.	Практическое и теоретическое изучение	Февраль, соревнования	
		Сложные ситуативные вопросы.	Индивидуальная спортивно-тактическая подготовка	Соревнования	
		Участие в судействе соревнований	Индивидуальная спортивно-тактическая подготовка	Соревнования	
	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия	Проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-инструктора	октябрь - май	

4. Техника безопасности

4.1	Организация и проведение мероприятий по ТБ	Соблюдение мер безопасности обучающимися	Вводный инструктаж	сентябрь	
		Соблюдение мер безопасности обучающимися в спортивном зале	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности в раздевалках	Инструктаж	сентябрь	
		Меры безопасности при пользовании железнодорожным транспортом	Инструктаж	перед выездом на соревнования на железнодорожном транспорте	
		Меры безопасности при проведении соревнований	Инструктаж	перед соревнованиями	
		Действия при возникновении ЧС	Инструктаж	сентябрь - май	
		Соблюдение мер безопасности при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	Инструктаж	при угрозе распространения новой коронавирусной инфекции	
		Соблюдение мер безопасности в зимний период	Инструктаж	декабрь	

		Правила поведения на льду	Инструктаж	декабрь	
		Правила поведения на водоёмах в летний период	Инструктаж	май	
		Соблюдение мер пожарной безопасности	Инструктаж	сентябрь - май	
		Меры безопасности при угрозе террористического акта	Инструктаж	сентябрь - май	

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

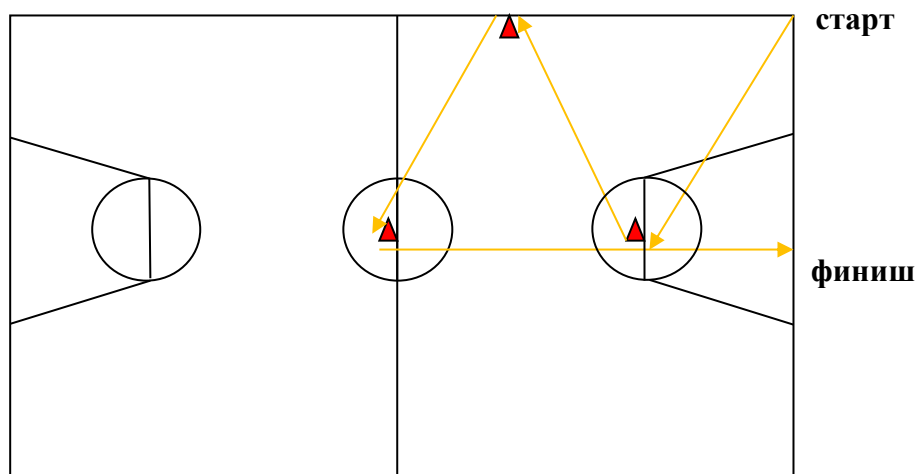
14-18 лет			
№	Наименование испытания	Мальчики	Девочки
1	Бег на 30 м (с)	5,5	5,9
	Бег на 60 м (с)	10,2	10,9
2	Бег на 1,5 км (мин,с)	7,55	8,10
	Или бег на 2 км (мин,с)	10,10	12,50
	Или бег на 3 км	13,50	14,60
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	10	
	Или подтягивание из виса лежа 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.

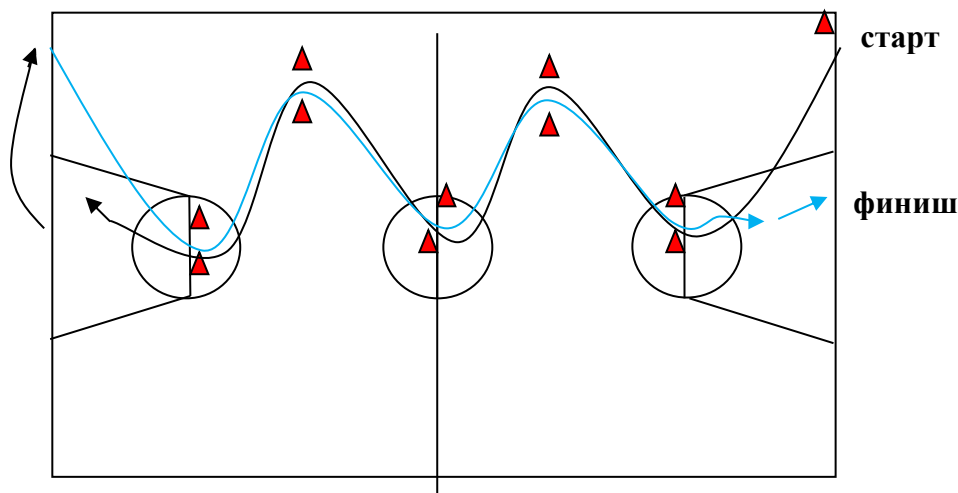
Инвентарь: 4 стойки



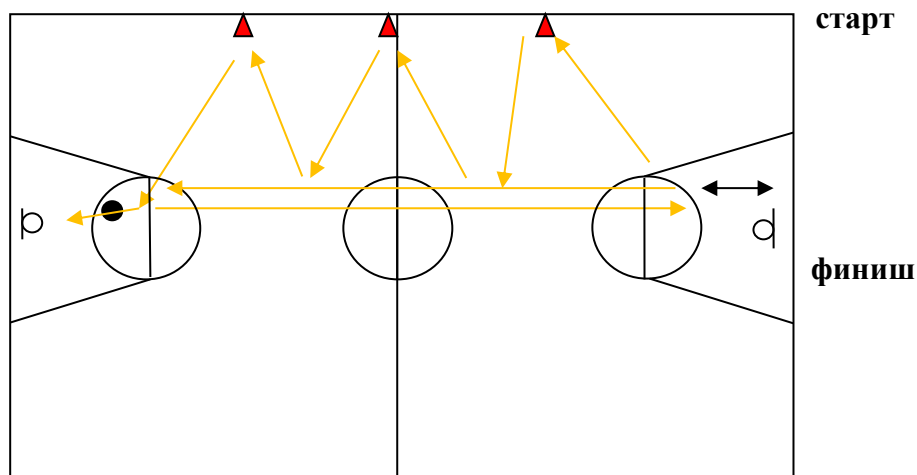
Скоростное ведение. Игрок находится за лицевой линией. По сигналу арбитра дриблер начинает ведение левой рукой в направлении первых ворот (две рядом стоящие стойки), выполняет

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.