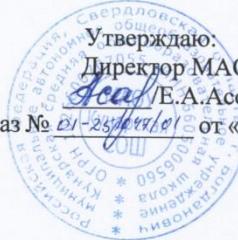


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кунарская средняя общеобразовательная школа**

Принята заседании ШМО
МАОУ Кунарская СОШ
Протокол №1 от «29 » июня 2025г.

Утверждаю:
Директор МАОУ Кунарская
Асочакова Е.А.
Приказ № 01-25/07/01/01 от «29 » июня 2025г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
спортивно-оздоровительной направленности
«Баскетбол»**

Возраст обучающихся: 13-17 лет
Срок реализации: 1 год

с. Кунарское 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Направленность программы.....	3
1.1.2. Актуальность программы.....	3
1.1.3. Отличительные особенности.....	5
1.1.4. Адресат программы.....	5
1.1.5. Объём и сроки освоения программы	5
1.1.6. Особенности организации образовательного процесса.....	5
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Планируемые результаты.....	7
1.4. Содержание программы.....	7
2. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	8
2.1. Условия реализации программы.....	8
2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.....	9
3.Список литературы.....	11
Приложения	
Календарный учебный график (Приложение 1)	15

1.1. Пояснительная записка

Система физического воспитания в нашей стране имеет многолетний опыт становления и направлена на решение основных социально значимых задач: укрепление здоровья населения, физическое и двигательное развитие и воспитание высоких нравственных качеств. Особое внимание уделяется детскому возрасту, поскольку на этом этапе развития закладывается основа дальнейшего совершенствования и формируется потенциал физических возможностей, которые могут быть реализованы в различных сферах деятельности человека.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения

Программа по баскетболу предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Основной показатель секционной работы дополнительного образования по баскетболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Основной принцип работы в группах - универсальность. Исходя из этого, для групп начальной подготовки ставятся следующие частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение техники ведения игры. Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями.

1.1.1. Направленность программы. Образовательная программа “Баскетбол” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа стартовая, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по баскетболу предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию.

1.1.2. Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Нормативно-правовые основания для проектирования дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок).

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

13. Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

14. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

15. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

17. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий».

18. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

19. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься

этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться баскетболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «баскетбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра баскетбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях небольшого школьного зала посредством баскетбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

1.1.3. Отличительные особенности

Естественность движений. В основе баскетбола лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

1.1.4. Адресат программы

Программа предназначена для детей 7-13 лет.

Условия набора. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Количество учащихся.

Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе 10-15 человек.

Численный состав учащихся в объединении может быть уменьшен при включении в него учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Форма и режим занятий

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

Длительность учебного часа для воспитанников – 40 минут.

1.1.5. Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на один год обучения.

1.1.6. Особенности организации образовательного процесса

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Количество часов в год - 36

Срок реализации: Программа базового уровня. Состав группы постоянный. Количество 10-15 человек. Исходя из содержания программы «Баскетбол» предусмотрены следующие сроки освоения программы обучения: 1год, 2024-2025 учебный год.

Уровневость: базовый.

Форма обучения - очная.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Педагогическая целесообразность программы баскетбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному.

Баскетбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Принципы, лежащие в основе программы:

доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);

наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);

демократичность и гуманизм (взаимодействие воспитателя и воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей);

научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);

«от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы учащийся применяет свои знания в выполнении творческих работ).

Реализация типовой программы физкультурно-спортивной направленности требует традиционных и нетрадиционных форм и методов работы, направленных на создание оптимальных условий для достижения ожидаемых результатов в обучении, воспитании, развитии учащихся, удовлетворении их индивидуальных возможностей, потребностей, интересов, раскрытия личностного потенциала каждого.

Методы обучения по данной программе разнообразны. Наиболее эффективными можно считать следующие:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

словесный (осуществляется через беседы об основах техники ведения игры инструктажи о правилах поведения на занятиях);

наглядный (показ учащимся образцов, приемов, техники выполнения основных приемов ведения игры);

практический (последовательное освоение этапов ведения игры, выполнение практических заданий, самостоятельных работ, домашних заданий);

объяснительно – иллюстративный (демонстрация учебных наглядных пособий, плакатов).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

объяснительно – иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

частично – поисковый – участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;

индивидуально – фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

групповой – организация работы в группах;

индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем и другие.

Методы диагностики личностного развития воспитанников:

сравнение и анализ выполняемых упражнений, итоговый анализ полученных умений и навыков воспитанников за период обучения.

1.2. Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры; Развивающие:
- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитывающие:

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

1.3. Планируемые результаты

Результат образовательной деятельности.

Знать: правила игры в баскетбол, технику безопасности на занятиях.

Уметь: к концу первого года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в нападении: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча, атака корзины, «передай мяч и выходи» - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - успешная сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке.

Результат воспитывающей деятельности

Воспитать деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства

Результаты развивающей деятельности развитие ключевых компетенций, а также психических свойств личности учащихся в соответствии с обозначенными задачами

1.4. Содержание программы

Содержание программы отражается в учебном плане. Программа содержит перечень разделов и тем, количество часов по каждой теме с разбивкой на аудиторные (теоретические и практические виды занятий).

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Прак-тика	
1.1.	Правила игры в баскетбол, техника безопасности	1	1	0	Зачет
1.2.	Техническая подготовка	10	0	10	Зачет
1.3.	Тактическая подготовка	8	0	8	Камандный зачет
1.4.	Физическая подготовка	15	0	15	Тестирование
1.5.	Сдача контрольных нормативов	1	0	1	Тестирование
1.6.	Участие в соревнованиях	1	0	1	Соревнования
Итого		36	1	35	

Содержание учебного плана

Тема 1.1. Теоретическая подготовка

Теория: правила техники безопасности при проведении секционных занятий **Практика:** правила соревнований по баскетболу.

Тема 1.2. Техническая подготовка

Практика: ведение мяча. Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно. Перемещения баскетболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

Остановки баскетболиста прыжком. Передача мяча двумя руками от груди.

Передача мяча одной рукой от плеча. В движении: передача в парах 1,2 мячей, в тройках 2,3 мячей, во встречных колоннах со сменой мест. Ловля мяча после различных видов передач. Ловля одной рукой в парах на месте и в движении

Тема 1.3. Тактическая подготовка

Практика: Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Борьба за отскок, отсекание. Личная защита (прессинг). Зонная защита Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Тема 1.4. Физическая подготовка

Практика: Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.

Тема 1.5. Сдача контрольных нормативов

Тема 1.6. Участие в соревнованиях по баскетболу

2. Организационно-педагогические условия реализации

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

2.1. Условия реализации программы

Занятия проводятся в спортивном зале МАОУ Кунарская СОШ, территории школы.

Место проведения, МАОУ Кунарская СОШ.

ОУ располагает материальной и информационной базой, обеспечивающей организацию всех видов деятельности младших и старших школьников, соответствующей санитарно - эпидемиологическим и противопожарным правилам и нормам. В области материально-технического обеспечения образовательного процесса в школе оборудован кабинет

информатики: стационарный, спортивный зал, для которого приобретён новый спортивный инвентарь, обновлена и дополнена медиа – и видеотехника, обновлён и пополнен библиотечный фонд, обновлено и пополнено программно-информационное обеспечение, созданы дополнительные условия для укрепления здоровья воспитанников.

- Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Место проведения	Оборудование		
		Оборудование	Марка	Количество
1	Спортивный зал			1
2	Спортивный зал	Скамейки гимнастические		2
3	Спортивный зал	Щиты с кольцами		2
4	Спортивный зал	Сетка баскетбольная		2
5	Спортивный зал	Фишки		6
6	Спортивный зал	Мячи баскетбольные		12
7		Скакалки		6
8	Спортивный зал	Свисток		1
9	Спортивный зал	Секундомер		1

2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Способы проверки дополнительной образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста; - соревнования школьного, районного масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год. Тестирование проводят в начале учебно-тренировочного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в апреле – мае. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.) , разработаны критерии оценки.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Личностные и метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

- устойчивая мотивация к занятиям;
- активизация творческого потенциала учащихся;
- ктивное участие в различных соревнованиях и конкурсах.

Предметные результаты: в процессе овладения данной дополнительной общеразвивающей программой учащиеся должны

Результаты:

Знать: правила игры в баскетбол, технику безопасности на занятиях.

Уметь: к концу первого года обучения учащиеся - овладеют техникой передвижения - овладеют основами техники игры: смогут выполнять ловлю двумя руками на месте, передачи мяча двумя руками, одной рукой и ведение мяча - смогут выполнять броски в корзину двумя руками сверху, от груди, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - смогут выполнять броски в корзину одной рукой от плеча, с отскоком от щита, с места, в движении, прямо перед щитом, под углом к щиту - овладеют основами тактики игры в нападении: выход для получения мяча, выход для отвлечения мяча, атака корзины, «передай мяч и выходи» - овладеют основами тактики игры в защите: противодействие получению мяча, выходу на свободное место, розыгрышу мяча, атаке корзины - успешная сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке.

Формы контроля

Методы устного контроля – опрос, метод визуального контроля – наблюдение педагогом за действиями учащихся, методы практического контроля – контроль результатов самостоятельных, контрольных, практических работ (текущий инструктаж, заключительный инструктаж);

методы самоконтроля: взаимоконтроль, самоконтроль. В программе использованы различные формы диагностики: наблюдение, собеседование, анкетирование, тестирование.

Методические материалы

Разделы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Форма занятий	Приемы и методы	Форма подведение итогов
Теоретическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Словесный	Зачет
Техническая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Зачет
Тактическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа, словесный	Коллективный зачет

Физическая	Мячи, форма	спортивная	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Контрольные тесты, соревнования
------------	-------------	------------	--	-------------------------------------	---------------------------------

3. Список используемой литературы

Для учителя:

1. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2014г.
 2. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2017г.
 3. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 2014, 2015.
 4. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2014г.
 5. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2018г.
 6. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2014 7. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов– М., ФиС, 2016.
 8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И., Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2016.
 9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 2014.
 10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., 2015.
 11. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара.2018г
- Интернет – ресурсы**

12. Сеть творческих учителей www.it-n.ru
13. <http://www.bibliotekar.ru> библиотека
14. <http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета
15. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com Сеть творческих учителей.
16. [http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура)
Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.
17. <http://www.uchportal.ru> Учительский портал.

Для обучающихся:

1. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков. НИК Сортэл. М. 20014г.
 2. Билл Гатмен и Том Финнеган. Все о тренировке юного баскетболиста. М. АСТ.2015г.
 3. Джерри В., Краузе, Дон Мейер. Баскетбол навыки и упражнения.. М. АСТ. 2016г.
 4. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! _ М.:Просвещение.2004
 5. Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011
 6. Виленский М.Я.; Туревский И.М. ; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2011
 7. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011
- Интернет – ресурсы**
8. <http://ballplay.narod.ru> Персональный сайт Скиндера Александра Васильевича. На сайте очень много полезной информации **по методике подготовки баскетболистов.**
 9. <http://www.kes-basket.ru/> Школьная баскетбольная лига.

Приложение 1**Календарно-тематическое планирование**

№п/п	Число, месяц, время	Тема занятий	Тип занятия	Подпись руководителя
1		Правила техники безопасности при проведении занятий по физической культуре	Групповая	
2		Правила соревнований по баскетболу.	Групповая	
3		Ведение мяча	Индивидуальная	
4		Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно.	Индивидуальная	
5		Перемещения баскетболиста	Индивидуальная	
6		Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.	Индивидуальная	
7		Остановки баскетболиста прыжком	Индивидуальная	
8		Передача мяча двумя руками от груди	Индивидуальная	
9		Передача мяча одной рукой от плеча	Индивидуальная	
10		В движении: передача в парах 1,2 мячей, в тройках 2,3 мячей, во встречных колоннах со сменой мест	Индивидуальная	
11		Ловля мяча после различных видов передач	Индивидуальная	
12		Ловля одной рукой в парах на месте и в движении	Индивидуальная	
13		Игра в защите	Командная	
14		Индивидуальные перемещения защитника	Командная	
15		Борьба за отскок, отсекание	Командная	
16		Личная защита (прессинг)	Командная	
17		Зонная защита	Командная	

18		Игра в нападении	Командная	
19		Открывание	Командная	
20		Быстрый отрыв	Командная	
21		Ловля мяча после различных видов передач	Индивидуальная	
22		Ловля одной рукой в парах на месте и в движении	Индивидуальная	
23		Индивидуальные перемещения защитника	Индивидуальная	
24		Остановки баскетболиста прыжком	Индивидуальная	
25		Передача мяча двумя руками от груди	Индивидуальная	
26		Передача мяча одной рукой от плеча	Индивидуальная	
27		Перемещения баскетболиста	Индивидуальная	
28		Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.		
29		Ведение мяча	Индивидуальная	
30		Ведение одной рукой. В движении: ведение левой и правой рукой с переводами перед собой, за спиной, между ног, ведение с поворотами, ведение 2 мячей одновременно.	Индивидуальная	
31		Ведение мяча	Индивидуальная	
32		Бег 500, 1000, метров.	Индивидуальная	
33		Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре.	Индивидуальная	
34		Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.	Индивидуальная	
35		Участие в соревнованиях по баскетболу	Индивидуальная	
36		Тестирование	Индивидуальная	

Прошито, пронумеровано
73 лист(ов)
Директор школы Е.А.Асочакова



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 11658132350595754882249227326788119953424451016

Владелец Асочакова Елена Александровна

Действителен с 10.12.2024 по 10.12.2025